

N°1 MARS 2021

patos

elle

ETT MAGASIN
OM SMÅTT & STORT
I TROLLHÄTTAN



NYA DIGITALA
VÄGAR ÄVEN
FÖR KYRKAN

s.9

ELVIRA TANDERUD

Tonåringen som springer
med högsta fart mot toppen.

Svenska kyrkan 
TROLLHÄTTAN



4

Fira påsken utomhus
Rutinerade scouten Roger Thurhagen ger enkla tips för en lyckad utflykt



18

Elvira är snabbast i Europa
Vi försökte hänga med Trollhättetjejen som springer ifrån alla



9

Den digitala predikan
När inte besökarna kan komma till kyrkan, så kommer kyrkan till besökarna



21

Ett stimulerande förtroende
Så kan du påverka utvecklingen av Svenska kyrkan i Trollhättan



12

Att få mötas på riktigt
Digitala möten i alla ära, men nu längtar vi efter att träffas i verkligheten



24

Hon hanterar isoleringen
Gunnel Wadell, 84, håller kontakten och har skapat nya rutiner



14

Ett kors kan betyda mer
Dyrt & Heligt tittar närmare på korsens historia i Trollhättans kyrkor



28

Ny kyrkgårdschef
Vi ringde till Frank Thorén Hall, som tillträdde den 1 mars



16

Påskens stora kryss
Koppla av med knep och knäp – vinstchans för hela familjen



30

Gifta tack vare drop-in
Jessica och Andreas Ohlsson gifte sig i Skogshöjdens kyrka på självaste nyårsafton.

KOM NÄRMARE UTOMHUS

NÄR JAG VAR tio år sov jag i vindskydd för allra första gången. För en gatstens- och asfaltsunge som jag var detta en helt ny upplevelse. Det var något så annorlunda mot att gunga på gården eller cykla runt i stan som vi kompisar brukade göra. Jag minns att det som fullständigt knockade mig var känslan att vakna utomhus, bokstavligt talat i naturen.

DET ÄR MÅNGA som beskriver sin speciella relation till naturen och även berättar hur kontakten till Gud blir mer påtaglig och nära där. Läser man i skapelseberättelsen hur Gud skapar människan och ger henne en trädgård att vara i och sköta om, då är de nära banden inte så svåra att förstå. Mitt i pandemitid är det en ren fröjd att se hur allt ifrån grill- och uteplatser till vinterisar fyllts av njutande människor som hittar ut, hittar tillbaka, hittar hem.

NU KÄNNES DET tydligt att vår- och påsktid är på väg, inte minst tack vare just naturen. Ljuset på morgnar och kvällar, tulpaner på bordet, den obarmhärtigt tydliga smutsen på fönstren, semlan och påskrisens fjädrar i regnbågens alla färger.

Fastän jag är präst och ganska ofta känner mig som en kyrkrätta, så är jag kluven till det här med att just "gå in" i en kyrka. Lika fantastiskt och i det närmaste magiskt som det kan vara att sitta på en konsert i kyrkan eller fira gudstjänst och dela nattvard tillsammans, så är det lätt att känna sig "utanför", en som inte går i kyrkan.

NÄR JESUS BÅDE tillfångatogs och slutligen avrättades hände inte något av detta i en kyrka eller på en annan religiös plats. Allt hände utomhus. Det hände bland människor som trott på honom och följt honom. Det hände bland människor som försökt sätta dit honom. Det hände bland människor som tyckte han var en fejk och en looser som inte infriade deras förväntningar. Jesus dog bland alla. För alla. Likaså uppstod han från det döda, ur graven, bland alla. För alla. För oss alla; dig och mig.

DET ÄR DÄRFÖR vi firar påsk. Och jag kan lova att Guds skapelse, både själva naturen och Jesus totalt villkorlösa kärlek, är en gåva att våga upptäcka.

