

INTRYCK

NR 2 • ÅRGÅNG 99 • JUNI- SEPTEMBER 2020

TEMA: KROPPEN

VICTORIUS

- en historia om överlevnad

KROPPEN SOM KANVAS

KRISTENDOMEN

- en kroppsligare religion finns inte

Svenska kyrkan 
NORGE



Den 17 maj bjöds det på ett digitalt firande av barn från både Oslo, Stavanger, Bergen och Trondheim.



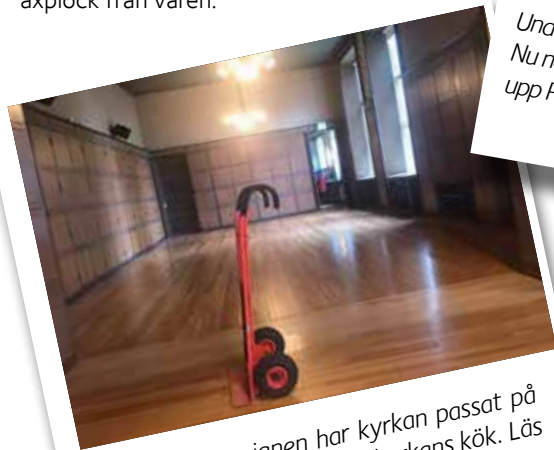
Då det varit svårt att samla släkt och vänner för att fria dopet har det istället filmats och livesänts till hela familjen.

Tillsammans

Denna vår har svävat förbi i en väldig fart. På grund av coronasituationen som varit har livet och kyrkans verksamhet behövt anpassas. Tyvärr har vi inte kunnat mötas personligen men här bjuds det på ett litet xplock från våren.



Under våren har det bjudits på digital babysång. Nu när somaren närmar sig kommer det dyka upp POP UP Babysång i en utav Oslos alla parker.



Under stängningen har kyrkan passat på att renovera salarna och kyrkans kök. Läs mer om detta på sida 7.



6 juni firades lite annorlunda men nog så stort. Svenskar från hela Norge var med och bidrog med bilder och ni kan se filmen på kyrkans hemsida.

24

En medlem berättar

INTRYCK

Nummer 2– 2020

Ledare	4-5
Kyrknytt	6-7
Läsvärt	9
Reflektion i vardagen	10-11

Tema: **Kroppen**

<i>Kristendomen & kroppen</i>	12-13
<i>Kroppen som kanvas</i>	14-16
<i>När matlusten sviktar</i>	17
<i>Rätt kän i fel kropp</i>	28-29

På gång i Oslo	18-19
Konfirmation	21
På gång i övriga Norge	22-23
En medlem berättar	24-26
Husmor tipsar	27
Musik i Margaretakyrkan	27
Att vara utlandssvensk i dess tider	30
Vännerna informerar	31

12

Kristendomen & kroppen

14

Kroppen som kanvas

17

När matlusten sviktar

DET HANDLAR OM KROPPEN, MEN LÅNGT IFRÅN ENBART

Det blir så tydligt i pandemin. Virusnet slår mot kroppen, ohyggligt hårt för många - för den som hamnat i respirator och kommer ur den är det månader av återhämtning. Det är kroppen som drabbas, men också mycket annat. Relationerna försvåras, rädslan för människor smyger sig på, osäkerhet inför framtiden - det blir så tydligt att det kroppsliga inte kan särskiljas från resten av människan. Allt hör samman i en helhet och viruset slår mot det mesta.

Vi planerade temat "kropp" redan i december och började genast arbeta med artiklar. Ingen av oss visste att vi snart skulle lära oss allt om handhygien, antikroppar och droppsmitta. Det var nog bra det. Risken är att det annars blivit helt andra artiklar än det nu blev, och vi behöver bli påmind om att kroppen är mer än något skört som måste skyddas från ett farligt virus. Kroppen är något vackert som vi gärna vill smycka, det är något mirakulöst som får se ut hur som helst utan att minska i värde.

Det kroppsliga är något naturligt, en del av oss, men det är långt ifrån hela jag. Jag är mer än min kropp, mitt kön, min etnicitet, min ålder. Dessa delar av min identitet kan ofta anas i min kropp och jag kan bli bedömd för den som jag ser ut att vara. Men i detta fantastiska "fodral" finns min historia, mina relationer, mitt hopp, min oro, min tro och min längtan - det är också jag, det syns sällan i min kropp.

Människan sägs bestå av ande, själ och kropp, men det är inte lätt att renodla och definiera dessa delar ens om man tror att det är så. Jag nöjer mig därför med att uttrycka tanken att människan som helhet är skapad till Guds avbild, det vill säga att något av det gudomliga återfinns i varje enskild människa, i varje kropp. Det är en hisnande tanke. Tar man den idén på allvar så är varje kränkning mot en människa, varje kränkning mot en kropp genom våld av olika slag, något som ytterst sett är en kränkning mot Gud. Gud är helig, så därför är människan ock-

Ansvara för att din familjs totalekonomi harmonierar med de norska reglerna

KYRKOMUSIKER & PRÄSTER, SE HIT!

I Oslo finns två fantastiska tjänster att söka.

- 100 % organist.
- 100 % komminister med inriktning barn och familj.

Ansökan senast **25 augusti**.

Mer information och ansökan på
www.svenskakyrkan.se/norge



Tema för nästa
nummer:
Död & liv

så helig, med kropp och allt. Du är helig och oändligt värdefull hur du än är.

Så kroppen är verkligen ingen struntsak även om den är förgänglig. Så länge vi har den får vi se den som en Guds gåva till oss. Därför ber jag och önskar dig hälsa till både kropp och själ. Må Gud välsigna din kropp och ge dig glädje och tacksamhet över allt det fantastiska som den är och kan.

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*
Mob: 45 39 62 51
karin.borg@svenskakyrkan.se

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*
ami.hall@svenskakyrkan.se

Robert Mellberg *Församlingsassistent*
robert.melleberg@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 Runhall-Reiss *Projekt - Kultur & tro*
alb@svenskakyrkan.no

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

oslo@svenskakyrkan.se

Ansvärg utgivare: Per Anders Sandgren
Omslagsbild: Anna- lena Ahlström
Redaktör och grafisk form: Karolina Johansson
Årgång: 99
Upplaga: ca 14 000 ex.
Tryckt av Zoom Grafisk.



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

Kyrkorådet 2020

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, Torbjörn Edlund.

Se hemsidan för information om utskott och arbetsgrupper.

UPPLEVELSE FÖR 5 SINNEN

Att fira gudstjänst tillsammans är en helhetsupplevelse. Hur rummet smyckas med blommor och ljus, vacker musik, meningsfulla ord och god fika. Allt har en mening.

SYN

Blommor på altaret, symboliska färger och levande ljus. Alla vackra målningar och skulpturer som lyfts fram i ljuset av spotlights. Solen som leker i glasfönstren. Noga valda processioner och liturgiska skrudar.

KÄNSEL

Kyrkorummet är varmt och ombonat. På sommaren svalt och skönt. Kyrkbänkarna som så många suttit i. Korstecknets trygghet och dopvattnets inkluderande. Aldrig ensam.

SMAK

Brödet och vinet, Kristi kropp och blod i nattvarden. Rykande kyrkkaffe och hembakade bullar.

DOFT

Doften av blommor och ljus. Rökelse. Julgranarna vid jul, syrenen i försommartid och kaffedoften i kyrkan.

HÖRSEL

Kyrkklockorna som välkomnar. Körsång, musik och psalmer. Läsnig, bibelord och predikan. Olika dialekter och åldrar hörs. Tystnaden.



MUSIKK I SOMMERKVULDEN

Noen av nordens mest etablerte organister ved orgelet.

