

# INTRYCK

NR 4 • ÅRGÅNG 98 • NOVEMBER 2019 – JANUARI 2020

## TEMA: HJÄLTAR

ALLA KAN GÖRA STORDÅD

*Carin Götblad*

ALTERNATIV JULKALENDER

EN SKYDDANDE ÄNGEL

Svenska kyrkan 

NORGE



# INTRYCK

## Nummer 4- 2019

Ledare	4-5
Vad är en Hjalte?	6-7
Läsvärt	8-9

### Tema: **Hjalte**

Vem är din hjalte?	10-11
En av vår tids hjaltar	12-13
Hallå Carin Götblad	14-15
Alternativ julkalender	16-17
En skyddande ängel	27
Bibelns hjaltar	28
Min syster är min hjalte	30

På gång i Oslo	18-19
Din fråga	21
Kyrknytt	21
På gång i övriga Norge	22-23
Husmor tipsar	24
Kyrknytt	25
Reflektion i vardagen	26
Vännerna informerar	31



Tillsammans slog vi rekord! Terminen inleddes med en församlingsfest som hette duga. Körerna bjöd på ljuv musik och det bjöds på ett kaktorn till knytkalaset efter.



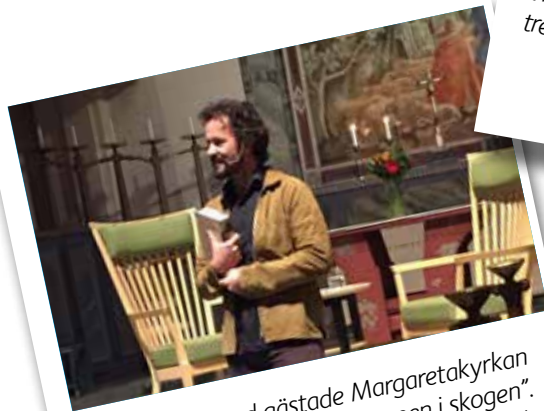
Margaretakyrkans kammarkör har varit på körhelg i Ljungskile. Helgen bjöd på god mat, trevliga samtal och självklart en massa sång och musik. De övade bland annat på Faurés Requiem och Lucia.

## Tillsammans

Tack vare dig är Svenska kyrkan i Norge en självklar plats för många svenskar, både för liten och stor. Under hösten har många samlats och firat olika högtider tillsammans, ätit kanelbullar och umgåtts.



Vilken kväll! Kräftsivan bjöd på både sång, trevligt sällskap och massa god mat.



Jens Liljestrand gästade Margaretakyrkan och talade om sin bok "Mannen i skogen". En inspirerande kväll som bjöd på både boktips, skratt och sång.  
Foto: Petter Vellesen



Hipp Hipp Hurra! I oktober månad firade vi stort. Lite över 30 glada pensionärer firade sin födelsedag i Margaretakyrkan. Det bjöds på god mat, sång och en liten gåva.

# 24

Husmor tipsar



# 14

Hallå Carin Götblad



# 30

Min syster är min hjalte

# 28

Bibelns hjaltar



# VAD LÄGGER DU IN I ORDET?

Det blir ofta tydligt att vi förstår ord olika. Kommunikation förutsätter att vi menar ungefär samma sak med ett ord, att vi förstår och värderar innehållet på ungefär samma sätt. Annars blir det garanterat missförstånd. Det blir missförstånd ändå, även om vi förstår orden på samma sätt; vi tolkar varandras blickar, gester, handlande, tonfall och mycket annat olika. Den ene menar något och den andre uppfattar något helt annat. Det känns verkligen omöjligt att i sociala samspel undgå missförstånd – också de för mig enklaste orden kan orsaka missförstånd.

Jag tänker på ordet hjälte. För mig var det ordet helt oproblematiskt till dess jag uttryckte min glädje över en persons stora frivilliginsats och kallade henne hjälte. Jag möttes av en upprörd reaktion; ”jag gör inte detta för att spela hjälte”. Jag behövde fundera ett tag på vad jag sagt och vad svaret betydde. Det tog nog en stund innan jag förstod. För henne betydde ordet en insats man gör för

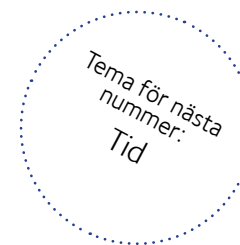
uppmärksamhetens skull, att man kanske offerar sig för att andra skall se. Kanske fanns det också andra negativa betydelser, det blev inte riktigt utrett, men jag kallade henne inte hjälte igen – jag fann andra sätt att uttrycka uppskattning och erkännande på.

Episoden ligger 20 år tillbaka i tiden, men den kom självklart i minnet när redaktionen för INTRYCK bestämde tema. Vad är associationen till temat Hjälte för dig? Själv tänker jag mest på vardagshjältarna som de flesta av oss är ibland. Hjälteåden kan vara oansenliga. Jag tänker på de tillfällen någon offerar av sin tid och sitt engagemang för andras skull – utan egen vinning, som en gåva av tid och kärlek till någon annan. Jag tänker på de många som har särskilt svåra omständigheter i familjen eller i sitt eget liv och ändå kämpar på, hoppfullt, envist. Ja, jag vet. Mina associationer till ordet är helt andra än människornas i antikens Grekland som tänkte på mytologin med halvgudar och

storverk – det var hjältar av annat slag det. Det gemensamma för de ursprungliga mytologiska ”heroerna” och mina vardagshjältar är att det dom gör betyder mycket för någon annan. De dåd de utför spelar avgörande betydelser i någon annans liv. Så tänkte jag när en äldre man med rullator i parken tappade kopplet till sin älskade hund och hunden rusade iväg genom parken och inte brydde sig om mannens förtvivlade rop. En tonåring tog upp jakten och fick tag i hunden strax före en starkt trafikerad väg. Så enkelt – så stort. Tack gode Gud för vardagshjältar.

Per Anders Sandgren

Kyrkoherde i Svenska kyrkan i Norge



## Personal

**Per Anders Sandgren** Kyrkoherde (präst)  
Mob: 97 03 14 92  
peranders.sandgren@svenskakyrkan.se

**Karin Borg** Präst  
Start i januari 2020

**Kristina S Furberg** Diakon  
Mob: 45 91 53 23  
kristina.s.furberg@svenskakyrkan.se

**Benjamin Åberg** Kyrkomusiker/organist  
benjamin.aberg@svenskakyrkan.se

**Nina Norrman** Kyrkomusiker/kantor  
nina.norrman@svenskakyrkan.se

**Ami Hall** Församlingspedagog  
Start i januari 2020

**Nathalie Fagerström** Församlingsassistent  
naf@svenskakyrkan.no

**Robert Mellberg** Församlingsassistent

**Catarina Storhammar** Husmor  
husmor@svenskakyrkan.no

**Daniel Löfgren** Vaktmästare  
daniel.lofgren@svenskakyrkan.se

**Gints Kronbergs** Vaktmästare  
gints.kronbergs@svenskakyrkan.se

**Karolina Johansson** Kommunikatör  
karolina.johansson@svenskakyrkan.se

**Lena Hedmar** Kanslist  
lena.hedmar@svenskakyrkan.se

**Alberte Bremberg** Projekt – Kultur & tro  
alb@svenskakyrkan.no

Ansvara för att din familjs totalekonomi harmonierar med de norska reglerna

www.invento.no  
tel 48 84 73 43  
post@invento.no

**Invento**  
KAPITALFORVALTNING



Att kunna  
"ändra åsikt"  
är en styrka  
som få äger!

facebook.com/herregudco

Telefon: 23 35 32 50

Expeditionens öppettider:  
Helgfri måndag–fredag kl. 9–12

Kontaktuppgifter  
Hammersborg Torg 8B, 0179 Oslo  
Hemsida: www.svenskakyrkan.se/norge  
Journummer: 46 94 48 42  
Bank: Handelsbanken  
Norskt konto: 9046 05 05711  
Organisationsnummer: 871436142  
VIPPS: 10527

Tidningen ges ut gratis till alla bekräftade medlemmar i Svenska kyrkan i Norge.  
**Prenumerera?** Är du inte medlem men skulle vilja prenumerera på magasinet via post kostar det 200 kr/år. Du kan betala via VIPPS-nummer 10527 eller kontonr: 9046 05 05711. Märk betalningen "Prenumeration" följt av namn och adress. Du kan även få det gratis via epost. Sänd då ett mail till oslo@svenskakyrkan.se

oslo@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare: Per Anders Sandgren  
Omslagsbild: Ivanovgood–pixabay  
Redaktör och grafisk form: Karolina Johansson  
Årgång: 98  
Upplaga: ca 14 000 ex.  
Tryckt av Zoom Grafisk.