ELISABET ÖMAN
Kyrkoherde
Trollhättans pastorat

ALLTID REDO ATT FIRA PÅSKEN UTOMHUS

TEXT: ERIK TORSTENSSON
FOTO: MARCUS PAULSSON



Påskan närmar sig. Och precis som under jul- och nyårshelgen är det fortfarande läge att söka sig utomhus och trivas tryggt med familj och vänner. Passande nog är det dessutom Friluftslivets år 2021.

Patos bad den rutinerade scoutledaren Roger Thurhagen dela med sig av några grundtips för en lyckad påskutflykt i skog och mark.

R OGER VAR 11 år när hans bästa kompis tog med honom på hans första scoutmöte med Trollhättans Scoutkår.

– Kompisen skulle alltid gå dit, så för att kunna vara med honom så hängde jag med. Jag var helt såld från första stund. För mig som inte var så intresserad av idrott passade scouterna helt perfekt. Kompisen slutade så småningom, men jag har varit kvar sedan dess och det är 40 år sedan nu, säger Roger.

I dag är han vice ordförande i Trollhättans Scoutkår, som är en av flera lokala kårer som numer samlas under samma riksorganisation, oavsett inriktning. Trollhättans Scoutkår tillhör landets äldsta med 111 år på nacken. Scoutledare blev Roger när han var 18 år.

– Nu är vi omkring 210 medlemmar, men om vi hade tillräckligt med ledare skulle vi kunna vara hundra till, konstaterar Roger, som tillsammans



med sina scoutkollegor märkt av ett ökat intresse för livet utomhus under det senaste året.

– Kan vi få igång fler ledare som vill vara med så kan vi slippa ha kölista, konstaterar han och skickar en generell vädjan till föräldrar "som inte har tid" för ideella engagemang.

ATT VISTAS I naturen är en helt central del i scouternas vardag. Men också gruppdynamik, respekt för varandra och att lära sig att vårda och ta vara på allt som naturen ger. Det är en värld fylld av små och stora äventyr.

– Det är fantastiskt att i flera omgångar fått följa killar och tjejer från det att de börjar i scouterna när de går på låg-

stadiet upp tills att de är självständiga gymnasieungdomar, säger Roger.

Han upplever att det blivit allt mer okej att vara scout, även om man är äldre tonåring.

– Vi tappar fortfarande främst en hel del tjejer när de kommer upp mot gymnasieåldern, eftersom det fortfarande finns en liten töntstämpel att tvätta bort. En del tror att scouterna bara sitter och täljer med kniv, men det är ju så mycket mer. Inte minst när vi åker på stora nationella eller internationella läger. Det är en fantastisk upplevelse som ger minnen och vänner för livet.

IDAG ÄR HAN mentor för en grupp gymnasieungdomar som bildar sin egen patrull inom kategorin Utmanarscouter.

– De är väldigt självständiga och min roll är att finnas där som bollplank och stöd inför deras olika uppdrag och projekt, förklarar Roger, som till vardags ansvarar för konferensverksamheten Konferera ▶

”
EN DEL TROR ATT SCOUTER
BARA SITTER OCH TÄLJER
MED KNIV.





Tips!

Ett triangelakök är en bra basutrustning för utflykten. En öppen eld ger en extra dimension. Packar du dessutom ner färdig pizzadeg och strör kanel och socker på, så har du snart en kanelsnurra till fikat med hjälp av en pinne. En scoutwrap fylld med en mix av förskurna grönsaker och kött, om du gillar det, mättar dessutom perfekt.



vid Folkets Hus Kulturhuset i Trollhättan.

Genom åren har han även jobbat inom tryckeribranschen och drivit egen resebyrå. Men oavsett faserna i livet har han aldrig släppt scouterna.

– Det är en fantastisk ventil. Här fyller jag på med energi och jag har fått uppleva så mycket roligt och lärt känna så många fantastiska människor, både här hemma och ute i världen.

HAN GILLAR ATT organisera och skapa fungerande logistik. Att ha ansvarat för logistik och incheckning för det nationella scoutlägret när det hölls i Kristianstad 2017 med omkring 10 000 deltagare, är självklart en bra erfarenhet när han under mer normala tider planerar för återkommande konferenser för 25–500 personer.

