

MITT i LIVET

Västanfors Västervåla församlings tidning

nr 1/22

Altartavlan med
Jesu snälla ögon

Volleyboll i
Lindhallen

Jagad av oro
och stress

Rengöring och orgelrenovering i Västanfors kyrka
Act Svenska kyrkans fasteaktion

Varför inte ett besök i kyrkan?

Just nu pågår ett krig och många känner oro inför framtiden. Samtidigt ställer dagens samhälle krav på oss att vi ska leva och agera på ett visst sätt.

Man ska göra karriär samtidigt som man har familj med små barn. Ett vackert hem, gärna ett gammalt nyrenoverat hus står högt på listan för många. Man ska laga god mat och sköta hus, familj och trädgård.

Den samlade bilden i sociala medier är att alla andra klarar att uppfylla alla dessa krav. Det är lätt att tro att det bara är jag som är otillräcklig och inte maktar med allt. Den som försöker leva upp till allt detta går sönder. Sanningen är att ingen klarar allt, men de flesta klarar nog en hel del om man finner verktyg för att prioritera vad som är viktigt i livet. För att orka med allt behöver man ibland ta sig tid att ta hand om sig själv och göra sånt som man känner att man mår bra av. Att på ett kravlöst sätt spendera tid med nära och kära är läkande, och för många innebär fysisk träning både bättre fysisk hälsa och en stunds avkoppling från vardag och stress. Den bästa motionen är den som blir av, brukar man ju säga, och det gäller nog även för sånt som är bra för den mentala hälsan. Det gäller att hitta det man själv tycker om att göra. Någon trivs med att träna på gym medan andra föredrar långa skogs promenader eller linedance. Meditation och yoga tilltalar en del. Någon älskar att läsa böcker och andra skriver egna texter, som Maria. Körsång är också bra för hälsan. Läs artikeln härintill om Birgitta som både sjunger i kör och spelar kyrkorgel för att må bra. Lisa besökte ofta Västanfors kyrka under uppväxten för att titta på altartavlan med Jesu snälla ögon. Kan ett besök i Västanfors kyrka, eller i en annan kyrka, vara något för dig? Att bara sitta ned en stund i lugn och ro i det vackra kyrkorummet är lisa för själen.

Cecilia Kjellin Eriksson, redaktör

Birgitta spelar kyrkorgel



Birgitta Ekenberg spelar ofta på kyrkorgeln i Västanfors kyrka.

-Det är rogivande att spela i kyrkan och det är en ynnest att få göra det fast jag inte har det som min uppgift längre, säger Birgitta.

Övar en till två timmar

Mellan en och två timmar spelar hon varje gång. Ofta är det lite kallt i kyrkan så det gäller att tänka på hur man klär sig. Birgitta lägger ett par kuddar på orgelpallen för att sitta lite bättre. Hon tar fram noterna och börjar med ett lite enklare stycke för att värma upp fingrarna och få igång koncentrationen. När hon kommit igång väljer hon gärna ett stycke av Bach, inte de allra svåraste men ofta något från "Åtta små preludier" av Johann Sebastian Bach. Hon spelar ofta klassiska stycken som hon övade in under sin yrkesverksamma tid, och det händer att hon väljer att spela psalmer.

Hon har ett elpiano hemma, men det blir inte av att spela på det så ofta. Det är roligare att spela på orgeln i kyrkan, tycker hon. Hon spelar för sitt eget välbefinnande.

Gymnastik för knopp och kropp

-Att spela kyrkorgel är bra gymnastik för både hjärnan, fingrarna och fötterna. Det är en fritidssysselsättning lika mycket som vattengympan jag var på igår, förklarar Birgitta glatt. Hon försöker hålla igång kroppen på olika sätt, trots en del fysiska besvär. Hon går gärna med stavar och brukar vara med på församlingens promenader runt Eskiln på tisdageftermiddagarna när det är säsong för det. Hon är också med i en samtalsgrupp i församlingen och är en av deltagarna i packgruppen, som tillverkar babypaket till ett flyktingläger i Algeriet.

för att må bra



Birgitta Ekenberg kommer till Västanfors kyrka nästan varje vecka för att spela kyrkorgel. Hon är numera pensionär men jobbade som kyrkomusiker under många år, och försöker nu att hålla igång orgelspelandet för välmåendets skull.

Började med musik som barn

Körsång är något som Birgitta har ägnat sig åt under hela livet. Hennes pappa var en duktig bassångare som uppmuntrade henne att lära sig noter och att sjunga i kör. Redansom tolvåring gick hon en notläsningskurs för att få börja spela piano. Vid samma ålder började hon sjunga i kör i byn Innervik utanför Skellefteå, där hon växte upp. Hon tog spellektioner av organisten i Skellefteå landsförsamling. Trots att Birgitta har flyttat många gånger så har hon alltid hittat till en kör. Idag sjunger hon i Belladonnakören i Norberg. Hon är också en av körsångarna i Västanfors Västervåla församlings kyrkokör, men har lite uppehåll där just nu, eftersom hon blivit tillfrågad om att förstärka kyrkokören i Norberg, som behöver fler altar.

Har jobbat som kyrkomusiker

Birgitta jobbade själv som kyrkomusiker i Norberg under många år och var då även körledare för kyrkokören. Med bakgrund som folkskollärare jobbade hon samtidigt som speciallärare på högstadiet, eftersom tjänsten som kyrkomusiker till en början inte var på heltid. I Norbergs församling var hon kvar till pensionen 2007. Hennes första tjänst som kyrkomusiker var i Hägerstens församling i Stockholm och sedan jobbade hon några år i Söderbärke. När hon bodde på Ekerö sjöng hon i kyrkokören där. Den kontakten har hon hållit kvar genom att delta i Ekerö körvecka på somrarna.

-Att sjunga i kör är en livsstil, hävdar Birgitta, som aldrig har lockats av att sjunga eller spela som solist. Att sjunga

klassisk musik i en kör är en gemensam prestation som ger en stark upplevelse. Birgitta vill inte "spela upp" musikstycken för någon annan, men om det kommer in någon i kyrkan medan hon övar på orgeln så gör det ingenting. Då försöker hon att spela lite försiktigt och inte brassa på för fullt på den stora orgeln. Besökaren kan vara någon som har mist en närstående, eller någon som bara vill ha en vilsam stund, och det vill hon ta hänsyn till.

-Pandemin har varit jobbig för oss körsångare. Det är lätt att man bara blir sittande hemma när alla aktiviteter ställs in, men jag är glad för att jag har kunnat spela orgel även under pandemin, säger Birgitta tacksamt.

**Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson**

Renovering och rengöring i Västanfors



Ingemar har koll på sladdarna.

1: Orgeln

Orglar har funnits i Västanfors kyrka sedan 1699, den första med endast 3,5 stämmor. 1732 byggde Daniel Stråhle en orgel med 9 stämmor som utökades med ytterligare en stämma 1767. Pedal (det man spelar med fötterna) fick orgeln 1784. Den orgeln fick göra bruk i 100 år. 1884 får EA Setterquist i Örebro bygga en 14-stämmig orgel med 2 manualer och pedal. Den orgeln får tjänstgöra fram till 1944. Mitt under andra världskriget byggs sedan en riktigt stor pneumatisk orgel med 41 stämmor av Åkerman och Lund i Sundbyberg. Pneumatiken (orgeln styrs av luft i långa rör) ger många tekniska spelhjälpmedel som oktavkoppel och kombinationer men också nackdelen att ljudet blir lite fördröjt beroende på att det tar en liten stund för luften att komma fram genom långa och smala rör. Det är lite svårspelat när tonen inte kommer direkt när organisten trycker på tangenten och är på väg till nästa ton innan föregående ljuder.