## Kyrkorådet 2019

**Ordförande:** Mikael Strandberg  
**Vice ordförande:** Beryl Wilhelmsson  
Marie-Anne Sekkenes  
Maria af Klinteberg Herresthal  
Ulrika Löfgren  
Gunnar Prytz Leland  
Anita M. Hedén Johnsen  
Kyrkoherde Per Anders Sandgren  
Karin Ibenholt  
**Suppleanter**  
Johnny Comstedt, Sara Svensson,  
Ulf Hägnefelt, Barbro Roos.

Se hemsidan för information om utskott och arbetsgrupper.

# Vad en Hjälte?

Här nedan kan du läsa tre fria tolkningar om hjältar.

Vill du skriva en fri reflektion om nästa tema: Tid? Sänd ett mail till [karolina.johansson@svenskakyrkan.se](mailto:karolina.johansson@svenskakyrkan.se)

## LINNÉA EDLUND, PERSONLIG ASSISTENT, OSLO.



också för att en hjälte inte har ett specifikt utseende. En hjälte kan vara vem som helst; en

Hjälte. En bild av en flygande människa i triåer, ögonmask och mantel dyker upp i huvudet, i alla fall för mig. Men den bilden stämmer ju egentligen inte. Dels på grund av den uppenbara anledningen, att människor inte kan flyga, men

busschaufför, en undersköterska eller en gatumusikant.

En hjälte som tyvärr ofta glöms bort är en själv. Att vara sin egen hjälte. Jag ser tillbaka på allt jag gått igenom men att jag ändå står kvar, starkare än någonsin. Jag kämpar varje dag för att bli bättre för min egen skull. Varje dag för att lära mig att verkligen älska den viktigaste person jag har i mitt liv – mig själv. Jag är min egen hjälte. Jag är en hjälte. Men jag skippar gärna triåerna.

## HANS KVARNSTRÖM, PRÄST, NORGE.

Jag känner en som heter Hjälte i efternamn. Han är en helt vanlig människa. Kom att tänka på honom när jag skulle skriva det här. Hjältar är ju helt vanliga människor men det är lätt att vi glömmet det när vi pratar om en Gandhi, Martin Luther King, moder Theresa eller Greta Thunberg.

Jag tänker ofta att de ”tysta i landet”, som kämpar på och får det mesta att fungera, trots allt är de stora hjältarna som kanske behöver

bli uppmärksammade för att vi ska bli inspirerade. Berömd eller inte, hjälte är den som förstår att inte vara i vägen genom att alltid vara i centrum. Hjälte är den som också låter andra vara hjältar.



## TYCKER DU OM ATT SKRIVA?

Det är alltid kul med nya skribenter i INTRYCK. Det spelar ingen roll var i landet du bor. Du kan alltid bidra med något. Tillsammans kommer vi fram till format och vad som passar dig bäst.

*Låter det intressant eller vill du veta mer?*

Då är du välkommen att kontakta [karolina.johansson@svenskakyrkan.se](mailto:karolina.johansson@svenskakyrkan.se)



## ANNA LAGERLÖF, PRAKTIKANT PÅ SVERIGES AMBASSAD I OSLO

Hjältar är för mig synonyma med förebilder eller idoler, personer att se upp till. De hjältar jag ser upp till kan i vissa fall bytas ut, medan vissa består.

Det senaste bidraget till min samling över sådana är Greta Thunberg. I egenskap av att själv vara en ung kvinna, är det otroligt inspirerande att leva samtidigt som en så ung, modig och intelligent kvinna visar vägen för andra genom att våga stå upp för det hon tror på och dessutom ha starkt belägg för det hon talar om.

Med tanke på hur långt Greta kommit bara på ett år så är jag mer än nyfiken på att se hur långt hon faktiskt kan gå.

Hon är en viktig röst som behövs i den världsutveckling vi har nu. Därför har jag en känsla av att hon kommer vara en bestående hjälte i min samling.



## LUCIA

**LUCIAKONSERT** (Entré)  
12 december kl. 18.00 och kl. 20.00

**LUCIAMORGON** (Fri entré)  
(OBS i Trefoldighetskirken)  
13 december kl. 07.00

**LUCIAKONSERT** (Entré)  
13 december kl. 18.00 och kl. 20.00

**BARNENS LUCIA** (Fri entré)  
15 december kl. 15.00 och kl. 16.30

För info om anmälan och pris se [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)  
Biljetter säljs via [www.tikkio.com](http://www.tikkio.com)





## MINA BIBLISKA STORASYSTRAR – NYUTKOMMEN BOK

Tema för Intryck i detta nummer är Hjältar. Vad är egentligen en hjälte i andlig mening? Kanske en förebild, någon som hjälper oss att se oss själva och kan inspirera oss att utvecklas.

En bokrekommendation som i den meningen rör temat hjältar, eller kanske hjältnor är den nyligen utkomna *Mina bibliska storasystrar – Glimtar från Gamla testamentet*. Boken är utgiven 2019 på Artos & Norma bokförlag och skriven av Anna Sophia Bonde.

Författaren tar sin utgångspunkt i en biblisk människosyn som handlar om att folk är som de är, precis som i våra dagar. Gamla testamentets kvinnor och män är inte perfekta, de handlar på ett sätt som är naturligt för dem i sin tid. De tänker inte som vi men detta har vi gemensamt; Gud söker oss, då som nu.

Gamla testamentets människor var grupporienterade, familjen, klanen, trosgemenskapen. Individualismen var inte uppfunnen. Trots det, skriver Bonde, älskar Gud inte mänskligheten, varken då eller nu. Gud älskar var och en av oss människor. Gud kallar oss en och en.

I sin bok lyfter Bonde fram tretton kvinnor som vi känner från Gamla testamentets böcker. Känner är kanske mycket sagt eftersom flera av dem bara nämns med några ord, liksom i förbigående. De har tilldelats biroller i en historia berättad av män. Bonde ger oss bekantskap med dessa tretton kvinnor och speglar dem i

vår tid, i våra utmaningar och vår längtan. En av dessa kvinnor är Hagar. Hennes berättelse finns återgiven i 1 Mosebok kapitel 16. Slå upp den, du läser den på fem minuter. Hagar har en biroll men är en kvinna som Gud ser, älskar och kallar. Hon flyr i desperation ut i öknen, från sin matmor Sara. Hon vet inte vad det är hon söker men i öknen, vid sin absoluta nollpunkt finner hon Gud. Precis så är det för människor i alla tider, i fattigdom, i största utsatthet – där öppnas våra sinnen så att vi kan möta Gud. På så vis blir Hagar en hjältna för oss, en kvinna som hjälper oss att se oss själva.

Hon är sedd och älskad. Och Gud visar henne vägen framåt – en väg som leder henne tillbaka där hon kom ifrån. Men nu med kraft att leva det liv hon måste leva. Och Gud bevarar henne från bitterhet. Hagar fick se och

blev sedd. I Moseboken kallas gestalten hon möter för Herrens ängel. Bonde skriver; det är Kristus själv, Guds ansikte som kommer henne till mötes.

Bland de andra "storasystrarna" som Bonde ger varsitt kapitel finns bland andra Eva, änkan i Sarefat, Gomer och Noomi.

Text: Kristina S. Furberg

Förlag: Artos

ISBN/Art.nr: 9789177770954



Dit du går, går också jag,  
och där du stannar, stannar jag.  
Ditt folk är mitt folk,  
och din Gud är min Gud.

Rut 1:16

Foto: Domenico Maria Canuti

I Margaretakyrkan i Oslo finns två bokbord med en mängd spännande titlar. Det är biografier, berättelser om trosutveckling, bönböcker och mycket annat. Trots att böckerna är så olika har de en sak gemensamt; de handlar om den styrka som växer ur insikten om vår svaghet och vårt beroende av varandra och av Gud.



# Vem är din hjälte?

” Mina vardagshjältar är mina tre systrar som jag samarbetar med när det gäller att stötta vår gamla mamma, 93 år. De är så bra på att se vad som behöver göras och att hjälpas åt med det.

Anonym

” Min hjälte är min hund. Han kan alltid ge mig tröst, mod, kärlek och finns där för mig.

Anonym

” Min hjälte är min pappa. Han finns alltid där för mig när jag behöver honom.

Elin

” Min hjälte är min syster. Hon är snäll. Och min kanin.

Olle 4 år

” Min mormor är min hjälte. Hon har alltid funnits där, aldrig dömt, alltid lyssnat och alltid tröstat.

Anonym

” Min hjälte är William för att han alltid ger utan att be om något tillbaka. Ett hjärta av guld och det renaste.