Just nu planerar han dessutom för en utmaning för scouter från hela Sverige under namnet Blå hajken. Utifrån coronadirektiven ska man i mitten av juni genomföra en nio dagar lång strapats i gränslandet mellan Bohuslän, Dalsland och Norge. 32 scouter från hela Sverige får plats.

– Vi fick över 260 sökande. Det säger en del om hur mycket även vi scouter saknar att kunna ge oss ut på olika läger, konstaterar Roger.

VI MÖTER HONOM vid scoutkårens anläggning vid Liperedssjön mellan Trollhättan och Sjuntorp. Här finns kårstuga, eldstad, vindskydd, sovstugor och möjligheter att hitta på mycket roligt året om. Scoutkåren har också verksamhet på Lextorp och Dannebacken.

Att vara utomhus är gott för alla och coronapandemin har gjort att vandringsleder och grillplatser utnyttjas flitigare än någonsin. Under Friluftslivets år 2021, som bland annat Naturvårdsverket står bakom, hoppas Roger Thurhagen att ännu fler ska skaffa sig naturvanor. Det nationella målet är att öka antalet svenskar som beger sig ut i skog och mark med tio procent.

– Vi kommer att jobba med det en hel del, på olika sätt, berättar Roger.

Att inspirera många till en riktigt härlig påskutflykt är en bra början. ♥

ROGERS

10 SCOUTTIPS FÖR EN LYCKAD PÅSKUTFLYKT



1. SÅ FIXAR DU ELDEN

"Stoppa tändstickor i en vattentät påse eller burk, så det håller sig torrt. Förbered gärna hemma med att tälja till trästickor som är bra att få igång elden med. Torra och barrfria grankvistar, så kallat knaster, är också perfekt tändved. Samla ihop det och gör till en boll. Och hittar du nedfallna björkar så är även näver perfekt. Det brinner även om det är blött. En kniv och liten yxa är alltid bra att ha. Och kom ihåg att du bara eldar i eldstäder, aldrig på berghällar. Släck alltid noga efter dig med en hink vatten."

2. LÄTTLAGAD MAT

"Ett bra tips inför dagsutflykten är att hacka, skära och blanda ingredienser hemma. Välj rätter som går snabbt att laga till. Pasta är bra, men undvik snabbmakaroner som lätt grötar ihop sig i små grytor. Fylld pasta är smidigt, precis som soppor. En mix av russin, nötter och choklad är alltid bra att ha i beredskap som energihöjare. Och när det gäller kaffet, så är kokkaffe över öppen eld oslagbart. Kom ihåg att alla förpackningar ska med hem. Inget lämnas i naturen."

3. SÅ SOVER DU GOTT

"Att sova utomhus är supermysigt, bara du ser till att utrusta dig så du inte fryser. Det finns fasta vindskydd på många ställen. Ett bra liggunderlag är viktigt. De finns både i cellplast och uppblåsbara. Byt alltid om till torra sovkläder när du lägger dig och ta gärna med ett gammalt påslakan och ha som innerlakan i sovsäcken, så blir det varmare och sovsäcken håller dessutom längre. Mössa på! Det skyddar både mot mygg och kyla. Och för nattljus är pannlampa smidigare än ficklampa."

4. VARIANTER AV TRIANGAKÖK

"Det finns triangakök anpassade för både gas och t-sprit. En fördel med gas är att kastrullerna inte blir sotiga och att brinntiden blir längre med ett fyllt kök. Nackdelen är att gas är dyrare och att det lätt blir halvfyllda gasflaskor stående. Och att gas funkalar lite sämre när det är kallt ute. Fördelen med t-sprit är att du kan fylla på flera kök och att det är relativt billigt om du köper en dunk som rymmer flera liter och sedan håller över i en mindre som du tar med dig ut. Men som sagt, t-sprit sotar mer, även om det finns sorter som nästan inte sotar alls. Dessutom måste du vänta tills brännaren svalnat innan du kan fylla på. Det kan störa pastakoket, om du inte fyllt på tillräckligt."