1977 får Walter Thür i Torshälla bygga en 46-stämmig orgel med 3 manualer och den orgeln är då åter mekanisk.

Den stora kyrkorgeln i Västanfors kyrka har under våren blivit renoverad, och kyrkan storstädas. Stuckaturlister som sitter högt upp på väggen blir rengjorda och fönster putsas.

Registreringen, knapparna på var sida om manualerna, som kopplar in olika stämmor för att kunna variera klangfärg och styrka är dock elektriskt med sleifmotorer.

Rengöring av motorerna

I år är det äntligen dags för en genomgripande renovering. Ansvarig för arbetet är Ingemar Oskarsson från Umeå som ensam driver firman Prototyp teknik i Umeå. Jag träffar honom för att höra vad som egentligen ska göras och frågar om det krävs "musiköra" för arbetet men han berättar att det gör det tack och lov inte. - Jag kan trycka ned två tangenter bredvid varandra och få det att låta bra men mer är det inte säger han och skrattar lite grand. På mitt visitkort står det orgeltekniker och det är vad jag är, fortsätter han. Han förklarar för mig vad arbetet går ut på. Det är 56 så kallade sleifmotorer som ska renoveras samt utbyte av motorstyrsystemet. Det är väldigt tekniskt och låter komplicerat för en oinvigd. Vad gäller sleifmotorerna plockas de först isär för att sen göras rent ordentligt och till sist smörjas. Det är viktigt eftersom smörjfettet torkar ut med tiden. Motorstyrsystemet innehåller mest kretskort och elektronik. Det hela verkar väldigt svårt och avancerat och jag frågar honom vad som är det allra svåraste med hans arbete.

Det är trångt inne i orgeln

Utan att tveka säger han att det är att det är så himla trångt överallt. Jag förstår honom när jag tittar in i orgelverket och ser hur minimalt med utrymme det är. Han berättar att han till och med fått

bygga ett litet golv för att komma åt att jobba med vissa saker för att inte skada underliggande orgeldetaljer. Uttrycket att "trampa i klaveret" blir uppenbart...!

Han berättar vidare att en orgelrenovering tar mellan 1,5 och 2 veckor. När han är färdig med vår orgel ska han vidare upp till Sundsvall. Han har ett hektiskt schema och det förstår man när han berättar att han är i stort sett den enda som renoverar elektriska system i kyrkorglar i Sverige. Jag undrar om han tycker vår orgel är en bra orgel. Han funderar en stund och säger sen:

-Det är en fin orgel och jag tycker den är i bra skick. Mycket tack vare att det är duktiga orgelbyggare som byggt den. Han berättar att han själv var med och byggde orglar mellan 1979 och 1992. Det blev totalt 80 orglar. Att han lärde sig tekniken och hur man renoverar orglar är lätt att förstå.

Roligt när det är klart

Jag frågar honom vad som är det roligaste med arbetet.

-När arbetet är klart och allting klaffar och är rätt utfört, säger han leende, och jag är övertygad om att det kommer det att vara även denna gång.

Ytterligare information:

- Steg 2 i orgelrenovering sker under 2024, då hela orgeln ska rengöras och stämmas.
- En bok av Tore Johansson finns att låna på biblioteket; "Inventarium över svenska orglar" och där finns Västanfors omnämnt.

kyrka



Erik både dammsuger och använder en fin borste när han rengör listerna.

2: Stuckaturlisterna

Nu är det ju inte bara på orgelläktaren som det fejas. Ute i kyrkorummet är det storrengöring på hög nivå i ordets rätta bemärkelse. På ca 10–12 meters höjd löper stuckaturlister runt hela kyrkorummet och de ska dammsugas för det har samlats stora mängder damm och smuts under åren. För att komma åt att städa där uppe använder man sig av en byggnadsställning som man flyttar vartefter arbetet fortskrider. Även de stora kyrkfönstren ska putsas och göras rena. Det är två av församlingens egna vaktmästare som utför arbetet, Tobbe Eriksson och Erik Brusling.

Säkerheten är viktig

Tobbe berättar att för att få utföra arbetet måste man genomgå en endagsutbildning i bland annat ställningsbyggande och säkerhet. Det gäller att hela tiden tänka på säkerheten när man arbetar och inte stressa för att det ska gå fort. De delar upp arbetet så att en person är uppe på ställningen och fejar på förmiddagen och då är den andra hantlangare och sen på eftermiddagen byter man. De är också



Ställningen på plats i koret.

Text och foto: Staffan Riddersporre

väldigt noga med att ta lunch, rast och vila emellanåt för arbetet är både fysiskt och psykiskt ansträngande. Det förstår man för det är en väldigt hög höjd man arbetar på.

Svårt att komma åt

Jag undrar vad som är det svåraste och Tobbe berättar att det är att komma åt i alla skrymslen och vrår. Man måste också vara försiktig så dammet och smutsen inte far i väg. Ofta använder man också en pensel för att fånga in dammet. Här kommer han åter in på säkerheten men även värdigheten. De arbetar ju i en kyrka och bör förhålla sig till det. Arbetet har också dragit ut på tiden för ibland har de ju andra sysslor som de måste ägna sig åt och så är det ju annat som händer i kyrkan såsom begravningar, dop,

konserter, gudstjänster och annat.

Tobbe berättar också att Västervåla kyrka också ska städas framöver men där kommer största fokuset att ligga på att få fönstren rena eftersom den stora branden 2014 svärtade ned dem rejält. Förra året, 2021 gjordes en rengöring av dem på utsidan men nu återstår alltså även insidan.

Inget gammalt dokument funnet

Till sist undrar jag om de hittat något gömt däruppe, dokument eller något annat från renoveringen som ägde rum 1987–1988. -Det har vi inte men helt säker kan man ju aldrig vara förstås säger Tobbe leende. Jag är å andra sidan helt övertygad om att det inte finns något. Om det hade funnits något hade de säkert hittat det, för de har varit väldigt noggranna med sitt arbete.

Lisa älskar altartavlan i Västanfors kyrka

Lisa Grubb växte upp i Fagersta, men bor numera i Strängnäs. När hon besöker Fagersta vill hon gärna gå in i Västanfors kyrka och se på altartavlan och Jesu ögon, som hon minns så tydligt från barndomen.

-Värmen i Jesus ögon från altartavlan har följt mig hela livet och den blicken får mig att känna mig sedd, älskad och omhuldad, säger Lisa.

Lisa växte upp på en bondgård i Åvestbo och det var självklart för hela familjen att gå i kyrkan på söndagarna. Vi fyllde en hel kyrkbänk för att få plats, berättar Lisa. Hon minns att hon fick åka släde till julottan i vintermörkret tidigt på juldagens morgon. Hon satt under en varm fäll medan hon tittade på gnistorna från slädens medar. -Tänk att ha fått vara med om det! utbrister Lisa förundrat.

Som 14-åring konfirmerades Lisa i Västanfors kyrka. Hon berättar att hon ofta cyklade till kyrkan för att få sitta där i lugn och ro, men hon berättade det inte för någon av rädsla för att verka vara alltför annorlunda.

En modig och driftig person

I ungdomen var hon både modig och driftig. Efter gymnasiet pluggade hon i Örebro och ordnade på egen hand sommarjobb på ett hotell i London. Hon fick jobb som ålderdomshemsföreståndare i Hallstavik. Väl medveten om att hon som 21-åring egentligen var för ung för att få ett chefsjobb satte hon upp håret i en knut och satte på sig dräkt för att se lite mer mogen ut när hon gick till anställningsintervjun, som gick jättebra. Lisa var även politiskt aktiv under den här tiden. Samtidigt som hon arbetade studerade hon till vårdlärare och arbetade senare på Kommunförbundet. Hon har också jobbat med organisationsfrågor inom landstinget och

som konsult och föreläsare. Hon började studera igen samtidigt som hon jobbade som vårdentreprenör och utbildade sig till legitimerad psykoterapeut. För 23 år sedan startade hon eget. Nu är Lisa 69 år och pensionär men jobbar fortfarande som psykoterapeut och föreläsare. -Biologiskt har man ju en ålder, men i sinnet kan man vara yngre. Jag är nog lite lik min pappa på det sättet. Han var över 80 år när han förstod att han var "lite äldre", skrattar Lisa.