Emma

” Min mor är min hjälte. Hon har gjort allt för mig och mina bröder i alla dagar och år. Hon är det finaste och bästa i mitt liv och jag är evigt tacksam för min mor som offrat allt för oss.

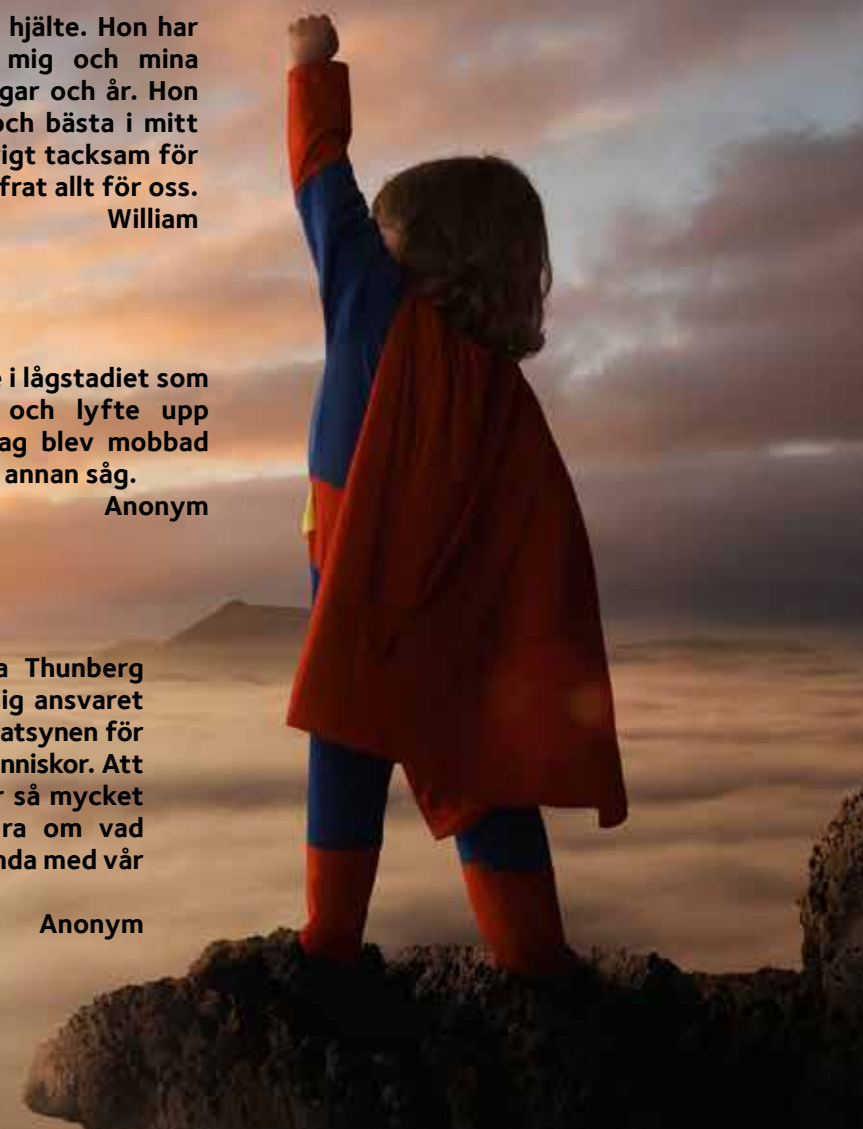
William

” Min lärare i lågstadiet som stöttade och lyfte upp mig när jag blev mobbad och ingen annan såg.

Anonym

” Min hjälte är Greta Thunberg för att hon tar på sig ansvaret för att förändra klimatsynen för så otroligt många människor. Att en så ung tjej offrar så mycket för att belysa andra om vad som håller på att hända med vår värld. Go Greta.

Anonym



## Julbasaren 2019

Den 22-23 november öppnas portarna till en av årets största högtider i Margaretkyrkan i Oslo. Den svenska julbasaren är en traditionsrik mötesplats, med härlig atmosfär för tusentals besökare. Överskottet från julbasaren går till välgörande ändamål.

### Jag vill hjälpa till vid årets basar!

Om du kan tänka dig att hjälpa till är det väldigt uppskattat. Det brukar vara en mycket trevlig, positiv och givande helg för alla. Du kan t.ex. sälja lotter, svensk mat eller svenskt hantverk. Det finns även möjlighet att hjälpa till i serveringen och många andra uppgifter.

Ring gärna till expeditionen om du har frågor angående julbasaren eller anmäl dig direkt till Karin Ibenholt: [karin.ibenholt@gmail.com](mailto:karin.ibenholt@gmail.com)

Gå med i Margaretkyrkans frivillighetsgrupp på Facebook. Sök på *Frivillighet i Margaretkyrkan* så får du löpande information om både basaren och andra uppdrag i kyrkan.



NY grupp för frivilliga på Facebook!  
Gå med i gruppen - Frivillighet i Margaretkyrkan



# En av vår tids hjältar?

Aktivister som offerar sin egen tid för en viktig sak och för andra. Är det hjältar? Lovisa Njord Johansson, daglig ledare, på A21 arbetar mot slaveri i det 21 århundradet. Organisationen verkar globalt vilket öppnade upp för många internationella möten och intressanta möjligheter och idag arbetar hon med att organisera frivilliga i Norden.



Frågan om modernt slaveri är komplex och vittnar om många människoöden i ekonomisk och social utsatthet. Människohandel är den störst växande kriminella verksamheten i världen och genererar närmare 1300 miljarder norska kronor varje år. Det kan vara allt från sexslaveri, tvångsarbete, skuldslaveri eller slaveri i hemmet. Enligt A21 kan man möta detta problem inom de sektorer där så kallade enkla jobb är vanligt förekommande, oftast långt ned i produktionskedjor hos underleverantörer. Här i Norden är service, bygg och städning exempel på branscher där tvångsarbete förekommer. Människohandel för sexuell ändamål är också vanligt förekommande.

När jag träffat Lovisa som brinner starkt för denna frågan är det svårt att inte förundras över all godhet som finns i världen. Även om Lovisa inte själv kallar sig för hjälte så utträttar hon och organisationens alla frivilliga heroiska insatser för de mest utsatta i vår värld.

Organisationen uppger på sin hemsida att det endast är 1% av dem som är utsatta för slaveri som någon gång blir fria. Genom att mobilisera frivilliga och skapa medvetenhet om modernt slaveri arbetar A21 för att minska efterfrågan på slaveri på olika nivåer, men även sociala insatser för överlevare. Enligt Lovisa är det viktigt att fokusera på varje enskild individ som man hjälper då slut-

Man får tänka att man inte kan hjälpa alla, men att alla kan hjälpa någon.



målet är så stort och tillsynes svåröverskådligt att se det som en seger för varje överlevare som återgår till frihet.

I början på 2012 arbetade Lovisa som frivillig inom en församling vid sidan av sitt jobb i Stockholm och kom i kontakt med en överlevare som tvingats in i prostitution i Europa. Det blev ett möte som förändrade allt och efter att ha tagit del av den överlevandes berättelse bestämde hon sig för att något behövde göras.

Hon studerade frågan närmare i jakten på konkreta lösningar på ett komplext problem för att kanalisera sitt engagemang och kom på så sätt i kontakt med A21. Efter att ha jobbat som volontär en tid på organisationens kontor i Bangkok, i Thailand, blev det slutligen Oslo.

Ett engagemang i A21 kan se olika ut beroende på vilka möjligheter man har att hjälpa till. Det kan vara allt från ekonomiskt stöd som månadsgivare men även handfast hjälp som frivillig några timmar i veckan eller arrangera lokala event i sin egen hemstad, som tex Walk For Freedom.

Text: Robert Mellberg

Foto: A21

## FAKTA OM A21

A21 är världsomspännande med kontor i 12 länder, bland annat Oslo, och trots knappa resurser mobiliserar de aktiviteter på 500 platser världen över.

En gång om året arrangerar A21 Walk For Freedom, vilket är den största markeringen av sitt slag mot modernt slaveri. Tillsammans går de på ett långt led i tystnad, svartklädda för att belysa frågan. 2019 gick över 300 människor tillsammans i Oslo och över 2000 i hela Norge.

Nästa år kommer Walk For Freedom gå av stapeln den 17 oktober världen över.

Mer information: [www.a21.org](http://www.a21.org)





# HALLÅ CARIN GÖTBLAD!



Regionpolischef Carin Götblad har suttit i jury för TV-galan "Svenska hjältar", initierat medborgarmedaljer i polisen och är en stark röst för ökat civillikage i samhället. Hon har säkert tankar om Hjältar, tänkte vi, och ringde henne.