5. ANPASSA UTRUSTNINGEN TILL KÖKET

"Ta med en disksvamp och handduk. Och se till att stekspade och andra köksverktyg är lagom stora för triangaköket. Det finns smidiga små set på bland annat Ikea. En smart grej är att säga till en rund plywoodskiva som passar i stekpannan. Det skyddar teflonet från skav i packningen, men är framförallt en bra skärbräda och kan användas som lock."

6. BÄRA, SITTA OCH FIKA

"En ryggsäck är alltid smidigast för ryggen och gör att du alltid har händerna fria. Välj hellre en med lite extra utrymme, så du inte måste lämna nödvändiga utflyktsprylar hemma. Och när du pausar så duger ett enkelt plastunderlägg bra att sitta på. En tidning i en plastpåse fungerar också. Sist men inte minst; en okej termos är gott så att drycken håller sig varm på vintern och kall under varma sommarutflykter."

7. KLÄDTIPS SOM GÖR UPPLEVELSEN ROLIGARE

"Själv föredrar jag ofodrade kängor. Fördelen är att om du blir blöt, så kan du byta både strumpor och sockor (ta alltid med extra!). Ett blött foder går däremot inte att byta ut. Goretex är bra, men lite känsligt. Gummistövlar? Ja, det funkalar ofta jättebra och är ju vattentätt. Men de andas inte och blir snabbt kalla om det är lite kyligt väder. Och fryser du om fötterna, så fryser hela du. Har du köpt nya skor, gå alltid in dem ordentligt innan du ger dig ut! När det gäller regnkläder ska tätheten helst klara 20 000 så kallade "vattenpelare" om du ska kunna vara ute en hel regndag. På huvudet är sydväst min grej."

8. OM OLYCKAN ÄR FRAMME

"Det är alltid bra att ha ett litet första förbandskit med sig, om något skulle hända ute i skogen."

9. KARTA I PAPPER

"Skriv ut eller skaffa en riktig karta istället för att förlita dig på telefonen. Det känns skönare ute i naturen och du får bättre överblick. Och så sparar du ju batteri. På Lantmäteriets webbplats finns en tjänst om heter Kartutskrift. Testa den, om det inte finns färdiga."

10. BÖRJA MED SMÅUTFLYKTER

"Runt om i Trollhättan finns massor av fina utflyktsplatser. Är du ovan vid att göra utflykter, så börjar du enkelt i närheten. Testa sedan att våga söka dig lite utanför platserna dit alla går och utmana dig själv."



Foto: Joachim Nywall

HITTA DIN UTFLYKTSFAVORIT MED FRILUFTSKARTAN

Det finns många utflyktsmål runt Trollhättan med omnejd, med den 20-åriga Edsvidsleden som lite av kronan i juvelen. I Trollhättans Stads egen Friluftskarta hittar du massor av utflyktsmål för stora och små.

Att möjliggöra ett ännu mer aktivt friluftsliv har bokstavligen talat lyfts som en strategisk viktig fråga i Trollhättans Stad. Det finns sedan länge både en Friluftsplän och en Friluftskarta.

– Den första planen togs fram år 2000. Då inventerades alla områden och man började jobba mer målinriktat med att kartlägga och utveckla möjligheterna för alla Trollhättebor och besökare att ta sig ut i våra fina omgivningar. Det har hänt mycket på det här området sedan dess och intresset för friluftsliv är stort i kommunen. Och vi vill fortsätta skapa förutsättningarna, säger Robert Stenberg, verksamhetschef för Trollhättans Stads idrott och friluftsliv sedan 2017.

Just att inkludera friluftslivet i samma organisation som idrotten, är en tydlig markering.

– Människors vanor förändras och idag efterfrågas fler möjligheter att vara aktiv även utanför en föreningsdriven idrott. Idag söker vi exempelvis mindre formella löpar- eller vandringsgrupper som skapas via Facebook. Det är bland annat ur det perspektivet vi vill se till att det finns många olika möjligheter som utegym och eljusspår, säger Robert Stenberg.