TIRSDAG 30 JUNI KL. 20.00

ROBERT-EVA BRODACKI, ORGANIST, HOFF KIRKE

Verker av Guy Bovet, Bach.



TIRSDAG 7 JULI KL. 20.00

ESPEN MELBØ, DOMKANTOR, TØNSBERG DOMKIRKE

Verker av Bach, Otto Olsson og Harald Fryklöf.



TIRSDAG 14 JULI KL. 20.00

DAGFINN KLAUSEN, ORGANIST, ØSTRE FREDRIKSTAD KIRKE

Verker av Sandvold, Bach.



TIRSDAG 21 JULI KL. 20.00

BENJAMIN ÅBERG, KANTOR, SVENSKA MARGARETAKYRKAN.

Verker av Bach Leipziger choräle.

Fri Entré

Hammersborg Torg 8b, Oslo

RENOVERINGEN AV SALARNA HAR BÖRJAT.

Kyrkan renoverades under sommaren 2015. Nu är det dags för Stora- och Lilla salen, samt kyrkans kök att renoveras. Rivningsarbetet startade redan i början av maj och allt beräknas vara klart i slutet av augusti.

I början av maj tömdes salarna, köket och hallen. Sedan har arbetena dragit igång med rivning och målning till att börja med. Golvet blir nytt, träpanelen renoveras, murväggen målas. El går igenom och det blir en del ny belysning och nytt ljudsystem. Elementen byts ut. Hallen och toaletterna målas om. Köket blir nytt.

Det var spännande när väggarna revs på balkongen i stora salen. Då fick vi se hur läktaren sett ut i original. Från början var det nog inga väggar där. Nu är det förråd där

uppe och kallt blir det också så det mest praktiska är att ha väggarna kvar. Väggarna revs för att byggas upp igen. Den tidigare konstruktionen har tagit mycket plats från förrådet.

Så väl mött i september, då kan vi ta salarna i bruk igen. De kommer vara nya och fräscha men du kommer helt klart känna igen dig.

*Skribent: Daniel Löfgren,
vaktmästare i Margareta kyrkan*



UR KYRKOBOKEN

DÖPTA

9 februari Signe Aurora Trolle

15 februarari Leo Singh

14 mars Ulrik Jönsson

28 mars Fredrik Leonard Lind

29 april Magnus Luell Bergan

2 maj Henry Olle Gösta Åkesson

16 maj Juni Mia Lykke Augustine Grå

VIGDA

15 april

Jennie Mikaela Lokvist & Lisbeth Alvide Karlsen

30 maj

Mats Urban Svensson & Emma Kristina Nilzén



LISA AISATO

Odd
är
ett
ägg



ODD ÄR ETT ÄGG

Är du rädd ibland? Händer det att du känner dig ensam och annorlunda? Då kanske det här är en bok för dig. Den passar särskilt bra för högläsning tillsammans med andra. Illustrationerna öppnar upp för känsliga samtal.

På kyrkans bokbord finns en del böcker tänkta för barn. En sådan bok är *Odd är ett ägg*. Den är skriven och illustrerad av norska Lisa Aisato, översatt till svenska av Lotta Bergqvist och utgiven av Bonnier Carlsen förlag. Den rekommenderas för barn från 3 år och uppåt. Även vuxna har stor behållning av att läsa berättelsen om Odd och hans farofyllda liv.

Lisa Aisato har uppmärksammats i många sammanhang för sina fantasirika och inklämmande illustrationer. Här får vi också se prov på hennes skicklighet som författare. Text och bild samspekar väl men styrkan ligger i illustrationerna som ger berättelsen både djup och dimension.

Bokens huvudperson Odd lever ett inskränkt och mycket försiktigt liv. Han är bokstavligen talat rädd att hans skal ska spricka. Hans huvud består nämligen av ett ägg och är mycket skört. Det tål varken stötar eller slag vilket ju ett barns vardag är fullt av. Hans skyddsmetoder är många. Han bär en vadde-rad tehuva på huvudet och gör allt han kan för att undvika att vara med och leka. Att gömma sig på skolans toalett är han van vid. Men också att dra sig undan till skogen – utrustad med paraply för säkerhets skull. Det kan ju ramla ner kottar.

Det är i skogen vändningen kommer. Odd möter Gun, en flicka i bidräkt som älskar att klättra i träd, både uppför och nedför och som lockar Odd in i sin lek. Vad som händer sen ska inte avslöjas här men som i alla goda berättelser genomgår huvudpersonen en utveckling som gör att han kan komma ut ur sitt skal.

På bokbordet finns också en god natt-sagobok som Lisa Aisato illustrerat, *Snart sover du*, också den översatt till svenska.

Odd är ett ägg kostar 200 kronor.

Text: Kristina S. Furberg

Förlag: Bonnier Carlsen

ISBN/EAN: 9789163897184

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.

KROPPEN ÄR ETT MIRAKEL



Stina Wollter är konstnär och radioprogramledare men kallas kroppsaktivist. Det är inget epiteta hon valt. Genom bland annat sociala medier, radioprogram, och sin konst väcker hon svenskars medvetenhet om problemet med vår tids kroppsfixering.

När jag skall intervjuva henne är det just där hon vill börja – i det absurda att kroppsaktivism finns, att det ens skall behövas. ”Kroppen är ju ett mirakel! Ingen kropp skulle behöva bli bedömd, dömd, nedvärderad, hånad” säger hon med kraft. Ändå är det så uppenbart att det är det som händer hela tiden och att detta leder till människors olycka och undergång. Mobbning, näthat, självförakt – så mycket bottnar i de konstruktioner kring skönhet och ideal som vi bombarderas med genom vår omvärld. Normerna vi inte kan leva upp till får oss

att känna oss otillräckliga och ”fel”. Den insikten och upptäckten är grunden för Stinas engagemang för alla kroppars rätt att få finnas och synas. Genom bland annat sociala medier, radioprogram, och sin konst väcker hon svenskars medvetenhet om problemet med vår tids kroppsfixering. Idén att ”vi är vårt utseende” finns långt ned i åldrarna, säger Stina. Tankarna på att man borde förändra sitt utseende, att man inte duger som man är, kan börja långt före puberteten. Ungas negativa tankar om sig själva berör Stina särskilt illa, det märks.

Vad är kroppsaktivism?

Begreppet kroppsaktivism syftar till en ideologiskt grundad verksamhet där målet är att motverka skönhetsideal och därigenom skapa lika villkor för

människor med olika kroppstyper. Ordet kroppsaktivism var en del av nyordslistan 2016 från Institutet för språk och folkminnen.

Hon är engagerad för att hjälpa de unga att ifrågasätta normerna och inte sig själva. ”Det finns många därute som tjänar pengar på att du inte är nöjd med dig själv” är något hon vill förmedla. Det finns en hel industri som livnär sig på att vi är missnöjda med vårt utseende och kropp. Börja räkna affärsrörelser som har detta som främsta affärsidé när du är på stan eller på nätet nästa gång, och häpna över antalet.



Både hennes Sommarprat och Vinterprat i Sveriges Radio P1 förra året var bland de mest uppskattade. Hon når människor i alla åldrar och får mycket näthat, men ännu mer uppskattning. Att nå den stora mängden är inte den främsta motivationen för henne. Motivationen ligger i att det kan nå någon enda som verkligen behöver uppmuntran och stöd i sin situation just nu. ”Om bara en vinner kriget mot sig själv så är det en seger – då har det inte varit förgäves” säger Stina.