- Temat i församlingsmagasinet är Hjältar. Vad tänker du då?

- Hjalte är egentligen inte något ord jag använder – det känns kommersiellt och så snävt. Carin fortsätter att förklara hur ordet för henne leder tanken till en ensam stark person med superkrafter som stiger fram och ordnar upp. Hjalte är däremot ett ord som hon tycker om, men då associerar hon det mer till ett kollektivt agerande - att många tillsammans bidrar. Visst, säger Carin, det är en individ som kliver fram och tar initiativet, men det är många

som stöttar upp och bidrar. Då blir handlandet mer robust och hållbart över tid, menar Carin.

- Du möter ju så många människor som bidragit till hjälteed, visat mod och civillikage. Vad har du lärt dig av alla dem som du dekorerat med medaljer och utmärkelser?

- Jag har lärt mig att grundläggande värderingar grundläggs tidigt.

Carins svar kommer blixtnabbt. Hon utvecklar svaret. Empati, känslan för andras värde, uppfattningar om

Empati, känslan för andras värde, uppfattningar om vad som är rätt och anständigt får individer att stiga fram med fara för sitt eget liv.

vad som är rätt och anständigt får individer att stiga fram med fara för sitt eget liv. Det är grunden för civillikage och det fostras vi till i tidig ålder, menar Carin.

Hon är säker på att det finns många fler som vill det rätta än de som vågar stiga fram. Att ge utmärkelser och hylla "vardagshjältar" kan ge människor mod. Det visar att det är möjligt att göra stordåd, göra skillnad, och att alla kan göra något.

- Finns det någon av alla du dekorerat som du minns särskilt väl?

- Jag kan inte lyfta fram någon enskild, men jag imponeras särskilt av dem som gått emot sin egen "grupp". Vilket oerhört mod det kräver? Carin berättar om enskilda som stoppat sitt eget "gäng", gått emot sin grupp för att stoppa våld eller grova brott. Man riskerar inte bara sitt eget fysiska liv utan hela sitt sociala liv, sitt värde, sin familjs säkerhet. Det är berättelser som hon särskilt tänker på av allt hon mött.

Civillikage smittar, säger Carin. Därför behöver det lyftas fram och få uppmärksamhet. I Sverige är Polismyndigheten, Livräddningssällskapet, Kungliga sällskapet Pro Patria några av de som av tradition ger utmärkelser, och det är toppen, säger Carin, när TV, tidningar, radio och sociala medier sprider berättelser om civillikage – då är smittoeffekten väldigt hög.

Tack Carin för din tid till intervjun, och framförallt för din tydliga röst i samhället för just civillikage.

Text: Per Anders Sandgren

Bild: Polismyndigheten





# ALTERNATIV JULKALENDER 2019

För att ha möjlighet att vara en vardagshjälte varje dag kan du ta ur kalendern ur magsinet och sätta upp på ditt kylskåp.

**1** Första advent.  
Tänd första ljuset.

**2** Lyssna och låt ett samtal handla helt om den som är framför dig

**3** Visa uppskattning för något.

**7** Skicka ett julkort till någon som är ensam.

**8** Andra advent. Fira gudstjänst i en kyrka.

**9** Skriv "glöm inte att du är värdefull" på en lapp och lämna på en synlig plats

**10** Säg tack till någon.

**11** Ta en promenad

**12** Ha en skärmfri kväll.

**4** Fråga någon hur den mår. Lyssna på svaret.

**5** Släpp någon före i kön.

**6** Ge någon en komplimang.

**13** Ge bort en sak du sorterat ut

**14** Hör av dig till någon du inte pratat med på länge.

**15** Tredje advent. Gå på julkonsert. Gratis i många kyrkor.

**16** Be för människor som lider av ensamhet.

**17** Plocka upp skräp på marken och släng i en soptunna.

**18** Ta tre djupa andetag.

**19** Le mot någon

**20** Lämna en julkapp, gärna hempysslad, på allmän plats med en lapp "Varsågod"

**21** Skjut upp det du inte behöver göra i dag till i morgon.

**22** Fjärde advent. Överraska med en julkapp till någon som inte förväntar det sig en.

**23** Sätt dig ned, andas och njut

**24** Njut av julens mirakel och tänk på Jesus – ett barn som förändrade världen!



# PÅ GÅNG I OSLO

I Svenska Margaretakyrkan finns det något för alla. Allt från musik och sång till samtal och möten. Här kan du hitta ett axplock av det som är på gång i Oslo, med reservation för ändringar.

Se hemsidan eller kontakta expeditionen för de senaste uppdateringarna: [www.svenskakyrkan.se/norge/oslo](http://www.svenskakyrkan.se/norge/oslo).



## JULBASAR

22 november klockan 11.00 – 18.00

23 november klockan 11.00 – 17.00

### EN STÄMNINGSFULL JUL

Den svenska julbasaren i Margaretakyrkan är en traditionsrik mötesplats, med härlig atmosfär för tusentals besökare. Med den goda och varma stämningen på basaren är det ett populärt startskott inför den kommande julen.

## ONSDAGSTRÄFF

4 december klockan 12.00

### FRÄLSNINGSSARMÉN

Petra K. Brooke berättar om sitt uppdrag inom Frälsningsarméns arbete mot modernt slaveri

Anmälan senast söndag 1 december.

Mer information och anmälan på hemsidan.



## JULPYSSEL FÖR HELA FAMILJEN

7 december klockan 10.00

### TILLSAMMANS PYSSLAR VI IN JULEN

Den mest uppskattade julklappen är den du gjort själv sägs det. Denna lördag tömmer vi pysselskåpet på allt vad vi kan hitta. Vi skapar allt från tomtar, stjärnor till granar och allt det där juliga du kan komma på. Alla är välkomna- liten som stor.

Mer information på hemsidan.

## JULGRANSPLUNDRING

5 januari klockan 11.00

### DAGS ATT DANSA UT JULEN

Denna söndag är det familjegudstjänst med julgransplundring för små och stora. Kom för att tillsammans dansa ut julen, fira gudstjänst och umgås. Vem vet, kanske någon kommer med en gåva?

Mer information på hemsidan.



## ORGELMEDITATION

Onsdag 15 januari klockan 18.00

### NJUT AV EN STUNDS STILLHET

Under året har du chans att njuta av orgelmeditation i kyrkan under några onsdagar. Kvällen avslutas med en enkel måltid i stora salen.

Mer information på hemsidan.

## EKUMENISK BÖNEVANDRING

16 januari klockan 18.30

### TILLSAMMANS I GUDS TECKEN

Under tredje veckan i januari firas Böneveckan för kristen enhet. Detta firar vi med en gemensam bönevandring mellan församlingarna på Hammersborg.

Vandringen startar i St Edmund's Anglican church (Møllergata 30) och avslutas med kaffe i St Olavs.

Mer information på hemsidan.



## TACKFEST

22 januari klockan 19.00 (mässan klockan 18.30)

### TILLSAMMANS SKA VI FIRA

En helkväll för alla frivilliga medarbetare i Margaretakyrkan. Du som under 2019 bjudit på din tid och engagemang i körer, vid basaren och andra aktiviteter hälsas välkommen. Vi tackar varandra och firar ett gott samarbete.

Mer information och anmälan på hemsidan.

## DOPFEST

2 februari klockan 11.00

### FEST FÖR ALLA DÖPTA

Denna söndag är det dopfest och familjegudstjänst i kyrkan. Barnkörerna leder oss i firandet av dopet. 2019 års dopbarn med familjer hälsas särskilt välkomna och alla barn som döpts får ta med sin dopängel hem. Barnkörerna kommer framföra en musikal.

Mer information och anmälan på hemsidan.



## FETTISDAGSFEST

25 februari klockan 18.00

### SEMLOR, SEMLOR, SEMLOR

Tillsammans frossar vi i semlor. Varmt välkomna till en klassisk fettisdagsfest med trevligt sällskap och ett hav av semlor. Alla är välkomna, ung som gammal.

Mer information på hemsidan.