Fågeltorn, båttrampor, kulturhistoriska sevärdheter, cykelleder och fiskevatten. Trollhättans friluftskarta rymmer det mesta och Robert Stenberg menar att Trollhättan därför också var väl förberedd när pandemin kom och efterfrågan på mer utomhusaktiviteter ökade markant.

– Visst har vi märkt en klar uppgång och vår friluftskarta är väldigt populär. Den finns digitalt, men många vill gärna ha en fysisk i tryckt form. Den omfattar områden i anslutning till alla våra mindre tätorter plus själva stadskärnan.

Du som vill upptäcka mer och söka dig dit där inte lika många rör sig, ska absolut titta närmare på hela Trollhättans friluftsplän, tipsar Robert.

– Där det finns ännu mer information om fler och större områden. Och allt på kartan och i planen är områden där vi från Trollhättans Stads sida ser till att underhålla allt från grillplatser till skyltning, påpekar Robert.

Arbetet utförs av ett särskilt arbetslag och inför Friluftsåret 2021 har det satsats ytterligare 2,5 miljoner kronor på att utöka resurserna. Bland annat har man arbetat med den uppdaterade Pilgrimsleden genom Trollhättan. Samtidigt pågår insatser för att utveckla kommunens många mysiga badplatser inför sommaren.

– Vi vill att det ska finnas många utflyktsmål att välja mellan. I grund och botten handlar ju friluftsliv om hälsa och välbefinnande. Det är viktigt för alla och gör att Trollhättan mår bättre, påpekar Robert Stenberg.



DU HITTA FRILUFTSKARTAN
PÅ **TROLLHATTAN.SE**



elle

KYRKANS DIGITALA OMSTÄLLNING

TEXT: ERIKA ALMQUIST FOTO: MARCUS PAULSSON

"Vi ställer inte in, vi ställer om". Svenska kyrkans devis under pandemin har inneburit en digital resa med filmade andakter och livesända gudstjänster. En resa som varit lärorik och rolig, men inte utan hinder.

– Vi var inte förberedda och hade varken tekniken eller kunskapen, men vi har utvecklats väldigt mycket, säger Jimmie Midflo, kyrkvaktmästaren som numer även får agera regissör och filmproducent.

DET ÄREN krispig februaridag när Patos möter upp prästen Tina Haettner Blomquist och kyrkvaktmästaren Jimmie Midflo utanför stängda Trollhättans kyrka. I den ståtliga byggnaden har ett renoveringsarbete pågått sedan i höstas och man befinner sig just nu i slutspurten. Den ursprungliga planen var att i det här skedet bjuda in till ett öppet hus, så att alla nyfikna Trollhättebor kunde komma och ta sig en titt. Med anledning av de rådande riktlinjerna har dock planerna fått styras om och Tina och Jimmie är istället här för att filma en uppdatering som ska läggas ut på sociala medier.

KYRKANS IMPONERANDE RYMD har nästan helt fyllts upp av byggställningar och Jimmies plan är att

ta med Tina 14 meter upp och filma en introduktion högst upp, bredvid taknockarna. Numer har Jimmie och Tina vanan inne med filmproduktioner. När de första restriktionerna började gälla i våras var Svenska kyrkan i Trollhättan, precis som så många andra, tvungna att ställa om från fysiska möten till digitala. Det har inneburit en snabbkurs i digitala tjänster och sociala medier, och allt från livesända gudstjänster och konfirmerationer till filmade andakter.

DEN 27:E MARS 2020, precis innan kyrkans största högtid påskan, förbjöds allmänna sammankomster med över 50 deltagare och riskgrupper uppmanades att hålla sig hemma. Kyrkan fick snabbt tänka om och anpassa sig för att kunna erbjuda alla en möjlighet att delta i högtiden. ►



Vaktmästaren Jimmie Midflo och prästen Tina Haettner Blomquist planerar inslaget som ska filmas under taknocken i Trollhättans kyrka. Hur det blev kan du se på svenskakykan.se/trollhattan

10

- Tina frågade om jag kunde hjälpa till med att spela in en påskhälsning till alla de som inte hade möjlighet att komma till kyrkan. Och jag har en förmåga att inte se mina begränsningar. Så jag sa ja, skojar Jimmie och fortsätter:

- Resultatet blev väl sådär, men folk tyckte att jag gjorde ett okej jobb så jag har fortsatt att filma.