Ville bli präst

När Lisa var i 60-årsåldern ville hon förverkliga den hemliga barndomsdrömmen att bli präst. Hon gick Svenska kyrkans grundkurs, som hon tycker var väldigt bra, men åldern satte stopp för fortsatta studier. Självklart vigs man inte till pension utan till lång tjänst. -Kyrkans grundkurs var ett underbart lärande och som att "hitta hem," inte minst självvärden. Jag var både ledsen, frustrerad och arg när jag förstod att det var försent att bli präst. Jag blev vilsen och det kändes meningslöst.

Men en dag när hon promenerade längs Mälarens strand kände hon en hand i ryggen och hörde en varm röst säga: "Du har alltid varit min barfotatjänare, du ska måla mitt budskap." Hon kan fortfarande känna den där känslan i kroppen när hon tänker på händelsen. Det blev en vändning och med tacksamhet och fördjupad tro började hon måla akvareller med bibeltext, något som blev välsignat av Strängnäs stifts biskop Johan Dahlman, med att det finns många sätt att tjäna.

Lisa kom i kontakt med Frälsningsarmén i Strängnäs och där fick hon möjlighet att ställa ut akvarellerna och vid några tillfällen tala i Frälsningsarméns gudstjänster. Senast för någon vecka sedan pratade hon om Jesu ögon på altartavlan i Västanfors kyrka. En barndomsdröm har därmed blivit verklighet.

-När jag blir stor ska jag prata om kärlek, tänkte jag när jag var liten, och nu har jag fått möjlighet att förverkliga min barndomsdröm från Västanfors kyrka. Jag har fått nåden att ha en öppen kanal och nu får jag vara med om det jag drömde om som liten. Jag upplevde alltid att jag var ute och vandrade med Jesus. Det var så tydligt att jag nästan ville borsta av mig vägdammet när jag kom hem. Jag upplevde närvaron av Jesus när jag satt ute i skogen och pratade för mig själv, men jag sa det aldrig till någon.

Betraktelser och målningar

Nu kan Lisa berätta om det för andra, både genom sina ord när hon leder betraktelser och genom sina akvareller. I den första utställningen visade hon sina brustna lerkärlstavlör. Lisa tänker ofta på det biskop Johan sade vid ett fint samtal; "Dig har Gud knådat länge".

På en av utställningarna var det tavlor med sädesax och kornet som faller till jorden, på något sätt knyts Lisas liv ihop från uppväxten på en bondgård där man odlade säd, till tankarna om sädesaxet som i den kristna tron är en symbol för pånyttfödelse, evigt liv och kallelse. Lisa målade även tavlor med tillhörande text och frågor utifrån författaren och prästen Owe Wikströms bok "Nådens ordning". Senare blev det även en youtube film om utställningen med några av biskop emeritus Jonas Jonsons psalmer som bakgrundsmusik.

-Jag förstår fortfarande inte hur saker sker, men då tänker jag på en liten tavla i söndagsskolan i Åvestbo, där texten var "outgrundliga är Herrens vägar", säger Lisa, som fortfarande är förundrad och tacksam över vilken vändning saker har tagit i hennes liv.

Se filmen på youtube: https://m.youtube.com/watch?v=T_Fm4HSdwSY

Cecilia Kjellin Eriksson



Altartavlan i Västanfors kyrka med Jesu snälla ögon, som följt Lisa Grubb genom hela livet.
Foto: Cecilia Kjellin Eriksson



En av Lisas lerkärls-målningar.
Foto: Privat



En av tavlorna i Lisas serie med sädesax.
Foto: Privat



Lisa Grubb. Foto: Privat

Vem är du?

Niclas Sjölund, kyrkvaktmästare

Niclas Sjölund började jobba som kyrkvaktmästare i Västans församling för ungefär ett år sedan. Han stortrivs med jobbet för att det är varierat och bra arbetskamrater.

-Jobbet är skitkul och det är världens bästa gäng att jobba med. Alla är glada och vi trivs tillsammans så vi jobbar bra ihop. Det är variationen i arbetsuppgifter som gör att en dag går så fort, säger Niclas, och berättar vidare att största delen handlar om ett vanligt vaktmästarjobb med praktiska uppgifter som att hämta post, åka till sopstationen och att laga saker som har gått sönder.

Församlingen har olika verksamheter som ska servas och många lokaler som ska hållas efter.

-När vi är ute i de olika verksamheterna blir vi ofta ombudade att fixa småsaker direkt när vi ändå är på plats. Med en skiftnyckel, en skruvmejsel och en skruvdragare kommer man långt och det har jag alltid med mig. Om det krävs andra verktyg får man åka och hämta, säger han.

En vanlig arbetsdag

Att beskriva en vanlig arbetsdag kan vara lite svårt, eftersom de är så olika. Ofta börja det med möblering inför dagens konferenser på Lindgården och sen tar andra vardagssysslor vid. Vissa dagar blir det många akuta ärenden som ska lösas. Rutinsysslorna varvas med större projekt som de fyra vaktmästarna hjälps åt med. Det kan vara att byta staket runt en av skolgårdarna eller att storstäda kyrkan, vilket är aktuellt just nu. Ett annat större projekt som är på gång är att inventera i kyrkorna, dokumentera

och lägga in alla uppgifter i ett särskilt datorprogram som är avsett för detta.

Kyrkvaktmästarna tjänstgör även på gudstjänster och förrättningar (vigslar, dop och begravningar). Ibland byter Niclas från arbetskläder till kostym flera gånger under en dag om han ska tjänstgöra vid en begravning eller ringa i kyrkklockorna vid en urnsättning.

Bårhämtning och svepning

Vid behov hjälper vaktmästarna även till vid bårhämtningar när Kyrkans Begravningsbyrå har fått ett uppdrag där en avliden ska hämtas i hemmet. Det händer också att de gör svepningar, vilket innebär att man klär på och gör iordning den döde innan personen läggs i kistan. Det är en uppgift som Niclas tycker om att göra.

-Det är en känsla av värdighet att ta hand om det sista och göra det omönat och fint för personen. Jag pratar med personen och säger "Hej, jag heter Niclas och nu ska vi göra fint för dig". Ibland känner jag igen den som är död och då kan det kännas tungt. Det var otroligt jobbigt tidigare i höstas när pappa hastigt gick bort, och jag gjorde svepningen. Det var tungt men samtidigt kändes det självklart att jag ville göra det sista för honom, berättar Niclas.

Han beskriver den delen av jobbet som annorlunda mot vad många tror.

-Folk är rädda för döden, men det är inte alls nåt konstigt. Det känns bra att få göra nåt fint och säga hejdå.

Niclas beskriver sig själv som en väldigt serviceinriktad person, dels tack vare många år i ett serviceyrke, men det är också en del av hans personlighet.



-Bemötandet är så viktigt i alla situationer. Jag går gärna "above and beyond", skrattar han insiktsfullt.

Niclas började jobba på ICA Fontänen direkt efter studenten och blev kvar där i 18 år. Nu är han 38 och har familj, som består av sambon Ann-Sofie och barnen Måns (15), Elsa (10) och Frans (9), och så lilla hunden Max som är en dansksvensk gårdshund. De bor i ett hus på Uggebo och en stor del av fritiden går åt till att sköta om familjen och hemmet. Huset ska hållas efter och i somras byggde Niclas en swimmingpool på tomt.