# OSLO

## BARN OCH FAMILJ

### KYRKIS

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-12.00*

### BABYCAFÉ

*Tisdagar klockan 13.00-16.00*

*Torsdagar klockan 10.00-13.00*

### BARNKÖRER

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-13.00*

## TRO OCH LIV

### GUDSTJÄNST

*Söndagar klockan 11.00*

### KVÄLLSMÄSSA

*Onsdagar klockan 18.30-19.00*

### TYST MEDITATION

*Onsdagar klockan 18.00-18.30*

### ORGELMEDITATION

*En onsdag i månaden klockan 18.00-18.30*

### BIBELSTUDIUM

*En onsdag i månaden klockan 19.15-21.00*

### SAMTALSGRUPP – TALA TRO TALA LIV

*En onsdag i månaden klockan 19.15-21.00*

## UNGA VUXNA

### UNG I OSLO

*Se hemsida för mer information.*

## KÖRSÅNG

### BARNKÖRER

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-13.00*

### UNG KÖR – LUCIAKÖR

*Måndagar klockan 18.30-21.30*

### KAMMARKÖREN

*Tisdagar klockan 18.45-21.30*

## ÖVRIGT

### LÖRDAGSCAFÉ

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-12.00*

### ONSDAGSTRÄFFEN

*En onsdag i månaden klockan 12.00-14.00*

### MAJKLUBBEN

*Första måndagen i månaden klockan 17.30-20.00*

*Med reservation för ändringar. Se hemsidan för de senaste uppdateringarna: [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge).*



Gilla sidan

**Svenska kyrkan i Oslo**

Facebookgrupper:

*Babycafé Oslo*

*Kyrkis Oslo*

*Ung i Oslo*

*Ung kör Margaretakyrkan*

*Kammarkören Margaretakyrkan*

facebook

# DIN FRÅGA.....

Går du runt och funderar på något om kyrkan eller kanske om tro? Nu har du möjlighet att ställa din fråga helt anonymt och få ditt svar publicerat i INTRYCK. Inför varje nummer dras en fråga som sedan besvaras av lämplig person i kyrkan. Sänd din fråga till [karolina.johansson@svenskakyrkan.se](mailto:karolina.johansson@svenskakyrkan.se).

## Finns bikt i Svenska kyrkan?

Det korta svaret är Ja.

I svenska psalmböcker finns sedan 1986 en ordning för hur en bikt går till. Före 1986 kallades det "enskilt skriftermål" och har förekommit sedan reformationen på 1500-talet.

Bikt. Då tänker vi antagligen på filmer med människor som går in i ett "biktbås" där prästen sitter bakom ett galler. I Svenska kyrkan har vi inte haft sådana bås på länge, men alltid en möjlighet för en enskild person att söka upp prästen, tala öppet om det hen gjort fel och ångrar i sitt liv och få ett tillsärande av syndaförlåtelse (avlösningen).

## Hur går bikten till?

När någon ber om att få bikta sig sker ett samtal där den som önskar bikt berättar om det som tynger – det den som söker upp prästen uppfattar som en synd. Efter att ha lyssnat kan prästen ställa frågor för att bättre förstå eller

kanske lyfta fram någon aspekt. Prästen kan under samtalet, före avlösningen, ge råd, uppmuntran och förmaningar.

Samtalet avslutas med en tydligt uttryckt syndabekännelse och att prästen tillsäger förlåtelse på Kristi uppdrag.

## Varför?

Bikt är en väg för människor till försoning med sig själva och med Gud. Att tala öppet om skuld och upplevelser av skam är betydelsefullt. Att gömma sådana tankar är sällan en väg framåt. I bikten får man möjlighet att under absolut tystnadsplikt uttrycka det som tynger, ens skuld och det man ångrar. Kyrkan och kristen tro har förtroende för Guds barmhärtighet och kärlek till varje människa och förmedlar det i de böner, den syndabekännelse och avlösning som bikten innebär.

*Per Anders Sandgren, Präst*

## UR KYRKOBOKEN

### DÖPTA

10 aug Osca Berzelius

10 aug Sofia Berzelius

31 aug Lion Joacim Gullberg

31 aug Georg Tycho Claes Wachtmeister

07 sep Bernard Midtskog

07 sep Ariella Evy Carina Stigenberg

14 sep Bror Magnus Gustav Hård af Segerstad

14 sep Adam Daniel Öhlin Kollerøs

14 sep Ebba Maria Sandberg

29 sep Karl Oskar Thideman

29 sep Lykke Linnea Riedinger

29 sep Elliot John Riedinger

05 okt Thea Viola Vilhelmina Tveit

12 okt Karl Albert Axel Frisk Johannesson

### VIGDA

10 aug

Merete Berzelius & Kjell Henry Richard Berzelius

07 sep

Erik Patrik Færdow & Anu-Kati Alina Haikonen





# TRONDHEIM



# STAVANGER



## FÖRSTA ADVENT

Söndag 1 december klockan 11.00

### BERED EN VÄG

"Bered en väg för Herren. Berg, sjunken, djup, stå opp!" Kom och sjung in adventstiden tillsammans med svenska församlingen och Ilen menighet.

## LUCIA

Lördag 14 december klockan 16.00

### MED LJUS I MIN KRONA

Tillsammans firar vi Luciahögtiden. Du önskas välkommen till Ilen kirke då vi gästas av Jämtlands musikgymnasium. Dörrarna öppnas kl. 15.30.

### När ses vi?

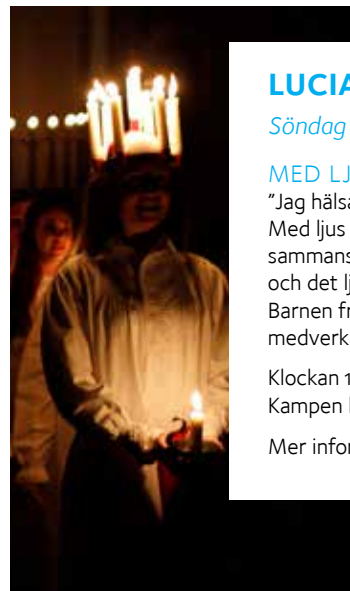
Söndag den:  
1 december - 1 advent kl. 11.00  
LÖRDAG 14 december - Lucia kl. 16.00  
26 januari  
1 mars  
29 mars  
26 april

### Vad gör vi?

14.00-16.00 Familjekyrkis och öppet café  
17.00 Gudstjänst med efterföljande fika.

### Var ses vi?

Vi träffas en söndag i månaden i Ilen kirke (Kongens gate 99).



## LUCIA

Söndag 8 december klockan 15.00

### MED LJUS I MIN KRONA

"Jag hälsar er alla som förr många gånger Med ljus i min krona och stämningsfylld sång". Tillsammans med Härlanda Voces välkomnar vi Lucia och det ljus som hon sprider i vårt mörka nord. Barnen från Familjekyrkis och Kampen kirke pikekor medverkar också.

Klockan 13.00 arrangeras julpysssel tillsammans med Kampen kirke.

Mer information på hemsidan.

### När ses vi?

Lördag den:  
11 januari  
8 februari  
14 mars  
4 april

### Vad gör vi?

Lördag kl. 10.00-13.00  
Öppet café & Familjekyrkis.

### Var ses vi?

Vi träffas en lördag i månaden i Kampen kirke (Seehusensgate 47).



# BERGEN



## LUCIA

Lördag 7 december klockan 15.30

### MED LJUS I MIN KRONA

"Jag hälsar er alla som förr många gånger Med ljus i min krona och stämningsfylld sång". Tillsammans med Härlanda Voces välkomnar vi Lucia och det ljus som hon sprider i vårt mörka nord.

Klockan 13.00-15.00 öppet café och julpysssel.

Mer information på hemsidan.

### När ses vi?

Söndag den:  
LÖRDAG 7 december Lucia  
12 januari  
9 februari  
15 mars  
5 april

### Vad gör vi?

Kl. 15.00 Familjekyrkis  
Kl. 15.30 Sångstund för barnen  
Kl. 16.00 Kår för ungdom & vuxen  
Kl. 17.00 Mässa med efterföljande soppa

### Var ses vi?

Vi träffas en söndag i månaden i Johanneskirken (Nygårdshøyden).

## VILL DU FÅ EN PÅMINNELSE INFÖR VARJE TRÄFF ?

Inför varje träff sänds ett Nyhetsbrev ut via mail. Där kan du läsa om det allra senaste, få information om vad som händer och vara säker på att du inte missar kommande träff.

Sänd ett mail till [oslo@svenskakyrkan.se](mailto:oslo@svenskakyrkan.se) så får du också ta del av det.

(Om du redan registrerat din mail men inte mottagit Nyhetsbrevet, ta en titt i din skräppost).

Gilla sidan

**Svenska kyrkan i Stavanger**  
**Svenska kyrkan i Bergen**  
**Svenska kyrkan i Trondheim**

**facebook**



Foto: Karoline Axelsson



# Husmor tipsar

Mat, hälsa och välmående....

Text: Louse Vinternatt

När man pratar med folk om hjältar så nämns ofta människor som på ett eller annat sätt dedikerat sitt liv till olika ändamål. Kanske de räddat någon som höll på att drunkna eller burit någons kropp ut från ett brinnande hus. Självklart är det hjältemod i dess rätta benämning. Men för mig har hjälten alltid varit naturen, Moder Jord. Hon är stark, formbar, föränderlig, vacker, grym och helt unik. Från naturen får vi allt, bokstavligen allt! Vi måste vårda henne ömt, älska henne och hon ger tillbaka tiofalt.