Det är de unga som är hårdast mot både sig själv och andra, och lätt fastnar i negativa tankar om sitt utseende. Stina säger att det är möjligt att vända de negativa tankarna. Det är möjligt att avslöja de konstruktioner som lurar oss att tro att lyckan bor i ett särskilt utseende eller en särskild kropp. Hennes råd är att man ställer sig två frågor, om och om igen; Vem tjänar på att jag inte tycker om mig som jag är? Är dessa negativa tankar om mig själv mina egna, eller har de planterats i mig utifrån?



Människan är helig, kroppen är helig, unik och okränkbar, menar Stina. Det är ett mirakel att vi finns till och har våra unika kroppar. Det borde fylla oss med glädje över oss själva och vår existens. Det och mycket annat viktigt säger Stina i intervjun, och hon avslutar med en reflektion som man kan fundera länge på: ”Om vi kan vända våra negativa tankar om oss själva och vår kropp så uppstår det utrymme för oss där vi kan leva i kontakt med de mirakulösa människor vi är”.

När jag frågar hur hennes engagemang startade så nämner hon två erfarenheter. Den första var att leva nära sin syster Ylva som under 17 år kämpade med sin anorexia nervosa, och förlorade. Där fick hon lära känna den mest destruktiva sidan av kontroll och kroppsfixering. Den andra var de reaktioner hon möttes av när hon syntes på sociala medier, och till exempel dansade. De reaktioner hon tänker på var de hänsynslösa, näthatet, föraktet. Dessa erfarenheter har gett bränsle till hennes arbete.



Text: Per Anders Sandgren

Foto: Anna-Lena Ahlström

*Illustrationer: Maria Mercedes Axelsson,
Instagram: mariamercedeskonst.*

Stina Wollter

Namn: Stin Wollter

År: 56

Yrke: Konstnär, radioprogramledare, sångerska och textförfattare

Priser: Årets författare 2018, Kerstin och Bo Pfanenstills stiftelses kulturpris 2013, Falu Grafikstipendium 2011, Konstnärsnämndens arbetsstipendium 2007

Du hittar henne på Instagram: stinwollter

KRISTENDOMEN

– EN KROPPSLIGARE

Gud blev kött!

Så drastiskt börjar Johannes sitt evangelium. Han talar om Gud som Ordet: "I begynnelsen fanns ordet, [...] och ordet var Gud. [...] och ordet blev kött" (Joh 1:1 och 1:14). Det grekiska ordet (sarx) är bokstavligen kött, fläsk – en synonym för mänsklig kropp.

Att Gud blir en kropp, en människa, är radikalt. När kristendomen spreds som mest på 200-talet var en bärande idé i kringliggande samhälle att det gudomliga och det mänskliga inte kunde beröra varandra. Gud var upphöjd, orörbar, långt ovan det rörliga och timliga. Att som kristendomen påstå att Gud blev kroppslig och människa var för många en motsägelse, eller till och med vidrigt. Inte nog med att det gudomliga ansågs ha blivit kroppsligt. De kristna samlades dessutom för att dela en måltid där de påstod att de fick del av Kristi kropp och blod. Både tanken att Gud blivit människa och att man får del av hans kropp och blod väckte och väcker starka känslor.

Ändå är det just dessa tankar som burit kristendomen i 2000 år. Den mest älskade högtiden, julen, handlar om detta – att Gud föds som människa, att han kommer i en mänsklig kropp. Den kroppen offerar han på korset för vår skull, det är långfredagens firande. Sedan sker en kroppslig uppståndelse, det är påskdagens firande. Därefter har hans lärjungar varje söndag firat gudstjänst då man i nattvarden får del av Kristi kropp och blod. Snacka om en kroppslig religion.

RELIGION FINNS INTE!

Vi är en kropp tillsammans

Vid varje nattvard säger prästen: ”brödet som vi bryter är en delaktighet av Kristi kropp” och församlingen svarar: ”Så är vi, fastän många, en enda kropp, ty alla får vi del av ett och samma bröd”. Alla som samlats och tar emot nattvarden påstås vara en gemensam kropp – en kropp som hör ihop och som består av många delar. Den samhörigheten skapas redan i dopet. Vi döps till en och samma kropp. Den idén – att vi hör ihop som en kropp – är väldigt viktig. Den tanken motiverar



mångfald eftersom delarna i en kropp är många, olika och alla behövs. ”Om hela kroppen var öga, vad blev det då av hörseln?” frågar Paulus retoriskt då han beskriver alla kristna som en kropp (1 Kor 12:12 ff). Idén att församlingen utgör en gemensam kropp har också uppmuntrat till stöd och hjälp mellan människor; ”Lider en kroppsdel, så lider också alla de andra” fortsätter Paulus.

Ett kroppsligt firande

Dofter, smak, känsel, hörsel, syn – alla kroppens sinnen aktiveras vid gudstjänster, och mer i vissa traditioner än andra. När kristendomen kom till Skandinavien var doften av rökelse, den

liturgiska sången, de starka färgerna på målade helgonbilder och smaken av nattvard viktiga delar av upplevelsen. Dessutom gestaltades vissa kyrkohögtider ibland genom processioner, dans och teater. Reformationens bidrag till det sinnliga var gemensam folklig sång. Från 1700-talet och framåt utvecklades den nordeuropeiska protestantiska kyrkotraditionen alltmer till något intellektuellt – det kroppsliga och sensuella undertrycktes. Den utvecklingen hade mer att göra med upplysningstidens ideal och protestantismen än kristendomen i sig. I det katolska Sydeuropa och i det ortodoxa Östeuropa fortsatte gudstjänsterna som en sinnlig och kroppslig upplevelse. Sedan 60-talet har Svenska kyrkan återtagit en hel del kroppslighet i sitt sätt att fira gudstjänster, dop och andra kyrkliga handlingar. Processioner, ljus, blommor, väldoft, slå korstecken, smörja dopkandidater med olja, rörelsesånger för stora och små – det finns många exempel på kroppslighet i gudstjänstfirandet. I Margaretkyrkan har vi några gånger dansat hela gudstjänsten. Skrämmande tycker en del – underbart tycker andra.

Vi talar ofta om tro och religion som andlighet. Det är en del av, men långt från hela sanningen – kroppsligheten är påtaglig och viktig. Inte minst i den kristna tron.

*Text: Per Anders Sandgren
Foto denna sida: Albin Hillert/Ikon*



KROPPEN SOM KANVAS

Har du funderat på att göra en tatuering, eller har du kanske redan en eller flera? Kroppskonst i form av tatueringar har funnits i tusentals år och vi smyckar oss av olika anledningar. Karin, präst i Svenska kyrkan i Norge, har undersökt saken närmare och pratat med Tony Nilsson som till yrket är tatuering men även några som valt att smycka sin kropp.

Hayat Alkass arbetade under en tid som husmor i Margareta kyrkan och jag kunde inte undgå att lägga märke till hennes tatuering, ett litet kors på insidan av handleden. Över en kopp kaffe berättar Hayat att hon gjorde den för 7 år sedan då hon var på pilgrimsresa till Jerusalem och hon fortsätter: När jag ser på den är det en påminnelse om min tro på Gud. Kärleken till Gud finns alltid i mitt hjärta och tatueringen blir ett tecken på det. Egentligen ska det stå datum också men jag tyckte att det gjorde för ont.

Jag brukar ofta få frågor om den säger Hayat. I mitt jobb som husmor serverar jag mycket kaffe och då syns den och många frågar vad den betyder och varför jag har den. Det är tradition för oss ortodoxa att åka till Jerusalem och när vi varit i Uppståndelsekyrkan ska man gärna göra en tatuering. Jag minns när jag var liten att min pappas farbror var i Jerusalem och när han kom hem igen ville vi alla titta på tatueringen som han hade gjort när han var där. Och hon berättar vidare att hon valde att göra ett

kors, men man kan också tatuera in jungfru Marias bild. Det ska jag göra om jag åker en gång till säger Hayat med ett leende.