-Det är kul att hålla på och greja hemma och det är mycket som behöver fixas på ett hus.

Familjen cyklar mountainbike

Hela familjen gillar att cykla mountainbike. En gång i veckan är det träning för ungdomarna i Norberg, och då är de vuxna med och stöttar. De tycker också om att ge sig ut och cykla tillsammans på småvägar och stigar i skogen.

-Det är bra träning och skönt att komma ut, tycker Niclas. Barnen är ibland lite motsträviga innan de kommer iväg, men efter en stund tycker de alltid att det är kul.

Cecilia Kjellin Eriksson

Pensionärer från sjukhuset fortsätter att träffas

Alla har jobbat på sjukhuset i Fagersta och de fortsätter att träffas regelbundet även som pensionärer. Jag pratar med några av dem när de äter lunch tillsammans på Lindgården en dag i mars.



När alla har hämtat mat och satt sig till bords så berättar de om bakgrunden till träffarna. De ses en gång i månaden och det började redan 2008 med att några tog initiativ till att fortsätta träffas, trots att de gått i pension. Efter hand så har gruppen fyllts på med fler anställda som pensionerats från sjukhuset. Den här dagen är det sex personer på plats, men gruppen består av ett 20-tal tidigare landstingsanställda, som är med när de kan och vill. Många fick sluta på sjukhuset ungefär samtidigt och det finns flera liknande grupper, berättar de.

-Det är roligt att kunna träffas och prata om allt möjligt, tycker Lena. Flera av oss är ensamstående och då känns det extra viktigt att komma ut och träffa lite folk. -Vi har valt att träffas här på Lindgården under pandemin, för här är det gott om plats och så är det jättegott mat. Det här är verkligen trevligt, tycker Yvonne.

Träffades utanför arbetstid

Doris och Carita berättar att arbetskamraterna träffades utanför arbetstid redan då de arbetade tillsammans.

De simmade regelbundet och gjorde gemensamma resor, både inom Sverige och utomlands. Ibland var det lite svårt för så många att få ledigt samtidigt, eftersom de jobbade på samma arbetsplats. Men det löste sig genom att de bytte skift med varandra, och det underlättade att de hade ett system med ett rullande schema som innebar att varje anställd jobbade tre dagar och var sen ledig i tre dagar. Det gjorde att de enkelt kunde jobba in tiden före och/eller efter sin ledighet. Flera i gruppen minns med glädje långhelgerna i Paris, Köpenhamn, Oslo, Barcelona, Krakow och Gdansk.

Pratar om allt möjligt

Samtalet pendlar från deltagarnas personliga situation till aktuella samhällsfrågor. De pratar om hur det var förr i tiden när man oftare fick spontanbesök av grannar och vänner. Nuförtiden träffas de flesta utanför hemmet, och det tycker gruppdeltagarna är bra, så att inte en person måste ordna fika eller mat åt alla andra. Man pratar om äldreomsorg, om bemötande inom hemtjänsten och om

tvättstugor. Vårdplanering och sjukhusvård av-handlas också. Några har starka åsikter medan andra är mer tillbakadragna. -Vi pratar om allt mellan himmel och jord, om saker vi varit med om och så löser vi världsproblem, skrattar Solveig.

Bor på olika platser

Alla i gruppen bor inte i Fagersta. Någon bor i Hedemora, någon annan i Avesta och några i Norberg, och till våren blir det kanske så att de kommer att träffas i Norberg. En del håller kontakten mellan träffarna. Det händer att några går på bio eller fikar tillsammans. Flera går på linedance och har varit med i samma grupp i qigong och på promenader runt Eskiln.

**Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson**

Volleyboll i Lindhallen

Donata Firlej är en av dem som spelar volleyboll i Lindhallen två kvällar i veckan. Det är ett gäng duktiga amatörer som träffas och spelar för att det är bra motion samtidigt som det är roligt.

Flera av deltagarna är från Polska föreningen och de tar med sig vänner och arbetskamrater som gillar att spela volleyboll. Hittills har de haft spelare från Polen, Iran, Eritrea, Afghanistan, Thailand, Syrien och Sverige och fler får gärna vara med, både killar och tjejer.

-Vi vill att fler kommer och spelar med oss för vi vill helst ha två fulla lag så att vi kan spela match mot varandra när vi tränar, säger Donata.

Ofta är de ett tiotal personer som tränar ihop. Under de två timmarna som de hyr hallen brukar de hinna med att spela 5-7 set. Om de inte får ihop tillräckligt många som vill träna en kväll händer det att några av dem åker till Avesta och tränar istället. Donata och hennes man är riktigt bitna och spelar ibland tre gånger i veckan, både i Fagersta och i Avesta. På sommaren brukar några entusiaster träffas vid Eskiln och spela beachvolleyboll när det är fint väder. Donata berättar att föreningen under flera år har hyrt in sig i olika hallar i Fagersta och Norberg, och nu trivs de bra i Lindhallen. Hyreskostnaden är högre, men det är det värt, tycker hon.

-Golvet är perfekt för volleyboll. Mattan är lite mjukare än i andra hallar så man glider inte. Det är den enda hallen som har nät med antenner som visar var linjen är, och nätet är lätt att montera och att ta ned. Vi har ofta musik på när vi tränar och det funkar jättebra med bluetooth. I början var det lite problem med larmtaggen för att komma in i hallen, men nu funkar det bra.

Donata säger att hon är galen i volleyboll och nämner flera duktiga volleybollspelare som hon ser upp till. Hon hoppas kunna starta ett lag för ungdomar lite längre fram, eftersom även hennes barn är spelsugna. Polska föreningen var med i en volleyboll-cup i Avesta före coronapandemin, och då kom de på femte plats av tio lag.

-Vi är duktiga amatörer som älskar volleyboll, säger Donata.

Om du vill vara med och spela volleyboll i Lindhallen kontaktar du Donata Firlej tel 0737-62 22 02.

Lindhallen bokas på expeditionen på Lindgården tel 0223-434 07. Mer information om Lindhallen och priser finns på hemsidan vastanfors.svenskakyrkan.se (Klicka på bilden på Lindhallen)



Lindhallen har fullstora mått med ett bra nät och ett perfekt golv för volleyboll.



Donata Firlej älskar volleyboll och spelar gärna flera gånger i veckan.



I församlingens nybyggda sporthall Lindhallen, som ligger på Kyrkvägen, finns utrustning för olika bollsporter, dans och redskapsgymnastik.



Både killar och tjejer från olika länder som tycker det är roligt med volleyboll spelar i Lindhallen.

Erika har hyrt Lindhallen flera gånger

Erika och hennes familj har hyrt Lindhallen flera gånger, både för barnkalas och bara för att barnen ska få springa av sig. De bor nära hallen och under pandemin blev det en möjlighet att ge barnen fysisk aktivitet samtidigt som även farmor och farfar kunde vara med, eftersom utrymmet är så pass stort.

Det går bra att bygga hinderbanor i hallen med mattor, ringar, rep och plintar och det har varit roligt både för de små barnen, som är 1 och 4 år, och för tonåringarna som gillar parkour*. Familjen har också tagit med sig egna bollar för att kunna spela inomhusfotboll och innebandy.

-Det är superfräscht och hightech. Hallen är ny och toaletterna är rena. Det är enkelt att spela musik via bluetooth** så man behöver inte krångla med någon gammal ljudanläggning, och det är lätt att komma in utan krångliga koder.