Jag har några "hjälterecept" såna som jag fått från släktingar generationer tillbaka. Det första receptet kommer från min mans danska släkt, jag blev bjuden på detta underbara bröd på den vackra ön Læsø utanför Jyllands östra kust.

## ELSE JULEBRÖD

50 gr jäst  
1 flaska porter (33 cl)  
0,5 kopp majsolja  
2 msk mörk sirap  
2 msk brun farin  
1 msk malen pomerans  
0,5 tsk grovt stött fänkål  
1 tsk salt  
340 gr rågsikt  
360 gr vetemjöl



Blanda ut jätten i ljummen porter och olja. Häll i kryddorna och rör om. Sikta i rågmjöl och vetemjöl portionsvis och arbeta degen för hand i 15 min eller i maskin 5-7 min. Låt jäsa i ca 45 min eller tills degen dubblats i storlek. Forma degen till en stor limpå eller två formbröd och låt jäsa i ytterligare 20 min. Pensla med ägg och mjölk och grädda i ca 35 min. Avnjut med goda jultillbehör.

Det andra receptet kommer från min farmor, en av mina riktiga hjältar. Hennes livshistoria är otroligt mäktig. Kanske jag får tillfälle att berätta för er någon gång. Hon tillbringade iallafall ett par år i Chicago som tonåring, då hennes far var Ambassadör. Min farmor älskade allt som växte, hon var kunnig på växter, blommor och träd. I hennes trädgård på Söderslätt odlade hon allt från Kinesisk bambu till Brittisk pepparmynta och det var där hon delade hennes kunskap med mig när jag var en liten fräckig hästtjej.



## PEPPERMINT THIN MINT COOKIES

172 gr osaltat smör (rumstempererat)  
200 gr socker  
1 ägg, rumstempererat  
1 tsk vaniljextrakt  
¼ tsk Pepparmintsolja  
188 gr siktat vetemjöl  
63 gr Kakaopulver av bra kvalitet  
1 tsk bakpulver  
1 krm salt



### Topping

395 gr hackad mörk choklad  
0,5 tsk rapsolja  
¼ tsk Pepparmyntsolja

Rör smöret krämigt och vitt med visp eller i maskin. Häll i socker och rör fluffigt. Tillsätt ägg, vanilj och pepparmyntsolja och rör ordentligt. I en annan skål häll mjöl och kakao, rör i bakpulver och salt. På låg hastighet rör ner i den våta röran tills allt blandat sig. Dela degen i två delar, kavla ut på bakpapper till ca 0,5 cm tjocklek och lägg på en tallrik och ställ i kylan i ca 1 timme. Värm ugnen till 180 grader. Stansa ut kakor med något runt, kavla ut igen tills all deg är använd. Grädda i 8 minuter. Låt svalna 5 min på plåt och lägg dem sedan på galler och låt svalna helt. Smält choklad och olja i ett vattenbad och rör sedan i pepparmyntsoljan. Doppa kakorna med hjälpa av en gaffel och låt stelna på galler.

Njut dessa underbara kakor med en mugg äggtoddy eller en kopp glögg. De är allra godast kalla men går lika bra att äta rumstempererade.

# JUL

Vilken betydelse har traditionerna?

## FÖRSTA ADVENT

Advent betyder "ankomst" och är en 40 dagars fasta inför Jesu födelse. Traditionen med ljus och stjärna kom först på 1900-talet.

1 dec kl. 11.00 och kl. 16.00. 1: advent i Margareta-kyrkan.

I Trondheim firas första advent i Ilen kike kl. 11.00.

## ANDRA ADVENT

Den här söndagen rör sig kring frågan om vad himmelriket är. Var finns det och vad betyder det för våra liv här och nu. Vi förbereder oss inför julen och tänder det andra ljuset. 8 dec kl. 11.00. 2:a advent i Margareta-kyrkan.

## LUCIA

Luciatraditionen med ljus och Lucia omtalas första gången i Västergötland 1764. Det första Luciatåget däremot anordnades så sent som 1927. Helgonet Lucia levde i Syrakusa på 300-talet och bland annat sägs hon ha skänkt bort sin hemgift till stadens fattiga, bekant sig till Kristus och för det straffats med döden. Läs mer på sida 7.

## TREDJE ADVENT

Johannes döparens såg det som sin uppgift att förbereda människorna på att Jesus skulle komma. Det här är hans dag där vi skapar utrymme för Gud i livet och i världen. 15 dec kl. 11.00. 3:e advent i Margareta-kyrkan.

## FJÄRDE ADVENT

Fjärde söndagen i advent är Marias dag – hon som bär hoppet och framtiden i sin kropp. 22 dec kl. 11.00. 4:e advent i Margareta-kyrkan.

## JULAFTON

I nordisk tradition är julaftonen julfrandets höjdpunkt.



Julklapparna symboliserar gåvorna till Jesus. I äldre tider var det julboken som kom med klapparna. Han hade i sin tur tagit över det medeldida helgonet St. Nikolaus roll som presentutdelare. Den svenska jultomten var en nationalromantisk idé om den lille gårdstomten som uppkom på 1800-talet. Den blandades sedermera ihop med St. Nikolaus röda biskopskläder och så skapades den jultomte vi känner idag.

24 dec välkomnas hela familjen på Julkrubbegudstjänst kl. 11.00 i Margareta-kyrkan. Klockan 18.00 är det Julbön.

## JULDAGEN- JESU FÖDELSE

I de flesta länder är juldagen den dag då julen firas som mest. Traditionellt sett är julottan den dominerande gudstjänsten i Sverige och kallas ibland för Herdarnas mässa. 25 dec kl. 07.00 firas Julotta i Margareta-kyrkan.

## 29 DECEMBER

Söndagen efter jul är dagen då Guds barn står i fokus, både de lyckliga och de olyckliga. Den här söndagen är en böndag för all världens lidande barn. 29 dec kl. 11.00. Högmässa i nyårstid i Margareta-kyrkan.

## JULGRANSPLUNDRING

I granen hängdes det ofta äpplen och annat gott som skulle "plundras" innan granen skulle kastas ut efter julfirandet. Ett annat ord för julgransplundring är julgransskakning. 5 jan kl. 11.00. Julgransplundring i Margareta-kyrkan.

## TRETTONDAGEN

Några stjärntydare, vise män, kom till Betlehem strax efter födelsen. Med de tre vise männen blev det känt i hela världen att Jesus blivit född. 5 jan kl. 11.00.



# HJÄLTE?

Bäst när det gäller, eller fegar du ur? Drömmer du om att vara en hjälte som räddar andra, eller väntar du på att bli räddad själv? Måste du rädda liv för att vara en hjälte?

På film är hjälten ofta en person som räddar liv och då helst med sitt eget liv som insats. Hjälten byggs succesivt upp genom motstånd som han eller hon måste övervinna. Desto större hinder som övervinns, ju större blir hjälten till slut. För alla oss andra, som inte är på film, är det vanligare att livet utgörs av mer vardagliga hinder. Också om vi har upplevt ett livstrauma, så är det i de små valen i vardagen, som vi får testat och byggt upp vår styrka om och om igen. Vi har alla vår egen väg med hinder som vi övar på att mästra, även om det inte alltid handlar om några dramatiska sekunder mellan liv och död. Att vara stark i det lilla och över längre tid, kan det också kvalificera en till att vara en hjälte?

Vi har alla hjälpare runt oss. Ibland är det bara några få ord eller en enkel handling som skall till för att ändra allt från mörker till ljus. I mitt eget liv har jag flera personer runt mig som har gjort en insats jag aldrig glömmer. De svarade i telefon när jag var som mest förtvivlad. De kom med tröst och sin visdom och de hjälpte mig tillbaka till hoppet. De är mina hjältar i mitt liv. Att jag ser på dem just så, det vet de nog inte om.

Hur är det då för de som verkligen har räddat

någons liv? Går de runt och känner sig som hjältar? Jag frågar min vän Rasmus, dykaren på 65 år som har varit med och räddat flera människoliv. Känner du dig som en hjälte Rasmus, frågar jag? Nej du, det är inget jag tänker på. Jag var väl bara på rätt plats på rätt tid för att kunna bidra. Dessutom var det också några gånger som det inte gick så bra, så det går väl på ett ut. Rasmus minimerar betydelsen av sin egen insats. Själv ser han sig inte som en hjälte, men jag är säker på att de som blev räddade med tacksamhet minns den fantastiska hjälten som räddade deras liv.