Vill du göra en tatuering här i Oslo så behöver du inte gå så långt från Margareta kyrkan. I samma kvarter ligger nämligen tatueringsstudio Blue Arms tattoo. Jag har fått nöjet att prata med Tony Nilsson, som startade den för 8 år sedan tillsammans med två kompisar. Vi bestämmer en tid på telefon, då studio i skrivande stund måste hålla stängt p.g.a. corona.

Hur kom sig att du valde att bli tatuering?

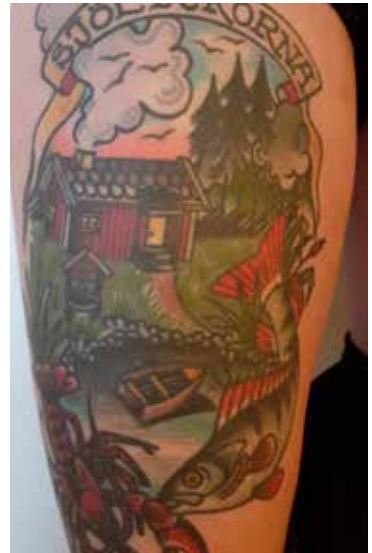
En ren slump skulle jag säga, jag ville gärna bli det när jag var i 17-18 års ålder. Det verkade omöjligt först, men några år senare mötte jag en kompis som var lärling. Efter ett tag sökte jag också lärlingsplats och fick jobb. Nu har jag arbetat i 13 år och det är lite av en livsstil, ett väldigt kreativt yrke där du kan arbeta var som helst i världen.

Tony berättar att hans grundteknik är s.k. old

school, men han kan också andra tekniker och har utvecklat sin egen stil genom åren. Man utvecklas hela tiden inom det här yrket fortsätter Tony. Det är ett hantverk. Inspiration hämtar jag bl.a. från Pinterest och illustrationer från tidigt 1900-tal. Människor kommer också med olika önsknings så varje dag innebär nya motiv att skapa.

Vilken är den vanligaste anledningen till att man vill ha en tatuering?

Det är för att dekorerar kroppen, pynta sig själv. Det är lika många killar som tjejer som gör det. Däremot kan jag se en viss trend att tjejer väljer



lite mer blommor och fjärilar. Det viktigaste är ju förstås att göra något man själv gillar. Jag undrar hur vanligt det är med religiösa motiv och Tony menar att det är jättevänligt, allt från sacred heart till Jesus, Maria m.m.

Han berättar vidare att när du ska tatuera dig är det viktigt att göra ordentligt med research först

och se vilken tatuereare som har den stil man gillar och även ge tatuerearen lite fria händer att skapa. Det är också nödvändigt att ha förtroende för sin tatuereare eftersom det också gör ont att tatuera sig och du ska kunna ha tillit till att det blir bra.

Jag blir nyfiken på om Tony har sagt nej någon gång och det har han.

Jag har sagt nej ett par gånger berättar Tony, då kemin inte har stämt eller de har önskat något som jag inte kan utföra. Då brukar jag rekommendera någon kollega som jag tror skulle passa bättre. Vi

gör ju allt för att det ska bli bra. Det finns en fin sammanhållning i branschen och vi kan ge varandra både ris och ros och på det sättet så utvecklas man. Som konstnär bli man aldrig färdig.

En av dem som gjort en tatuering hos Tony är Sara Edelstam och en helt ny fantastisk värld öppnar sig för mig när jag pratar med Sara om hennes

Visste du att..

Tatuering är en form av body art kroppskonst. Ordet tatuering kommer ursprungligen kommer från Polynesiskans tatau, men tatuera sig, har människan gjort över hela världen i tusentals år. På 1980-talet blev det populärt för en bredare

publik att låta göra en kroppssmyckning i form av en tatuering. Nu för tiden är det många i alla åldrar som av olika anledningar bestämmer sig för att göra en eller flera tatueringar.

tatueringar. Min första tatuering är en svala säger Sara, den gjordes i Oslo 2007 av Morten på Lucky 7. Planen var en hel sleeve (hela armen red. anm.) med en surfer girl, men de flesta studios som jag gick till ville att en ska börja med en liten tatuering och det visar också hur seriösa de är. Jag blev väldigt insatt i tatueringsvärlden fortsätter Sara och hon hittade till slut Peter Lagergren, en känd tatueringsskulptör, som fick göra hennes surfer girl.

Sara berättar att varje tatuering är en konstnär och vår hud är deras canvas, vissa blir så kända att de får åka världen runt och många vill bli tatueringsskulptörer av dem.

Är det någon tatuering som är mer betydelsefull för dig?

Alla är viktiga, men jag skulle säga att surfer girl är väldigt speciell för mig. Den påminner mig om Hawaii och min tid där. Hawaii är det häftigaste stället jag har bott på och alla mina tatueringar har Hawaii/old school tema så att de också konstnärligt hänger ihop.



Jag och min man Richard har gjort varsin likadan tatuering när vi förlovade oss 2010 (på Hawaii) den är förstås också väldigt betydelsefull för mig.

Jag undrar förstås om Sara har tänkt göra fler,

- Många, blir svaret, men nästa blir vänster lår för symmetriens skull då jag har en på höger lår redan som föreställer gården där jag är uppväxt, en riktig småländsk släktgård och det är Tony Nilsson som har gjort den.

Får du ofta frågor om dina tatueringar?

Förr var det fler som frågade och alltid positivt, men nu är det så vanligt så nu får jag inte så ofta frågor längre. Saras tips till dig som funderar på att göra en tatuering är att välja tatueringsskulptörer med omsorg och ha inte bråttom!

Text: Karin Borg

Foto: Privata

Bluearms webbsida:

www.bluearmstattoo.com

TINA WETTERSKOG, VISUELL KOMMUNIKATÖR & RESEKONSULT, OSLO



Naken men aldrig naken. Med tatueringar känner man sig aldrig riktigt naken. Kroppskonst är något som mänskligheten smyckat sig med i alla tider. Med olika symbolik och acceptans. Min kropp är mitt tempel och det har jag låtit smycka med flertalet färgstarka verk av olika tatueringsskulptörer.

En påfågel täcker min högra arm, korporna Hugin och Munin pryder min ena höft, en färgstark räv kikar ut från överarmen, en kungsfiskare flyger upp från revbenen, fågeln quetzal är förevigad på bröstet med sina dyrbara fjädrar och en katt säger

hej från vänstra handen. För mig behöver inte tatueringar ha någon speciell betydelse eller symbolik som ligger till grund. De flesta jag har har ingen historia att berätta utan dess främsta funktion är att vara konst.

Frågan jag alltid får. Gör det inte ont? Jo, det gör faktiskt jätteont! Vissa områden på kroppen är värre än andra, revbenen, solarplexus och armbålen är de platser där jag personligen upplevde mest smärta. Det som gör att en hårdar ut är att så fort nålen upphör, upphör också smärtan. När läkningsprocessen är över och smärtan sedan länge bortglömd börjar drömmar om nya projekt ta form...

Besök gärna Tinas sida på www.worldbytina.se

NÄR MATLUSTEN SVIKTAR



Vad händer med kroppen när den blir äldre? Vi bad Catarina, som har en bachelorgrad i näringsfysiologi, berätta mer om detta.

Under tiden då jag tog min bachelorgrad i näringsfysiologi för några år sedan hade jag en tre månaders praktik på ett äldreboende i Oslo. Jag fick i uppgift att kartlägga de boendes näringsstatus och lägga upp en individuell plan för de som var under- och felnärda eller i risk för detta.