Den som hyr hallen hämtar i förväg ut en förprogrammerad larmtagg på expeditionen på Lindgården mot en depositionsavgift, som återbetalas när taggen återlämnas. Det går bara att larma av och öppna dörren den tid som hyrestagaren har hyrt hallen, sedan är taggen inte längre aktiv.

Erika uppskattar att det är gott om plats även i entrén för att hänga av sig ytterkläder och parkera barnvagnen, och att det finns möjlighet att hyra kafélokalen om man vill bjuda sina gäster på fika.

-Det är absolut värt priset, tycker Erika, om man jämför med till exempel Leos lekland där det kostar 200 kr per barn och så slipper man ju åka. Man kan välja att hyra halva sporthallen om man vill komma ned lite i pris, tipsar hon. Andra fördelar är att det finns parkeringsplatser nära hallen och det är bra belysning utanför. Det Erika saknar är en lekplats utomhus vid Lindhallen, och om hon fick önska så skulle hon vilja att det erbjöds till exempel "Djungelgympa" för barn i hallen vissa tider.

**Parkour är en atletisk träningsdisciplin där utövare utan hjälpmedel försöker ta sig från punkt A till punkt B på ett så smidigt, snabbt och effektivt sätt som möjligt.*

***Bluetooth är en standard för trådlös, kortväg kommunikation mellan till exempel en mobiltelefon och en ljudanläggning/högtalare.*

Text och foto: Cecilia Kjellin Eriksson

Jagad av oro och stress



Det gäller att hänga med i dansen för att inte bli övergiven och ensam.
Den största orsaken till vår oro är att bli lämnade ensamma med vårt öde.
Foto: Magnus Aronson/IKON

Många människor upplever just nu oro som stressar dem. En oro för ovissheten om framtiden som gör att ingenting är överblickbart. Den gamla tryggheten fungerar inte då vi hade kontroll över vad som hände i våra liv. I varje fall tror vi det och har en föreställning om hur vi skall hantera vår situation för att få kontroll över den. När yttre faktorer slår sönder vår föreställningsvärld blir det problematiskt och vi blir rädda.

Ordet "fruktan" beskriver känslan av att världen håller på att gå under och allt liv är hotat. Något och någon har invaderat vår värld och gått över gränsen till vårt själsliga landskap och kränkt vår integritet som handlar om självbestämmande. Vi får inte bestämma över våra liv utan tvånget är att inordna sig i ledet på order av andra krafter än vårt eget jag. När Rysslands Putin invaderar Ukraina så invaderar han också oss och vår föreställningsvärld. Vår tro på godheten blir attackerad och vi ställs inför frågan om det är möjligt att kunna förstå vad som händer och varför det händer. Det vi kan få fram som orsaker verkar allt för enkla och banala, men kan människan bli så enkel och banal?

Vi vill inte tro det, vi vill ha högre tankar om människan än så. Barnet inom oss säger att alla människor innerst inne är goda och till slut skall alla bli sams som om livet är en hollywoodfilm. Vad vi vill tro och vad vi faktiskt erfar blir en konflikt och då väljer vi att fortsätta att tro och hittar därför på olika orsaker för att slippa konstatera den rena ondskan. Marknaden är full av förklaringar som barndomen, fattigdom, orättvisor och våld. Vi har blivit specialister på att släta över ondskan med goda förklaringar eftersom vi måste förneka att ondskan finns. Det är

egentligen en ren egoistisk sak, att vi inte vill upptäcka att det onda har rötter in till vårt allra innersta. Att vi själva har del i det som vi kallar för ondskan, även om det är i bakvänd ordning. Att vi känner skräck inför det onda bevisar att vi är smittade av den kraften. I normala fall, tider då allt är som det ska vara, "rullar livet på" som vanligt och det kan tyckas vara skönt och lugnt. Men under ytan så kokar grytan med oro och vi ställer krav på oss själva för att vara med i matchen.

För ska vi vara ärliga så pågår det ständigt ett krig. Vi lever i ett krigstillstånd fast vi kallar det inte för krig utan för "konkurrens". Varje dag måste vi tävla, jämföra oss, hävda vår röst och existens, följa med i strömmen och passa in samtidigt som vi vill sticka ut från mängden. Inte lätt att få det att gå ihop med allting och frågan är mot vem jag krigar. Mot mig själv, är det rätta svaret? Ja, men det är inte ett tillräckligt svar utan det är något mer komplicerat. Det som kommer in genom brevlådan som reklam och som vi säger inte påverkar oss är det som till slut maler ner vår motståndskraft. Det marknaden erbjuder är ett köp-jag med garanti för framgång på marknaden där vi blir sedda och bekräftade. Men att få denna trygghet krävs en motprestation. Pengar, ansträngningar och engagemang. Budskapet är: presterar så får du belöningen. Ibland fungerar det och ibland inte.

Det tysta kravet från omgivningen är massivt. Det får oss att tro, att det är vår egen röst vi hör och att kraven är våra egna. Hållhaken är att vi vill vara med i den stora gemenskapen och inte bli ställda utanför som varande någon udda person. Därför går vi med på kraven och ser till att vi presterar på vår toppnivå. Kroppen samlar på sig spänningar och hinner aldrig återhämta sig och så befinner

vi oss i ett konstant överspänningstillstånd. Åren går och vi lyssnar inte till kroppens signaler. En dag stänger vi till och signalerna kommer inte fram annat än som oro för allt och alla omkring oss. Oro för barnen, oro för jobbet, oro för ekonomin, oro för bensinpriset och vad finns det som inte oron kan rama in? Allt utom mitt eget inre jag som är stängt och som är själva källan till oron. Genom att fokusera på yttre sammanhang glömmar vi det inre. Yttre sammanhang kan vi inte göra något åt, men vårt inre kan vi påverka.

När det mesta i livet "rullar på" av sin egen fart till följd av rutiner så kommer något att fattas. Själva känslan, den som får oss att spricka upp i ett leende när vi möter ett barns glädje. En robot är någon som utför sina sysslor i enlighet med sin programmering, men kan inget annat. Den är själsligen död. En människa kan förvandlas till en robot från att ha varit den mest fantastiska varelsen på jorden. En människa som bär på det allra vackraste som finns i livet, spår efter den underbara skaparen som har skapat oss människor. Att bli en isolerad robot vars själsliv är en programmering är egentligen det som borde oroa oss mest.

Hur vi tolkar saker och med vad vi identifierar oss, kan förändra vårt liv. Det finns en möjlighet att flytta över oron från det yttre till vår egen inre borg, där vi vill vara vår egen härskare. På så sätt kan vi upplösa orons makt över oss. Förr bad människor till sin Gud och det fungerade som en metod att lämna det yttre och flytta hem till sitt inre. Att överlämna livet i Guds hand har varit en väg för många att kunna släppa sin oro och komma till vila i tillit. Det bästa som sker ligger i Guds hand, så enkelt och så svårt att tro på.

Per-Arne Bengtsson, präst i Svenska kyrkan

Geetanjalis ständiga kamp om liv och död

Hunger och förtvivlad brist på mat är en av pandemins effekter. I ett av världens mest folkrika länder kämpar Geetanjali och Act Svenska kyrkan för att människor ska få äta sig mätta. Det är en kamp mot pandemi, väderlek och destruktivt våld. En kamp som vi kan vinna om vi gör det tillsammans.

-Det handlar om en kamp för att överleva. Jag har sett människor tvingas äta blad och ogräs från skogen, okända svampar de hittat och mangofrön för att inget ville växa. Många människor förgiftades och hela områden drabbades av olika sjukdomar. Jag såg människor dö.

Så berättar hon om vad som driver henne att idag arbeta tillsammans med Act Svenska kyrkan för människors rätt att äta sig mätta, att slippa hunger och att få leva ett värdigt liv.