SEDAN I VÅRAS har förbud och restriktioner både lättats och skärpts, och kyrkan har i varje steg försökt anpassa sig. Redan under våren 2020 gjordes inspelade andakter, gudstjänster och andra uppdateringar och i slutet av sommaren gjordes de första livesändningarna.

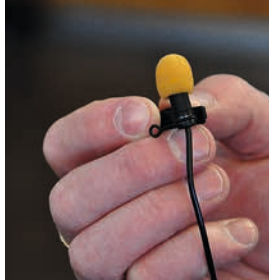
- Det var inför en tvåveckorsperiod med åtta konfirmationer som vi bestämde oss för att livesända så att familjer med vänner skulle kunna vara med. En del släppte av sina barn utanför kyrkan och satt sen i sina bilar och följde konfirmationen i mobilen. Det var faktiskt väldigt uppskattat. Flera konfirmationer hölls parallellt så det var många som var involverade i sändningarna, berättar Tina.

MEN DEN SNABBA och något påtvingade digitaliseringen har också orsakat en del växtvärk.

- Vi talar ofta om en digital stress bland medarbetare. För att hinna med behöver vi vara fler än två-tre stycken som behärskar tekniken och kunskapsnivåerna skiljer sig åt ganska mycket bland oss anställda. Men vi har förstått att både utbildning och tillgång till teknik behövs, så vi jobbar på det, berättar Tina.

MEN ÄVEN OM tekniken inte skulle stå i vägen, så menar hon att det finns en problematik i att digitalisera möten mellan människor inom kyrkan.





När möjligheten att hålla gudstjänster och andakter har begränsats, så har digitala lösningar blivit vardag även hos Svenska kyrkan i Trollhättan. Responsen har varit mycket positiv bland Trollhätteborna och flera medarbetare jobbar nu mer digitalt.

– Andakter och gudstjänster är inga föreställningar. Det är något man gör tillsammans som församling. Det handlar om att komma samman, även fysiskt. Alla har inte heller tekniken hemma för att kunna delta digitalt, eller kan inte tillgodogöra sig tekniken, så då måste kontakten med människor ske parallellt med telefonsamtal.

FÖR PRÄSTER OCH musiker, som tvingats börja relatera till församlingen genom kameran, har digitalisering varit utmanande. Från att ha ögonkontakt och ett direkt gensvar får de nu i efterhand ta till sig en digital tummen upp.

– Man kan vara helt bekväm med att leda en gudstjänst och prata inför en stor folksamling, men bli väldigt obekvämt framför en kamera. Det kan nästan kännas som att vara i ett vakuum. Det har verkligen givit mig en ny respekt för proffsen på TV. Hur de lyckas behålla sin karisma och få budskapet att "gå igenom rutan", säger Tina.

LIVESÄNDA GUDSTJÄNSTER HAR upplevts som den största utmaningen.



**ATT SÄNDA LIVE ÄR
ETT STRESSPÅSLAG.
VI HAR VARIT MED OM
ATT KAMERAN HELT
PLÖTSLIGT GÅR SÖNDER,
OCH ATT LJUDET SLUTAR
FUNGERA.**

– Att sända live är ett stresspåslag. Vi har varit med om att kameran helt plötsligt går sönder, och att ljudet slutar fungera. Ett annat stort problem som vi jobbar på att lösa just nu är att Facebook, som vi använt för att livesända, drar ner kvalitén på bilden vid livesändningar, berättar Jimmie.

Han föredrar att kunna filma i förväg och redigera ihop klippen för att ha "både hängslan och livrem." Men Tina påpekar också att det finns en viktig poäng med livesändningar.

– Det verkar vara viktigt att de som tittar vet att det är här och nu.