Naturlig förändring av kroppen

När vi blir äldre får vi en ändrad kroppssammansättning som har en stor betydelse för engeribehovet. Energibehovet går ned, men behovet av mikronäringsämnen är det samma som förut. Det blir därför viktigare med näringstät mat för att täcka behovet för mikronäringsämnena.

Under- och felnäring

Under- och felnäring uppstår när näringsintaget är mindre än behovet. Sjukdom kan föra till under- och felnäring och under- och felnäring kan föra till sjukdom. Detta sammanhang är större hos äldre för att de är mindre motståndskraftiga mot sjukdom än yngre, och det är också svårare att reversera undernäring hos äldre när det väl uppstått. Därför kan det vara bra att jobba förebyggande.

Beräkning av maten och förändring av matsituationen

När jag hade kartlagt de boendes näringsintag läste jag noggrant igenom deras journaler och intervjuade dem för att lära känna dem bättre. Så

lade jag upp individuella näringplaner för dem alla. En dam hade svårt för att tugga och väldigt liten matlust. Hon älskade choklad. Jag gjorde energitäta chokladshots till henne, som hon fick fyra gånger daglig som mellanmåltid. En annan dam med stora smärtor i käken åt bara soppa. Sopporna berikade jag med gräddor, äggulor och rapsolja. En man var deprimerad efter att hans fru gått bort, något som påverkat hans matlust. Han fick flytta från sin fasta matplats på avdelningen till en annan avdelning där han hade en god kamrat. Från den dagen blev måltiderna något han såg fram emot. En dement dam, som i hela sitt liv älskat klassisk musik, hon matvägrade för det mesta. Lösningen för henne blev att sätta på klassisk musik medans hon åt.

Under min praktik blev det så väldigt tydligt för mig hur enkelt man kan förebygga under- och felnäring när matlusten sviktat. Så enkla metoder, men alltför sällan praktiserade.

Vil du veta mer om hur kroppen ändras när vi blir äldre och få tips om hur vi med enkla knep kan förebygga under- och felnäring så håll utkik efter en av Onsdagsträffarna i Margaretakyrkan i höst. Då kommer Catarina hålla ett föredrag om just detta.

Text: Catarina Storhammar

PÅ GÅNG I OSLO

I Svenska Margareta kyrkan 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.

Svenska kyrkan i Norge följer noga Folkehelseinstituttets råd och riktlinjer. Se hemsidan eller kontakta expeditionen för de senaste uppdateringarna: www.svenskakyrkan.se/norge/oslo.

HÖGMÄSSA MED REGNBÅGSTEMA

Söndag 28 juni klockan 11.00

ALLAS LIKA VÄRDE

Varmt välkommen till en högmässa med regnbågstema.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.



SOMMAR I OSLO 22 JUNI- 30 AUG

Under hela sommaren firas gudstjänst söndagar klockan 11.00 och kvällsmässa tisdagar klockan 18.30.

Svenska kyrkan i Norge följer noga Folkehelseinstituttets råd och riktlinjer. Se hemsidan eller kontakta expeditionen för de senaste uppdateringarna: www.svenskakyrkan.se/norge/oslo.



SOMMAR PÅ TERASSEN

Måndagar klockan 14.00-16.00

SOMMAR PÅ TERASSEN

Då sommarens utflykter är inställda erbjuds nu sommar på terrassen, en plats för fika och samtal. En perfekt mötesplats för dig som vill mötas i ett lite mindre sammanhang och saknar kyrkan. Det serveras kaffe/te, om du hellre vill ha med din egen fikakorg går det också bra förstås. (Vid dåligt väder inställt. Begränsat antal platser & anmälan till kyrkan)

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.

BABYSÅNG I PARKEN

Tisdagar klockan 13.30

POP-UP BABYSÅNG I PARKEN

Under sommaren kommer det arrangeras Pop-up Babysång i parker i Oslo. En gång i veckan ses vi och sjunger svenska sånger, umgås och fikar medhavd fika.

Håll utkik i Facebookgruppen *Babycafé Oslo* för uppdaterad information.



FÖRSAMLINGS DAG

Söndag 6 september

FÖR LITEN OCH STOR

Välkommen till en festlig församlingsdag. Dagen bjuder på något både för lite och stor. Du får möjlighet att hälsa på nya och gamla vänner som du kanske inte sett på ett tag.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.



KRÄFTSKIVA

Torsdag 17 september

KRÄFTOR, KRÄFTOR, KRÄFTOR

Denna fantastiska svenska tradition. Vi håller tummarna för att kyrkan kan arrangera en kräftskiva även detta år.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.



BIBELUTDELNING

Söndag 4 oktober

BARNENS BIBEL

Alla som vill ska kunna läsa vad som står i Bibeln – även barnen! Denna söndag delar vi ut Barnens bibel till alla barn som fyllt fyra år.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.



BARNLOPPIS

Lördag 10 oktober

KOM OCH FYNDA

Denna lördag är det dags för en favorit i repris, den populära barnloppisen. En chans för dig att värna om miljön, plånboken och samtidigt skänka pengar till ett välgörande ändamål.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.

FÖDELSEDAGSFEST

Måndag 19 oktober

DETTA SKA VI FIRA

Fyller du 75, 80 eller mer i år? (Det vill säga, är du född 1945, 1940 eller tidigare?) Svenska kyrkan i Norge vill inbjuda dig till en festlig födelsedagsfest i Margareta kyrkan i Oslo.

Håll utkik på hemsidan för uppdaterad information.



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

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

PROJEKTENSEMBLE

Måndagar klockan 18.30-21.30

KAMMARKÖREN

Tisdagar klockan 18.45-21.30

ÖVRIGT

LÖRDAGSCAFÉ

Två lördagar i månaden klockan 10.00-13.00

ONSDAGSTRÄFFEN

En onsdag i månaden klockan 12.00-14.00

MAJKLUBBEN

Första måndagen i månaden klockan 17.30-20.00



SOMMARSHEMA

22 JUNI – 30 AUG

SÖNDAG

KL 11.00 GUDSTJÄNST

MÅNDAG

KL. 14.00-16.00

SOMMAR PÅ TERASSEN

TISDAG

KL. 13.30

POP-UP BABYSÅNG

(BABYSÅNG I NÅGON PARK)

KL. 18.30

KVÄLLSMÄSSA

EXPEDITIONEN ÖPPEN

MÅN – TIS KL. 10.00-12.00

(STÄNGD VECKA 30 & 31)

TILL MÅLSMAN OCH
DIG SOM ÄR FÖDD
UNDER 2006 OCH BOR I
NÄRHETEN AV OSLO!

KONFIRMATION

Allt som är du behövs hos oss. Din fantasi. Din iver. Din kunskap. Din oro. Din tro. Din kärlek. Dina tankar och drömmar. Att du ifrågasätter och har andra erfarenheter spelar roll och intresserar oss. Det är en möjlighet att lära känna sig själv bättre och samtidigt möta nya vänner.

Konfirmandtiden ska vara en tid då du tillsammans med andra ungdomar och vuxna får fundera, diskutera och samtala kring livets frågor, Gud, människan och världen. En tid då du får vara nyfiken, ställa frågor och får uttrycka din tro och ditt tvivel. För att det ska fungera så bra som möjligt ställs det krav på ditt engagemang och din närvaro eftersom vår gemensamma tid bygger delaktighet och trygghet, vi gör och upplever saker tillsammans.

Vill du vara konfirmand i Margaretkyrkan 2020-2021?

Uppstart i Oslo är i början av oktober. Konfirmandtiden kommer att avslutas med en lägerresa i augusti 2021 och konfirmation sker i september 2021.

Vill du ha mer information, anmäla dig eller har någon fråga?