Geetanjali Mohanty arbetar som områdes-samordnare för organisationen Lutheran world service India Trust. Hennes uppdrag är att skapa kontakt, informera och mobilisera människor som lever i extrem utsatthet på landsbygden i distriktet Odisha och i distriktets huvudstad Bhubaneswars många slum-områden.

-Jag känner till de hemska effekterna av fattigdom från min uppväxt. De minnen jag har från barndomen driver mig att arbeta för andra människors livssituation idag, så att de aldrig ska behöva uppleva det jag upplevt.

Klimatförändringar och pandemi

Både klimatförändringar och coronapandemin har slagit hårt mot ett av världens folkrikaste länder, Indien. Sedan lång tid tillbaka har jordbrukare i stora delar av Indien haft en känd, svår situation på grund av klimatförändringar och orättvisor. Förstörda eller uteblivna skördar, dåliga socioekonomiska skyddsnät och lagar som begränsar de som inte äger eget land från att ta lån, leder till att många skuldsätter sig hos oseriösa aktörer och hamnar i skuldfällor med få vägar ut. Demonstrationer och

konflikter mellan bönder och myndigheter är återkommande i många delar av landet. Självordsstatistiken är hög bland just jordbrukare.

Till storstädernas slumområden kommer många människor som migrerar från landsbygden för att få ökad försörjning och ett bättre liv. Tyvärr är risken mycket hög att situationen förvärras och familjer fastnar i slumområden och i allvarlig utsatthet och fattigdom.

Ett mål mat om dagen

Act Svenska kyrkan arbetar brett i Indien med flera lokala partner för att människors rättigheter ska bli tillgodosedda och att hungerspiralen ska brytas och inte leda till ren svält.

-Under pandemins restriktioner med karantän i hemmet förlorade många sina jobb. För att klara sig skar familjer ner sitt matintag avsevärt. För de flesta i storstadsslummen innebar det ett mål mat om dagen för andra fanns till sist inget att äta, berättar Geetanjali. Hon fortsätter:

-När plötsligt hela Indien stängdes ner, ställde vi om stora delar av arbetet från långsiktiga insatser till mer akut assistans. Främst arbetade vi med att lokalisera gravida kvinnor och mammor och barn, som var de som först riskerar att drabbas av undernäring när de isolerades i sina hem. Vi gav kontantstöd och samordnade familjer att dela sina resurser med dem som hade mindre.

Patriarkala strukturer hämmar

Ett stort problem i utsatta områden är de patriarkala strukturer som på flera sätt berövar kvinnor och barn tillgång på mat och försörjning, och det utbredda alkoholmissbruket. I städernas slumområden rapporterar kvinnor om hur deras män tar den lilla inkomst som finns och köper alkohol. Behovet av mat, kläder och skolgång för barnen blir lidande.

-Jag känner starkt för de här situationerna och ett av mina stoltaste minnen är då vi, trots hot från en del myndighetspersoner och män i samhället, lyckades organisera över 300 personer för att stänga ner

en alkoholbutik som skapade stora problem i ett område. Det vi gjorde uppmärksammades och berömdes senare av media och politiker.

Men för att långsiktigt komma tillrätta med hungerproblematiken och utsattheten bland de mest sårbara i Indien behövs andra metoder.

-Statens program för matsäkerhet förser människor i riskzonen med fem kilo ris per månad. Programmet når inte alla, mängden räcker inte och det uppfyller inte heller människors behov av näringsintag. Vi behöver mer kreativa, hållbara och praktiska lösningar för att bekämpa hunger och undernäring.

Att kunna påverka sitt eget liv

Tillsammans med Geetanjali och flera modiga medarbetare hos LWSIT driver Act Svenska kyrkan kampen för allas rätt att kunna påverka sina egna liv och för att myndigheter ska tillgodose alla människors mänskliga rättigheter. En viktig del i det arbetet är att förse människor med kunskap om sina rättigheter och länka grupper som väljer att organisera sig, med rätt myndighetspersoner.

-Vi ger också yrkesutbildning, främst med fokus på att kvinnor ska kunna bli självförsörjande och på så sätt också bryta beroendet av en kanske våldsam man som inte prioriterar sin familj. Tyvärr är en av våra största utmaningar att få med oss män i engagemanget för att åstadkomma en förändring. Ett stort ansvar hamnar på redan tyngda kvinnor. Det vi ser är glädjande nog att många kvinnor växer och hittar glädje och styrka i att få möjlighet att påverka sin egen och sina barns situation även om uppgiften är svår och stor. De hittar också kraft i varandra, i det systemskap som skapas genom spar- och långrupper och grupper mot våld som kvinnor står för merparten av i våra områden.

Geetanjali själv hittar drivkraft från sin egen bakgrund och berättar om hur viktig en förändring också är för barnen. Hon har själv lyckats bryta cirkeln av fattigdom men till priset av en delvis förlorad barndom.



Geetanjali Mohanty i Indien arbetar tillsammans med Act Svenska kyrkan för att människor ska få tillräckligt med mat.
Foto: LWSIT/Act Alliance

-Vi hade det väldigt svårt i perioder, men på något sätt gav jag aldrig upp inför vår situation. När mina föräldrar en dag berättade att jag inte längre kunde få gå kvar i skolan kände jag något väckas i mig. Jag vägrade acceptera situationen och började erbjuda läxläsning för de yngre barnen. På så sätt lyckades jag själv fortsätta betala för min skolgång och efter att jag gått ut grundskolan lyckades jag till och med genomföra en kandidatexamen.

Skolverksamhet och läxhjälp

Genom stöd från Act Svenska kyrkan har nu den organisation Geetanjali arbetar för möjlighet att erbjuda både viss skolverksamhet och läxhjälp för barn. Det ger hopp på lång sikt och glädje och positiva effekter för barnen i deras liv här och nu.

-Folk behöver utbildning, framtidshopp och kunskap om hur de kan utkräva sin rätt, men det behöver också finnas mat att tillgå på marknaden. Därför är en stor och viktig del i det vi gör att se till att jordbruket moderniseras och att det blir möjligt för människor att försörja sig på det. Vi satsar brett på att förse jordbrukare med nya typer av snabbväxande grödor så att skördar hinner bli mogna mellan kraftigt växlande väderlek av torrperioder och skyfall. Vi arbetar med mer torktåliga sädeslag och landutjämning i bergsområden som drabbas av jordskred vid avskogning, torrperioder och orkaner med översvämningar och störtfloder.

Längs Odishas kustområde i östra Indien drabbar numera upp till fyra orkaner om året som slår sönder människors odlingar, drömmar och hem.

-Det är en ständig kamp om liv och död. Vi måste återinföra hopp och nya vägar för jordbrukare och vi måste se till att bryta förtrycket och våldet som hindrar kvinnor från att bidra till landets utveckling och framtid. Vi stöttar också det statliga socialförvaltningssystemet genom nätverkande och påverkanskampanjer för att deras satsningar verkligen ska nå de allra mest utsatta.

Säkra och vackra samhällen

Geetanjali är hopp personifierad och den kraft att agera som väcktes i henne redan som barn har inte slocknat.

-Genom att vi tillsammans över världen beslutar oss för att arbeta för samma sak, delar information, resurser, forskningsresultat, teknik och aktiviteter kan vi gemensamt förbättra livsförutsättningar för människor och bygga samhällen som är både säkra och vackra att leva i.

Act Svenska kyrkan drivs av och tillsammans med människor som Geetanjali, människor som ser hopp i att agera för förändring, ett hopp som gror i tron på alla människors lika värde och i armar som inte slutar utanför vår egen dörr, utan sträcker sig över hela världen.

Text: Sanna Bülow

Var med och gör skillnad!

Act Svenska kyrkans fasteaktion startade på fastlagssöndagen den 27 februari och pågår till påsksöndagen den 10 april.