Jag tror att i vissa ögonblick får vi alla lov att vara hjältar i någon annans liv och då blir vi samtidigt hjältar i vårt eget. Kanske är du redan en hjälte i någon annans liv utan att du vet om det?

Kan det också vara så att hjälten du väntar på ska rädda dig är du? Den bästa versionen av dig? Och om det nu är så, när ska du då välja att vara den personen som du egentligen kan och vill vara? Det är de små ögonblicken som är själva livet. Och det är i de små ögonblicken vi kan välja att vara bäst när det gäller. Då är vi hjältar i andras och i vårt eget liv. Det är nu det gäller.

Text: Kristina B. Holmblad  
Foto: Hichem Dahmani

## EN SKYDDANDE ÄNGEL

I Bibeln finns det massor av änglar. Men vad gör de egentligen? Det svenska ordet ängel härstammar från latinets angelus eller grekiskans angelos som betyder budbärare. Och i Bibeln förekommer många änglar som just är budbärare mellan Gud och människor. En av de mest kända är förstås ärkeängeln Gabriel när han uppenbarar sig för Maria och berättar att hon ska föda Messias. Det är också änglar som visar sig för herdarna i Betlehem med fredsbudskapet om att en frälsare är född.

Ingen vet säkert hur änglar ser ut. I Bibeln beskrivs de oftast med ett ljussken kring sig, där de reflekterar Guds härlighet och styrka, medan vingar sällan nämns. I Jesaja bok finns dock en beskrivning av serafim med tre par vingar. Varje par har sin funktion: med ett par täckte de sina fötter, med ett annat par sitt ansikte och med ett tredje par flög de. Men änglarna kan också anta mänsklig gestalt och se helt vardagliga ut. I Hebreerbrevet 13 finns uppmaningen ”Kom ihåg att visa gästfrihet, ty det har hänt att de som gjort det har haft änglar till gäster utan att veta om det”.

En änglaroll som sällan nämns är den stridande ängeln. Som tar kampen mot ondskan och skyddar andra. Visst är det så vi tänker om hjältar? I Margaretakyrkan finns ängeln som blåser i basunen som start för Jesu återkomst och en ny världsordning, som det beskrivs i Uppenbarelseboken.

Idag har änglarna blivit viktiga symboler. Många pyntar sina hem med änglafigurer. Till vintern bakar vi änglar som pepparkakor och gör snöänglar utomhus. Människor som mirakulöst skonats från en olycka kan uppleva att de haft änglavakt. Och personer i vår omgivning som gör gott mot andra beskrivs inte sällan som just ”änglar”.

Källor: Wikipedia & Bibeln  
Bilder från tak och fönster i Margaretakyrkan i Oslo.



### ÄNGLAHYSS

Att göra ett ”änglahyss” innebär att göra en god gärning mot någon – utan att den vet om det. Varför inte göra ett änglahyss i jul? En påse nybakade frallor på grannens dörr- eller en oväntad julklapp till någon som inte får så många? Eller något helt annat. Googla ”änglahyss” för mer inspiration!





# BIBELNS HJÄLTAR

Bibeln är fullkomligt proppfull med hjältar. Där finns drottning Ester som räddar sitt folk, herdepojken David som slåss mot Goliat och den barmhärtige samariern som plåstrar om den misshandlade. Listan kan göras lång.

**Bland hjältarna finns barn** och vuxna, kvinnor och män. Genom tusen och åter tusen år kämpar de för de goda, går utöver sin egen förmåga och gör stordåd. Eller smådåd som betyder något stort. De gör det inte för sin egen skull. Inte för att få flera likes på Facebook eller för att kunna sova gott om natten. De gör det för Guds skull. Och för medmänniskan. Men det är väl samma sak egentligen?

**Den hjälte som vi oftast talar om** är Jesus, Gud själv. Man kan undra vad han hade tyckt om att beskrivas som hjälte. Han opererade inte ensam. Runt omkring sig samlade han människor. Bygde upp ett nätverk för att säkra framtiden. Ensam var inte stark då heller.

**Philip Zimbardo forskar** i Heroism (läran om hjältar). Han är bla hedersdoktor vid Lunds universitet. Han skriver att en ensam hjälte oftast är effektiv vid ett tillfälle.

- Vad vi lärt oss från flera hjälterörelser, är att nätverk är bäst, skriver Zimbardo. En ensam hjälte är oftast effektiv vid ett tillfälle. En antiapartheidrörelse eller medborgarrättsrörelse kan inte vara en person, den kan ha en ledarfigur, men ledarfigurer blir skjutna. Så vill du få bort en korruperad chef eller sätta stopp för en mobbare, bilda en "hero squad". Då kan de andra också korrigerar dig om det skulle visa sig att din uppfattning inte stämmer, eller din vision får dåliga konsekvenser. Om man vill bedriva förändringsarbete menar Zimbardo att man gör bäst i att bilda en "hero squad". Jag tänker osökt på Jesus och hans hjältegrupp lärjungarna. Vilket team! Helt fantastiska. Och ändå alldeles vanliga. Jesus efterfrågade inga hjältekaraktärer i världslig bemärkelse. Inget mod, inga starka muskler eller välmålade ögonfransar. Bara längtan, kärlek

och öppenhet. Att vara en hjälte är enligt Zimbardo inte en egenskap hos vissa speciella människor, utan något alla kan välja att vara i situationer där behovet av en hjälte uppstår.

**Måns Zelmerlöv** sjunger "We are the heroes of our time". Och det hoppas jag verkligen att vi kan vara. Vi kan vara med i Jesus "Hero squad" och förändra världen tillsammans. Och som Astrid Lindgren låter Skorpan säga:

Det finns saker man måste göra, även om det är farligt. Annars är man ingen människa utan bara en liten lort.

## Martin Luther - en hjälte?

Att förändra en hel religion är det att vara en hjälte? Att sätta sig emot när den största makten i kyrkan säger att man måste vara och göra på ett visst sätt för att få ha relation med Gud? Ja, eftersom Martin Luther sa att enda vägen till Gud är genom att tro. Att alla vi människor är lika mycket värda i Guds ögon. Att vi människor inte kan göra eller säga något mer eller bättre för att få Gud att älska oss mer. Inga titlar, ingen fromhet, ingen social rang. Att tydliggöra att det inte finns några hinder för oss människor i mötet med Gud, det är att vara en hjälte!

Text: Ellinor Burman

Bild: Jenny B Ekelund

## HJÄLTARNAS SERIEBIBEL

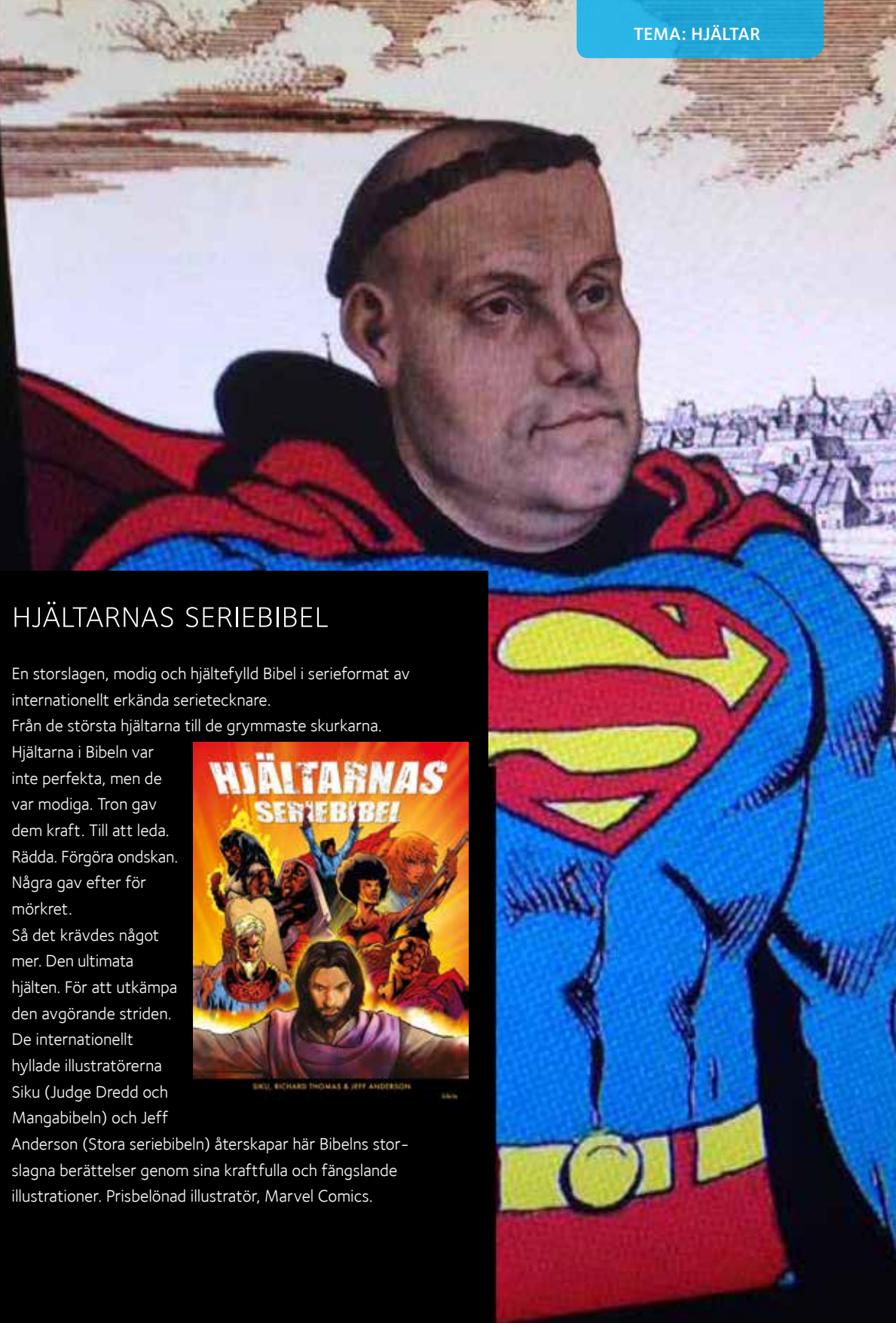
En storslagen, modig och hjältefylld Bibel i serieformat av internationellt erkända serietecknare.