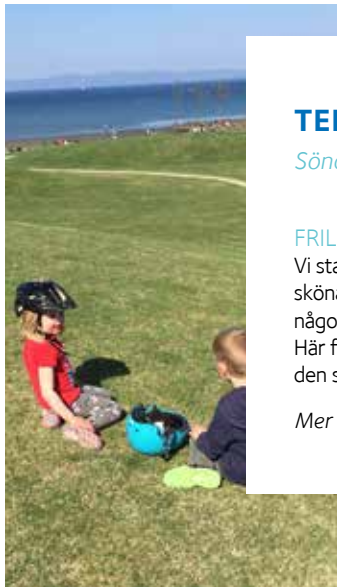
Då kan du kontakta konfirmandledare
Ami Hall på ami.hall@svenskakyrkan.se



I maj 2019 konfirmerades fem förväntansfulla konfirmander. Här ser ni dem tillsammans med Unga ledare, kyrkoherde och konfirmandledare.



TRONDHEIM



TERMINSUPPTAKT

Söndag 23 augusti klockan 14.00

FRILUFTSDAG I SKÖNA NATUREN

Vi startar höstterminen med en friluftsdag vid natur-sköna Midsandtangen. Ta med en picknickkorg samt något att grilla. Vi bjuder på korv. Här finns aktiviteter för barnen, cykelpark och bad för den som vill ta sig ett dopp.

Mer information på hemsidan.

När ses vi?

Söndag den:
23 augusti
20 september
18 oktober
29 november
12 december

Vad gör vi?

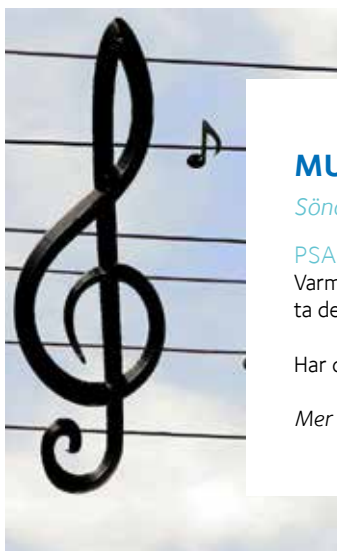
14.00–16.00 Familjekyrkis och öppet café
17.00 Gudstjänst med efterföljande fika.

Var ses vi?

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



BERGEN



MUSIKGUDSTJÄNST

Söndag 13 september

PSALMBOKENS SKATTER

Varmt välkommen till en musikgudstjänst där du får ta del av psalmbokens alla skatter.

Har du någon önskepsalm? Hör gärna av dig till Nina.

Mer information på hemsidan.

När ses vi?

Söndag den:
13 september
11 oktober
8 november
6 december

Vad gör vi?

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

Var ses vi?

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

STAVANGER

TERMINSSTART*Lördag 12 september***ÖPPET CAFÉ & FAMILJEKYRKIS**

Nu ängligen möts vi igen. Efter en tids uppehåll är det dags att starta höstterminen med Öppet café och Familjekyrkis.

Mer information på hemsidan.

När ses vi?

Lördag den:
12 september
10 oktober
7 november
5 december

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).

Kontakta oss om du har frågor**Karin Borg**

Präst
karin.borg@svenskakyrkan.se
Mobil: 45 39 62 51

Nina Norrman

Musiker
nina.norrman@svenskakyrkan.se
Mobil: 92 22 43 43

Gilla sidan

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

facebook**VILL DU FÅ EN PÅMINELSE 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 så får du också ta del av det.

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



Foto: Karolina Axelsson



VICTORIOUS

- en historia om överlevnad

- Allt gick helt toppen, vi hade världens bästa förlossning. Det var ett drömscenario. När vi åkte från sjukhuset tänkte vi: vi är tvåbarnsföräldrar. Wow!

Bara några dagar senare skulle allting ställas på sin spets. Nyfödda Victor skulle komma att kämpa för sitt liv i flera månader.

Det var i början av förra året som Alexandra Andersson och hennes make var höggravida med barn nummer två och planerade att befinna sig i en babybubbla precis som alla andra nybakta föräldrar. Så blev det inte.

Tre dagar efter att den nya familjen kommit hem fick mamma Alexandra hög feber, feberhallucinationer och blev inlagd på Ullevål sjukhus med ett oidentifierbart virus, ett år innan hela världen blev drabbad av ett helt annat oidentifierbart virus. Hennes make och spädbarnet Victor var inlagda tillsammans med henne så deras nyfödda son kunde bli ammad. Hon var inlagd i åtta dagar.

När hon till slut fick komma hem kunde de äntligen landa i sin nya familjesituation. I två dagar fick de vara i sin babybubbla. Tidigt på morgonen när Victor fyllde tio dagar vaknade Alexandra med en obehaglig känsla i magen.

- Jag hade en sjukt dålig 'feeling' utan att kunna sätta fingret på vad det var. Victor såg helt normal ut, hade ätit och sovit ordentligt. Men jag visste bara att nånting var fel med honom.

Till slut ringde hon till Ullevåls sykehus och de bad henne att ta tempen på Victor som visade 35 grader.

- Att ha så låg temperatur på ett så litet barn är inte alls bra, så sjuksköterskan jag pratade med sa att jag var tvungen att köra Victor till sjukhuset på en gång.



På väg dit började han bli helt blå. Väl framme var hans temperatur nere på kritiska 34 grader.

– Hans kropp började stänga ner totalt.

Väl på sjukhuset förstod inte personalen vad som var fel. Han var nerkyld och blev inpackad i värmefiltar. Sjukvårdspersonalen försökte ta blodprov i sex timmar, men alla hans blodådror var omöjliga att få tag på.

Mer än tolv timmar senare fick föräldrarna besked om att gå ut från behandlingsrummet då Victors tillstånd blev så kritiskt att han blev lagd i respirator. Rummet var överfyllt av läkare som försökte hålla Victor vid liv. Han hade slangar överallt och

blev pumpad med sjutton olika mediciner. Han blev satt i konstgjord koma medan läkarna kämpade för att ta reda på vad som var fel.

– Allt är så suddigt från denna tiden. Väntrummet var en surrealistisk upplevelse, säger Alexandra.

– Jag minns att vi (hon och maken reds anm.) tittade på varandra och sa: Händer detta verkligen på riktigt?!

– Victor var ju född helt frisk, och tio dagar senare gick han från helt frisk till döende på bara 12h ?!

Vi förstod ingenting, fortsätter hon.

Tillslut kom chefsöverläkaren in i väntrummet och bad föräldrarna att sätta sig ner.

Överläkaren berättade att de hade hittat ett allvarligt





hjärtfel och att det nog var bäst att förbereda sig på att säga hejdå.

Men det blev inget hejdå.

Victor blev fraktad till Rikshospitalet och befann sig i koma och isolering i två veckor. Hans hjärta kämpade och slet. Han hade skyhöga värden, så höga att de anses omöjliga att överleva. Och sedan fick han en hjärtattack. Men han fortsatte kämpa. – Läkarna har sagt flera gånger att det är en medicinsk omöjlighet att han lever idag.

Två veckor senare blev han flyttad till nyfödd-intensiven, där de sjukaste barnen i Norge vistas. Detta blev Victors hem i två månader.

Långsamt, långsamt började Victor repa sig. Läkarna varnade att han skulle bli sen i utvecklingen, vara liten, mager och sjuklig.

– Men nej du, han är en tjock, glad och gosig liten bebis på 15 härliga månader, konstaterar Alexandra. Han sprang in på stadiga ben på sin hjärtkontroll på sin 1-årsdag och läkarna kunde inte tro sina ögon. Det hade de aldrig trott! Vi gjorde också en MR för att se om han fått hjärnskador som följd av

hjärtsvikten och hjärtinfarkten, men hans hjärna är helt perfekt. Inga skador alls!