45 miljoner människor är i akut hungersnöd. Fler än 82 miljoner människor är på flykt. Över en miljon människor är på flykt från Ukraina just nu. Krig, konflikter, naturkatastrofer och förtryck tvingar dagligen medmänniskor att fly eller på annat sätt söka efter trygghet. Act Svenska kyrkan arbetar med partner över hela världen för att främja en hållbar och rättvis matförsörjning och för att främja en hållbar fred.

De senaste åren har den positiva utvecklingen i världen gått tillbaka till följd av vidgad ekonomisk ojämlikhet, konflikter och klimatförändringar. Coronapandemin har ytterligare förstärkt den negativa utvecklingen och allt fler människor drabbas av hunger och matosäkerhet.

Dela med dig till människor som är i hungersnöd, är på flykt från kriget i Ukraina eller av annan anledning lever i utsatthet. Swisha halva beloppet för något du köper. Det kan vara en kaffe, lunch eller varför inte halva matkassen?

Din gåva bidrar bland annat till:

- 100 kr räcker till fröer för en familj i Sydsudan. Fröerna ger naturligt tåliga grödor som står emot nyckfullt väder och ger mat på bordet.
- 150 kr ger 24 barn näringsersättning som räddar liv vid undernäring.
- 280 kr räcker till ett matpaket vid gränsen mellan Ungern och Ukraina (mjöl, ris, olja, gryn, kött- och fiskkonserver, mjölk, mörk choklad, pasta, ärtor, kakor).

Swish 900 1223



Foto: Kyrkobil

Tussilagon är här

Solen skiner på mina smutsiga fönsterrutor och väcker våren till liv. Isen och halkan förlorar mark samtidigt som jag njuter av den spirande grönskan, även om det dröjer innan träd och blommor slår ut på riktigt. Det dröjer innan "blåsippa i backen står" men solen blir bara starkare och starkare och gör så att jag hittar tillbaka till livet igen.

Det vill säga till mitt alldeles eget liv, som jag tappade bort under alla krav och smutsiga vantar någon gång i vintras. Försiktigt, försiktigt andas jag in genom näsan och ut genom munnen. Det är så ovant att inte kunna gå ned i ett dike och plocka en nytslagen tussilago, eftersom jag numera är rullstolsburen med en massa nya känslor och utmaningar.

Ibland känns det bara skönt. Skönt att slippa kämpa för varje liten rörelse och andetag, men i allt, under allt, gör det mig också ledsen och uppgiven. Tårarna rinner samtidigt som saven stiger i träden runtomkring mig. Det blåser ute och den vårvinterkalla luften tar udden av min själsliga smärta. Trots det vill jag skada mig, men jag "håller emot" som jag gör när jag tränar vid gåbordet för att förhindra att mina ben slänger hur som helst. De har nämligen ingen styrsel i sig själva längre. Men det tar inte slut där, för själen bråkar samtidigt och har ätit upp det mesta av mitt självförtroende.

Därför stickar jag hela tiden, i vild förtvivlan, för att jag ska känna så lite som möjligt. Benen blir varma av de lila benvärmarna, men vad händer med mig och mitt jag när islossningen startar och smälter bort det hårda runt mitt hjärta? Det är dags att sopa bort all sand och grus, både bildligt och bokstavligt, för tussilagon är här. Maria Jönsson, februari 2022

Fråga juristen



Ida Jäder, jurist

Framtidsfullmakt

Fråga: Jag har läst lite om framtidsfullmakter och undrar när man ska skriva en sådan. Både jag och min fru är friska och pigga och har några år kvar till pensionen.

/Undrande

Svar: Att skriva en framtidsfullmakt ger dig en möjlighet att på förhand utse någon som kan sköta om dina personliga och ekonomiska angelägenheter om du senare i livet skulle drabbas av sjukdom, psykisk störning, försvagat hälsotillstånd eller liknande. Du väljer själv vem du vill ge förtroendet att fatta beslut åt dig. Det kan vara din partner, ett av dina barn eller någon annan du känner tillit till. I framtidsfullmakten kan du själv välja vilka befogenheter du vill att fullmaktshavaren ska få, dock med vissa i lagen angivna undantag.

Om du **inte** har skrivit en framtidsfullmakt och hamnar i en sådan situation att du själv inte längre kan ta hand om dina personliga och/eller ekonomiska angelägenheter behövs det i många fall att domstol förordnar en god man åt dig. Om du istället själv vill välja vem som ska företräda dig, är det viktigt att skriva en framtidsfullmakt när du fortfarande är frisk och vid dina sinnens fulla bruk. Sammanfattningsvis innebär en framtidsfullmakt en möjlighet för dig att på förhand välja vem du vill ge förtroendet att fatta beslut åt dig om du själv inte kan det i framtiden. Det kan lösa bekymmer och skapa en känsla av lugn inför framtiden oavsett vad som händer.

Om du har frågor som du vill gå igenom och få svar på och/eller få hjälp att skriva en framtidsfullmakt, är du välkommen att kontakta oss för att boka en tid. Vi hjälper dig att komma fram till hur framtidsfullmakten ska formuleras, samt ger dig råd kring eventuella andra juridiska dokument som du och din fru kan behöva för att ni och era närstående ska vara trygga. Vi har möjlighet att genomföra möten digitalt om önskan finns.

Ida Jäder, jurist

Kyrkans Juridiska Byrå tel 0223-434 76
För tidsbokning kontakta sekreterare
Maria Ulestig Eriksson kl 8-12.

Korsordet - vinn en lunch på Lindgården

Skicka in ditt svar senast den 30/4 till Västanfors Västervåla församling, Box 2012, 737 02 Fagersta

Vi lottar en vinnare bland rätta svar, så kom ihåg att skriva ditt namn och din adress. Lycka till!





VAN- LIGT STIL- SLUT	TÄCKER TACKA		DÄR VISADE SIG DEN UPP- STÄNDNE JESUS	VILL VI ATT DET SKA I RA- BATTEN	
	SES I CHOKLAD OCH MARSIPAN				
	ÄR OF- TA GULD I MUN MULE				
OG IN			FEM I TESKED		
			DEN ÄR BRONS VÄRD		
		LEVNADS- REGLER I KINESISK FILOSOFI			
SYLT- SYNO- NYM	FÄLT- AN- DAKT				
AVKYL- DA SOM TÄT- TING	STOR BALJA	MÄSTARE ANVÄNDA APOST- LAHÄS- TARNA			
SES BONDE I APRIL	JU FÖRR ... BÄTTRE	LIGGA AN	FEMTE MARS		
REKREATION OHJÄLPLIGA		FÖR- STRÖR			
		KVÄLLS- ARRAN- GEMANG	JÄTTE- LIK JÄGARE	HAR SINA STEG VISKA	
MÅL FÖR MÅNGA	HAR ÖGA MEN INGET HUVUD	UNGE- FÄR MED I RUNDA	CENT- RUM I CUR- LING	SOFFA MED MAN SLING- RA	
TILLÄGG		SKAL- RESTER			
VERK AV BACH					
FRIA	TJUT	OSÄMJANS GUDINNA			OKÄND STOR- HET
KRETA	UPP- SÖKTE JESUS PÅ NATTEN	RIS- BÄL	MAG- KÄNS- LA	SES MED KYRKA OCH KRAFT	RASER
	TUNN- LAND				
RUNE- BERGS FÄNRIK		VÄL- DOFT	FÖRSTA BÖRJAN		
			I HER- RENS ÄR	VRED EN AV JAKOBS SÖNER	
PSALMEN					LÄR NÖDEN SAKNA
"Och fruset i dagar vintergrå skall löst av himmelsljuset mot blom och mognad gå."					KÄNT FÖR KRA- VALLER
					VIKT
					METALL- PINNE PÅSTÅS
					BOK 2201



Församlingsresa lördagen den 18 juni 2022

"I denna ljuva sommartid, gå ut min själ och gläd dig vid den store Gudens gåvor". Välkommen att följa med på församlingsresa som i år går till Dalarna. Vi besöker dalarnas äldst bevarade kyrka som ligger i Torsång där vi har en andakt. Vi stannar även till för en fika alldeles intill Dalälven. Därefter far vi vidare mot Leksand med stopp för lunch innan besök på Hildasholm.