Från de största hjältarna till de grymmaste skurkarna.

Hjältarna i Bibeln var inte perfekta, men de var modiga. Tron gav dem kraft. Till att leda. Rädda. Förgöra ondskan. Några gav efter för mörkret.

Så det krävdes något mer. Den ultimata hjälten. För att utkämpa den avgörande striden. De internationellt hyllade illustratörerna Siku (Judge Dredd och Mangabibeln) och Jeff

Anderson (Stora seriebibeln) återskapar här Bibelns storslagna berättelser genom sina kraftfulla och fängslande illustrationer. Prisbelönad illustratör, Marvel Comics.





## VILL DU BLI MEDLEM I EN AKTIV FÖRENING?

Norsk-Svensk Forening har över 250 medlemmar och främjar kultur och historisk gemenskap mellan Sverige och Norge. Hörnstenarna i programmet, som genomförs på Voksenåsen, är svenska traditioner som Valborgsmässoafton och Svensk Midsommarafton. Vi arrangerar också möten med kulturpersonligheter och utflykter. Glimtar ur kommande program:

- 12 nov - Boklansering på Voksenåsen
- Lucia 13 dec - Vi har reserverat några platser som vi lottar ut bland nya medlemmar.

Läs mer på [www.norsksvenskforening.com](http://www.norsksvenskforening.com)



### KONTAKT MED NORSK-SVENSK FORENING

post@norsksvenskforening.com  
[www.norsksvenskforening.com](http://www.norsksvenskforening.com)  
 Anne Grethe Nilsen, medlemsansvarig,  
 tel 97 68 92 48 eller  
 Mikael Klingberg, styreleder, tel 90 74 73 14

## Vem är du?

J	N	
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kvinna
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bor i eller pendlar till Norge
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gammal
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bor utanför Sverige
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Är mitt i karriären
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Har jobbat färdigt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Vill vidga mina vyer
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Vill träffa nya och gamla vänner
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Vill vara med i ett globalt nätverk
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Annat

Om du har kryssat ja i två eller fler rutor är SWEA en förening för dig.

Bli medlem idag!

oslo@swea.org

www.swea.no



## VÄLKOMMEN TILL SVERIGES AMBASSAD I OSLO

### Svensk i Norge...

med frågor om pass, körkort, medborgarskap eller samordningsnummer? Eller nyfiken på vad vi på ambassaden arbetar med?

### Besök vår hemsida

[www.sverigesambassad.no](http://www.sverigesambassad.no)

### Följ oss på Facebook

Sveriges ambassad i Oslo

### Upptäck oss på Instagram

Sweden in Norway

### Tagga oss i en tweet

@SwedeninNO

### Skicka ett mejl

[ambassaden.oslo@gov.se](mailto:ambassaden.oslo@gov.se)

### Slå oss en signal

24 11 42 00



Sveriges ambassad  
Oslo

## - Min syster är min hjälte!

Barn och hjältar – en ovanligt lyckad kombination. Barnets öppna sinne och blick för tillvarons underverk gör det lätt att hitta vardagshjältar. Ett syskon, en lärare, en kompis eller kanske en äkta superhjälte. Men var gör egentligen en hjälte? Räddar andra förstås!

En regnig söndag träffades nyligen ett gäng barn och föräldrar på familjekyrkis i Trondheim. Temat var Hjältar och barnen fick hjälpas åt att fundera på vad eller vem som är en hjälte. Alla var överens om att en hjälte räddar andra och är snäll.

Barnens kreativitet tog fart när de fick papper och kriter för att illustrera sina hjältar. Resultaten ser ni här på sidan; allt från storasyster, en huskatt som vaktar familjen till Teenage mutant heros Turtles.

Visst är det viktigt, både att vara en hjälte för andra och att ta emot hjälteåd när de dyker upp i tillvaron. För barn kanske trygga och snälla vuxna är de mest självklara hjälterna – de som, i bästa fall inte behöver nämnas.



## Jul på Voksenåsen

Snart är julen här och på Voksenåsen gör vi oss klara att ta emot alla julbordsgäster. Ta med kollegor, vänner eller familj och upplev norsk jul med en svensk twist. I en helt egen atmosfär.

Från den 9 november förvandlar vi lobbyshoppnen till en julbutik med svenska kvalitetsprodukter från Orrefors, Skultuna, Klässbols linneväveri, Klippan Yllefabrik och Maria Åkerbergs ekologiska hudvårdsprodukter. Så, om du inte hinner till Sverige för julhandel så har vi alternativet!

Lördagen den 7 december är kvällen för den som längtar efter en lite mer vuxen julkväll. Det blir julbord och därefter jazzlounge med pianisten Ivan Blomqvist. Konceptet heter Gin & Jazz // jul på svenska och är något att glädja sig till. Blomqvist blandar pärlor från 40-talet med folkmusik från Jan Johanssons legendariska album "jazz på svenska".

Som vanligt har vi familjejulbord med mat för hela familjen, julverkstad och tomtebesök. Söndag den 8 december.

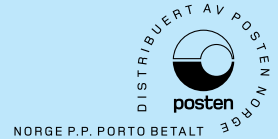
Söndagen därpå, den 15 december erbjuder vi en trevlig jullunch i lugna omgivningar för den som vill ta paus från förljulsstressen.

Välkommen och god jul!

Anna Floren, Voksenåsen



Fra/From  
Svenska kyrkan i Norge  
Hammersborg Torg 8B  
NO-0179 Oslo



## DITT MEDLEMSKAP ÄR VIKTIGT FÖR MÅNGA

Varje medlem behöver bekräfta sitt medlemskap när man är bosatt i Norge.  
Läs mer om ditt medlemskap på [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)

**Om du inte redan bekräftat ditt medlemskap kan du göra det genom att antingen:**

- fylla i talongen nedan och sända den i ett slutet kuvert till:  
Svenska kyrkan i Norge, Hammersborg torg 8 B, 0179 Oslo
- gå in på hemsidan [www.svenskakyrkan.se/Norge](http://www.svenskakyrkan.se/Norge) och bekräfta direkt
- skicka **"Jag bekräftar mitt medlemskap i Svenska kyrkan i Norge"** samt namn, födelsedatum och telefonnummer till e-post: [medlemnorge@svenskakyrkan.se](mailto:medlemnorge@svenskakyrkan.se)

Har du redan bekräftat ditt medlemskap en gång behöver du inte göra det flera gånger.  
Är du osäker på i vilket trossamfund du står registrerad i? Ring det centrala registret i Brønnøysund, tel 75 00 75 00

.....  
Medlemskap för barn under 15 år ska bekräftas av samtliga föräldrar/vårdnadshavare.  
Blankett för detta hittar du på [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)

**Jag (texta namn & efternamn)** .....  
bekräfta mitt medlemskap i Svenska kyrkan i Norge.

**Adress:** .....

**Norskt personnummer:** .....

**Svenskt personnummer:** .....

**Mailadress:** .....

**Telefonnummer:** .....

.....  
**Ort och datum** **Underskrift**