– Sjukhuset kallar honom numera för Victorious Victor.

Det visade sig att Victor hade fått samma luftburna virus som hans mamma fick. Hans virus hade satt sig på hjärtat – något som en på miljarden blir drabbade av. Oftast hinner föräldrarna inte upptäcka att något är fel förrän det är för sent. Enbart två barn i Norge har någonsin överlevt detta viruset.

Ett av de barnen är 15 månader gamla Victor från Oslo.

Text: Linn Nyrvik

Foto: Privat

Husmor tipsar

Mat, hälsa och välmående....

Text: Catarina Storhammar

Äntligen är det vår, med sommaren rätt runt hörnet. Det är dags att damma av grillen och göra den klar för en ny grillsäsong.

Det behöver inte vara svårt och krångligt för att få till en vällyckad grillkväll med familj eller vänner.

Grillmat är inget hokus pokus. Det är enkelt att ordna. Ofta kan mycket förberedas i god tid innan gästerna kommer. Framförallt tre saker är viktiga för mig när jag har middagsbjudning: det ska vara gott, enkelt och socialt.

Här kommer några tips på goda enkla tillbehör till grillmaten som med fördel kan förberedas i god tid innan gästerna kommer:

SÅ GOTT OCH SÅ ENKELT

Tzatziki

En klassiker i Grekland som passar fint tillsammans med souvlaki (grillspett) eller annat grillat kött och vegetariskt är Tzatziki. Den tillagas på olika sätt, beroende på var i Grekland man är. Här kommer mitt favoritrecept:

Ingredienser för 4 pers:

3dl naturell yoghurt, 1-1 ½ gurka, 1-2 klyftor vitlök, dill & lite salt och peppar efter smak

Låt yoghurten rinna av i ett kaffefilter i några timmar. Blanda i riven gurka (kläm ut vattnet från gurkan), finhackad vitlök, salt, peppar och färsk hackad dill efter smak.

Grillade potatishalvor

Dela potatisarna på längden, utan att skala dem. Pensla dem flera gånger under grillningen med lite rapsolja. Strö på flingsalt när de är färdiggrillade och klipp gärna lite färsk rosmarin över dem.



Spicy cashewnötter a la Thai

Thaimat är som känt starkt. Extra stark blir nötterna om du får tag på färsk chili från en utländsk matbutik. Du bestämmer själv hur mycket du ska ha av ingredienserna. Allt efter hur starkt du önskar det. Vill du så kan du bara ha på salt när nötterna är färdigbrynta. Bryn cashewnötterna (eller andra nötter) i lite rapsolja och strö över lite salt (gärna flingsalt). Lägg upp nötterna på en tallrik och låt svalna. Strö över hackad rödlök, skivad röd chili, hackad gräslök och pressa citron över. Detta kan göras en stund innan gästerna kommer och förvaras i rumstemperatur. Citronen kan pressas över nötterna precis före servering

Ruccolasallad med honungs- och senaps dressing

Ruccolasallad i botten. Lägg på coctailtomater som delas i två och sprids ut öve salladen. Lägg på skivad parmesanost. Låt stå i kylan till servering. Dressing: 1 msk söt senap (Bergbys sennep), 1 msk Akasia honung, 2 msk röd vinäger, salt efter smak, virgin olivolja. Blanda allt utom oljan i en flaska. Skaka flaskan. Ha i olivolja lite åt gången och skaka flaskan. Dressingen ringlar du över salladen rätt före servering.

Grillade grönsaker

Skiva zucchini, paprika, lök, aubergine eller andra grönsaker. Grilla dem mjuka på båda sidor och pensla undertiden med en god olivolja. Lägg upp dem på ett fat, strimla över crema de balsamico och pressa över citron.

Grönsakerna kan skivas upp och plastas in ett par timmar innan de ska grillas. Tips: en del aubergine kan ha en mer bitter smak en andra. För att få bort bitterheten: strö över lite salt över aubergineskivorna och låt stå i 30 min. Torka sedan av med hushållspapper



RÄTT KÖN I FEL KROPP

Foto: Elisabeth Ohlson Wallin

Fru Hansson är Söderhamns egen powerlady som med ett djupt intresse för teologi och ett genuint samhällsengagemang vill utveckla och förbättra samhället till en plats där olikheter blir en styrka i arbetet för allas lika värde.

Maria Hansson är idag lokalpolitikern och HBT+aktivisten som bland annat drivit igenom frågan om könsneutrala omklädningsrum och HBTQ-utbildning för offentliganställd personal och politiker i sin hemkommun Söderhamn. Men så har det inte alltid varit; låt oss backa bandet lite och börja från början. En gång i tiden hette hon Allan Nielsen, hatade homosexuella och spred bland annat sina extrema predikningar i forum på nätet. Jag ringer till Maria som precis kommit från ett möte med kommunens barn- och utbildningsnämnd där hon sitter som ersättare sedan några år tillbaka.

Alltid vetat

- Jag har alltid vetat att jag är kvinna.» Säger Maria och berättar om en tillsynes vanlig uppväxt som yngsta brodern i en syskonskara om tre bröder. Mamman var sömmerska och hennes pappa arbetade på flottbasen i Köpenhamn där familjen bodde. Men i sin ensamhet bar hon på en väl bevarad hemlighet och hon var inte redo att

berätta om sin trans-identitet för någon.

«Jag brukade gå in i mammas garderob efter skolan.» berättar Maria och att hon skyndade sig hem från skolan för att prova sin mammas kläder innan resten av familjen kom hem. Hon blev lugn och den ångest som hon kände lättade när hon hade på sig BH, nylonstrumpor och klänningar.



Maria säger att hon redan som barn kände sig annorlunda och hon hade mycket funderingar om identitet och varför hon inte fötts som flicka; funderingar som vuxenvärlden inte fängade upp. Och på förskolan räckte pedagogerna ledande över bilar till henne när hon hellre ville leka med dockor.

Transperson

Att vara transperson handlar om att en persons inre upplevelse av hens kön inte stämmer överens med kroppen eller med det juridiska könet och kallas även för könsinkongruens. Att leva med transidentitet behöver inte vara någonting statistiskt

utan kan röra sig över ett spektrum där uttrycket kan bli att personen på olika sätt upplevs bryta mot samhällets kollektiva uppfattning om kön och könsuttryck.

För att faställa att en person är i ett permanent tillstånd av könsinkongruens och att kirurgiska och/eller medicinska insatser kan vara en del av vårdplanen så kan transvården bistå med en könsutredning. Förutom transexualism kan en könsutredning även diagnostisera två andra diagnoser, men då av mer ickebinär karaktär. Ett vanligt missförstånd är att transsexualism syftar till en persons sexuella läggning men så är inte fallet. Könsidentitet och sexuell läggning är helt olika saker och precis som alla andra människor kan transpersoner vara hetero-, homo-, bi-sexuella eller helt enkelt inte definiera sin sexuella läggning.

Ångest

Maria säger att hon började odla ett självhat och en låg självkänsla och berättar om ett bitvis turbulent och stökigt liv som ung vuxen där hon skolkade mycket från skolan och experimenterade med narkotika. Flera utredningar och rapporter visar att 40-50% av alla transpersoner någon gång försökt ta sitt liv under tonåren.

Efter avlagt gesällbrev som bokbindare flyttade Maria till Avesta och engagerade sig i Frälsningsarmén. Hon träffade en kvinna, gifte sig och paret tre barn. Efter bibelstudier blev hon resande predikant och fördömde homo- och bisexuella i sina hatpredikningar om helvetet, traditionella könsroller och familjekonstellationer. I samband med Elisabet Ohlson Wallins fotoutställning *Ecce Homo* 1998 polisanmälde hon utställningen för hets mot folkgrupp. Polisen beslöt att inte inleda förundersökning, vilket Maria idag tycker var helt rätt beslut.