Program

Klockan 08.00 Avresa från Lindgården, via järnvägsstationen kl.08.05, Bergslagssjukhusets entré kl. 08.10 och busshållplatsen vid Lidl klockan 08.15.

Klockan 09.30 Besök med andakt i Torsångs kyrka.

Klockan 10.00 Fika vid Torsångs café.

Klockan 10.45 Avfärd mot Leksand

Klockan 12.00 Lunch på Trollkrogen i Gagnef

Klockan 13.15 Hildasholm, guidning och strosa runt i trädgårdarna.

Vi räknar med att vara åter i Fagersta 18.00.

Observera att det är cirka-tider!

Reseledare: Birgitta Hellman, diakoniarbetare och Helena Markfjärd, präst.

Kostnad för medlem i Svenska kyrkan: 400 kronor

Kostnad för icke medlem i Svenska kyrkan och i mån av plats: 600 kronor. Betalas kontant eller via swish vid påstigning.

Välkommen att anmäla dig till församlingsexpeditionen på Lindgården, tele: 0223-43400 senast den 2/6.

Gudstjänster i

Sö 10/4 kl 15

Mässa i Brukskyrkan. Kyrkkaffe.

Må 11/4 kl 13

Måndagsträff och andakt i Västervåla sockenstuga med påsklunch.

To 14/4 kl 19

Skärtorsdagsmässa i Västanfors ka.

Fr 15/4 kl 11

Långfredagsgudstjänst i Västanfors kyrka med Kyrkokören. Sångsolister: Britt-Marie Frid Andersson och Imogen Grant

Sö 17/4 kl 11

Påskdagsmässa i Västanfors kyrka med Kyrkokören.

Sö 17/4 kl 11

Jumalanpalvelus. Finsk gudstjänst i Brukskyrkan.

Må 18/4 kl 11

Sammanlyst till Skinnskattebergs ka

On 20/4 kl 17

Veckomässa i Västanfors kyrka.

Sö 24/4 kl 15

Gudstjänst i Brukskyrkan. Kyrkkaffe.

To 28/4 kl 19

Veckomässa i Västanfors kyrka.

Lö 30/4 kl 20

Kyrkokören sjunger på Valborgsmässofirandet på Udden i Ängelsberg.

Sö 1/5 kl 18

Gudstjänst i Västanfors kyrka.

On 4/5 kl 17

Veckomässa i Västanfors kyrka.

Sö 8/5 kl 13

Ättenpäiväjuhla. Finskt morsdagsfirande på Lindgården.

Sö 8/5 kl 15

Mässa i Brukskyrkan. Kyrkkaffe.

Må 9/5 kl 14

Måndagsträff med andakt och fika i Västervåla sockenstuga.

To 12/5 kl 19

Veckomässa i Västanfors kyrka.

Sö 15/5 kl 18

Rockgudstjänst i Västanfors kyrka med Rock- & popkören och bandet.

påsk och vår

On 18/5 kl 17

Veckomässa i Västanfors kyrka

Sö 22/5 kl 10

Familjegudstjänst i Västanfors kyrka.
Sommaravslutning med stora tårtan.

Sö 22/5 kl 15

Gudstjänst i Brukskyrkan. Kyrkaffe.

To 26/5 kl 8

Gudstjänst på Hotellberget i Ängelsberg med Kyrkokören. Ta med fikakorg och något att sitta på.

Sö 29/5 kl 11

Jumalanpalvelus. Finsk gudstjänst i Brukskyrkan.

Sö 29/5 kl 18

Gudstjänst på Lindgårdens uteplats

Sö 4/6 kl 13

Konfirmation i Västanfors kyrka.

Sö 5/6 kl 15

Gudstjänst i Brukskyrkan. Kyrkaffe.

Ti 7/6 kl 19

Musik i sommarkväll i Västervåla kyrka med Kyrkokören.

Sö 12/6 kl 11

Jumalanpalvelus. Finsk gudstjänst i Brukskyrkan.

Sö 12/6 kl 11

Friluftsgudstjänst på Oljeön.

Ti 14/6 kl 19

Musik i sommarkväll i Västervåla kyrka med Gränslösa.

Sö 19/6 kl 15

Gudstjänst i Brukskyrkan. Kyrkaffe.

*Mer information om gudstjänster finns i predikaturen i Fagersta-Posten och på församlingens hemsida.
www.svenskakyrkan.se/vastanfors*



Ingrid Östborg och Li Lundberg har gått i pension

Diakon Ingrid Östborg och Li Lundberg, präst, har gått i pension. Båda har jobbat i församlingen under många år och är välkända och omtyckta av många församlingsbor.

Utredning om kyrkliga begravningsbyråer

Västanfors Västervåla församling är remissinstans i en pågående utredning om kyrkliga begravningsbyråer. Vår församling startade Kyrkans Begravningsbyrå 2005 och är förstörd positiv till att församlingar i Svenska kyrkan driver begravningsbyrå. Vi ser det som en diakonal verksamhet samtidigt som det stärker församlingens ekonomi.

Nu kan du söka medel ur våra stipendiefonder

Uppgifter om aktuella stipendier och ansökningsblanketter finns på församlingsexpeditionen på Lindgården tel 0223-434 00 och på hemsidan. Ansökan lämnas senast den 3 maj.

Kyrkans Begravningsbyrå har fått ny hemsida

Kyrkans Begravningsbyrås hemsida har fått ny design. Gå gärna in och titta på www.kyrkansbegravningsbyra.se. Kyrkans Begravningsbyrå finns nu på 12 orter och fler församlingar är intresserade av att starta. Kyrkans Begravningsbyrå i Lilla Edet startade i januari och är det senaste tillskottet. På hemsidan kan du se på vilka orter som Kyrkans Begravningsbyrå finns just nu.

Nästa tidning

Nästa nummer av församlingstidningen Mitt i livet kommer ut den 19-20 juni. Hör av dig till redaktören om du inte får någon tidning.

MITT i LIVET

Ansvarig utgivare: Henrik Rydberg, tel 0223-434 10.

Redaktör: Cecilia Kjellin Eriksson, tel 434 06. **Tryck:** PRIMA-tryck, Hallstahammar. **Omslagsfoto:** Fotograf Magnus Aronson. Redaktören svarar för osignerat material.

WWW.SVENSKAKYRKAN.SE/VASTANFORS

Svenska kyrkan 
VÄSTANFORS VÄSTERVÅLA

Samhällsinformation

90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL

NÖDROP FÖR UKRAINA

Krig, svält och naturkatastrofer slår sönder miljoner människors tillvaro varje dag. Varje person som drabbas har rätt till trygghet, värdighet och behöver stöd för att orka leva vidare. Att rädda liv och lindra nöd är alltid högsta prioritet när katastrofen är ett faktum.

Genom lokala partner är Act Svenska kyrkan på plats och kan snabbt bidra med mat, vatten och trygghet när läget är akut. Stöd vårt katastrofarbete!

SK22036

act
Svenska kyrkan

Ge en gåva
som räddar liv.

SWISHA TILL
900 1223
Skriv AKUT i meddelandefältet.



PG 90 01 22-3 BG 900-1223
svenskakyrkan.se/act