För att dämpa den ångest som hon kände arbetade Maria alldeles för mycket och försummade familjen allt mer vilket ledde till allvarliga hälsoproblem. Hon startade sidan *Evangelisten* där hon flyttade fram sina positioner som hatpredikant ytterligare med yttringar som i dag

skulle avfärdas som extremism och galenskap. Då hände något som kom att bli början på Marias räddning; intellektuella inom det teologiska fältet började protestera mot det som hon skrev. Hennes argumentation sattes ur spel och Maria lättade upp tonen. Äktenskapet med barnens mor höll inte prövningen och Maria skilde sig.

Räddningen

Efter några år och ytterligare en skilsmässa i bagaget träffade Maria en ny kvinna, Gunilla. Paret gifte sig men 2006 kom Gunilla på Maria med att ha nylonstrumpor under jeansen och då bestämde sig Maria för att komma ut som kvinna för familjen och 2007 kom hon ut offentligt och inledde sin könsutredning.

Trots att könsneutrala äktenskap blivit lagliga i Sverige fick man inte ändra juridiskt kön eller genomgå könsbekräftande vård eller kirurgi om man var gift. Därför fick Maria skilja sig från Gunilla. Efter att könstillhörighetslagen ändrats så att även gifta fick ändra juridiskt kön och genomgå könsbekräftande vård gick det ytterligare några år och den 22 juli 2017 gifte Gunilla och Maria om sig.



Idag är Maria 67 år och lever lycklig med Gunilla som tillslut kom att bli hennes fru och livspartner. Hon sitter i Kristdemokraterna Söderhamns partiavdelnings styrelse och är även engagerad i partiets HBT+ förbund. 2012 förevigades hon på bild som ormen i paradiset i hennes tidigare kombattant Elisabet Ohlsson Wallins fotokonstverk *Altartavlan Paradiset*.

Mitt samtal med Maria lider mot sitt slut och jag tänker på alla de personliga tragedier vi kan undgå genom att alltid kritiskt reflektera över våra egna värderingar och förhållningssätt. Men jag förundras även över all godhet och mod som finns i vålden, över nåden och försoningens kraft och att kärleken övervinner allt.

Text: Robert Mellberg Solvang

Foto: Privat



Att vara utlandssvensk i dessa tider

Det sägs att mer än 600 000 svenskar bor utomlands. Just nu betyder det att de som inte har kunnat packa säcken och flytta hem förhåller sig till coronastrategierna i det landet där de bor. Det är konstigt det där. Så länge man vet att man när som helst kan åka hem är det okej att leva livet borta. Men när gränserna stänger, när man inte ens är välkommen i sitt eget hemland, då blir besattheten efter det ljuva svenska ganska påträngande.

Det var först efter några år i grannlandet Norge som jag förstod att det är typiskt svenskt att drömma sig bort och identifiera sig med andra kulturer. Jag blir fortfarande lite brydd när de finaste komplimangerna vi kan ge våran huvudstad är att det är 'lite som Brooklyn' eller att ett kvarter ger 'Paris-känsla'. Kom igen, var är patriotismen? Och nu som statministeren satte spiken i kistan för våra sommarplaner, längtar svenskarna ännu mer efter pulserande metropoler och medelhavsvärme. Men inte vi utlandssvenskar. Vi längtar hem. Vi längtar efter majbrasan, efter blommande syrener, efter statliga myndigheter och kanske mest av allt att inte känna oss som utlänningar.

Den här pandemin påminner oss om att vi kanske inte är så one-happy-gobal-family som vi trodde, men gränserna mellan länderna har tvärt om blivit ganska definitiva och utslagsgivande. Bara tanken på att mina barn antagligen inte kan passera gränsen för att de inte har svenska pass ger mig frysningar.

Jag tror få av dem som flyttar från Sverige till utlandet, inklusive mig själv, tänker att nu flyttar

jag för gott. Det började gärna som en rastlöshet, tillika dröm om att testa något annat, något nytt. Utan att du vet ordet av har drömmen försatt dig i husköp, äktenskap och utlandsfödda barn. Barn som inte identifierar sig så starkt med det svenska som du själv gör. Lägg till en coronapandemi på det och du sitter ganska gott fastkilad i ditt nya land.

Vi utlandssvenskar vet väl att det inte är mycket sympati att få. Föraktet mot utlandssvenskar är ett välkänt fenomen och gör inte skillnad på en flytt till coola Los Angeles eller det lite töntigare, men rika, Norge. Du är liksom oavsett en svikare. Jag minns väl Andres Lokkos sommarprat från 2010 (hjälp är det redan tio år sen) och hur igenkännande det var när han beskrev hur svenskar avskyr dem som har gått i självvald exil. På samma gång som det är typiskt svenskt att vara icke-patriot, så ska du inte heller tro at du bara kan sticka av när det inte passar sig, för att sen komma hem på semestern och plocka russen ur kakan.

Som många redan uttryckt, sätter pandemin saker och ting på sin spets och teorierna om dess effekter är många. Min teori är at antalet utlandssvenskar, ja utlandsboende i stort, kommer reduceras kraftigt efter virusets härjning. Om tio år ska jag påminna mig själv om att jag aldrig ska sätta mig i den här situationen igen. När jag längtar bort skal jag påminna mig själv om att det som ändå övergår den känslan, är att komma hem.

Text: Charlotta Schaefer i Stavanger

Vem är du?

J	N	
<input checked="" type="checkbox"/>		Kvinna
<input checked="" 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



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 Valborgsmåsoafton och Svensk Midsommarafton. Vi arrangerar också möten med kulturpersonligheter och utflykter.

Läs mer på www.norsksvenskforening.com



KONTAKT MED

NORSK-SVENSK FORENING

post@norsksvenskforening.com

www.norsksvenskforening.com

Anne Grethe Nilsen, medlemsansvarig,

tel 97 68 92 48 eller

Mikael Klingberg, styreleder, tel 90 74 73 14

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

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

Slå oss en signal

24 11 42 00



VOKSENÅSEN

Tid för nya möten

I årets första nummer av intryck skrev vi om ljusare tider, Valborgsfirande och arrangemang på litteraturhuset. Men, så blev det inte den här våren. Voksenåsen har stängt och öppnar igen i augusti.

Under tiden har vi passat på att bygga om entrén till nationalgåvan. Hela området, inklusive nytt specialbeställt konstverk av Jenny Magnusson, står färdigt under juni.

2020 är året för nytänkande. För nya format och nya idéer.

I juni genomförs både processledarkurs – för och på det digitala formatet - och vi firar midsommarafton på Facebook.

I höst blir det återigen tid för fysiska möten.

Om du och ditt företag behöver en trygg mötesplats, mitt i naturen, men ändå nära Oslo, så tror jag faktiskt att Voksenåsen är platsen för er. Vi har mötesrum med egna ingångar, både små och stora, och kan till och med arrangera ditt möte utomhus.

Här finns utrymme, både för att samlas på tryggt korona-avstånd och för de stora tankarna.

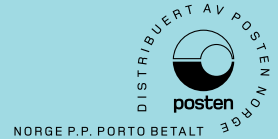
Ta kontakt med försäljningschef nina@voksenaasen.no för ett gott tillbud.

Anna Floren, Programsjef Voksenåsen



Sveriges ambassad
Oslo

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

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 och bekräfta direkt
- skicka **"Jag bekräftar mitt medlemskap i Svenska kyrkan i Norge"** samt namn, födelsedatum och telefonnummer till e-post: 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

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

Adress:

Norskt personnummer:

Svenskt personnummer:

Mailadress:

Telefonnummer:

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