OCH TROTS ATT 2020 har varit ett utmanade år har det också varit

ett av de mest utvecklande, menar Jimmie.

– Du har ju blivit inkastad i något du egentligen inte behärskar och det är roligt när det går framåt. Tittar man på det vi gjorde förra våren och jämför med det som gjorts på senare tid, så har vi utvecklats väldigt mycket. Vi har också haft väldigt roligt och lärt känna varandra på helt nya sätt, säger han.

SVENSKA KYRKAN HAR nyss kommit ut med en rapport om hur församlingarna har mött utmaningarna under pandemins första våg, med fokus på användning av digitala medier. Den bekräftar Tina och Jimmies upplevelser; kyrkan har varit snabb på att ställa om och uppvisat stor kreativitet, men också haft svårigheter att upprätthålla verksamheter. Syftet med rapporten är att syna de åtgärder som gjorts för att kunna göra ännu bättre vägval i framtiden.

– Det är viktigt att vi tittar tillbaka på det här året, vad är det som har gjorts och vad hade kunnat göras? Vad har varit bra och vad har vi missat, menar Tina. ♥



elle

LÄNGTAN EFTER FYSISKA MÖTEN I EN DIGITALISERAD VARDAG

Pandemin har mer eller mindre tvingat oss att bli mer digitala. Videomöten med föreningar och i jobbet är numer vardag för de flesta. Siffror visar att Sverige under det senaste året, av naturliga skäl, blivit mer digitalt även när det gäller exempelvis inköp. Användandet av sociala plattformar har också ökat, inte minst bland äldre. Vi tog tempen på hur Trollhättebornas digitala vanor har påverkats och vad vi längtar efter när livet återgår mer till det normala.

TEXT OCH PORTRÄITTFOTO: ULF SUNDBERG



DANIEL EGENVALL

– Jag är van att jobba digitalt, eftersom jag i flera år har arbetat mot Kina. Under pandemin har det varit enbart digitalt eftersom jag arbetar hemifrån. När det blir normalt igen ska det bli skönt att gå till jobbet, träffa sina kollegor fysiskt och höra vardagspratet. Den sociala biten, helt enkelt.



MICHAEL MINKKINEN

– Jag har deltagit på mässor och kick-offer inom reklamvärlden och de har varit helt digitala den senaste tiden. Det har funkade, men jag saknar det personliga mötet. Framöver så tror jag inte att det helt återgår till som det var före Corona. Kommer man att fylla Ullevi som Håkan Hellström gjorde för något år sedan?



AGNES SUNDBERG

– Jag använder mig av videosamtal mycket mer än tidigare. Min dotter som snart är ett år har farmor och farfar på Åland, så det blir flera videosamtal dit i veckan. Jag längtar efter att gå ut och äta god mat på restauranger, men också ha större bjudningar hemma med vänner.



ELISABETH SAMUELSSON

– Jag följer andakter och gudstjänster från Trollhättan digitalt. Det har också gjort att jag har besökt andra församlingar och kyrkor för att se deras digitala sändningar. Jag ser fram emot när de olika grupper som jag är med i kommer igång. Framför allt har jag saknat körsång i Skogshöjdskören.



LINA DAHL

– Mitt sociala liv har ersatts av olika sociala plattformar. Det har blivit mycket mer facetime än innan och jag har deltagit på barnrytmik via Zoom och Facebook. Det är smidigt för vi kan vara hemma, men det är mycket roligare att ses på riktigt. När det blir mer normalt igen vill jag gå konserter och besöka Liseberg med min familj och vänner.



RUNE JOHANSSON

– Jag har lärt mig mycket om digitala möten. I de kyrkliga organisationer som jag är med i som förtroendevald, så är det det som har gällt fullt ut. Jag saknar väldigt mycket spontana och nära möten med släkt och vänner. Och så hoppas jag snart komma igång med körsången igen.



PAUL OLSSON

– Under det här året har jag missat flera uppträdande. Bland annat med Galenskaparen Anders Eriksson på Alberts och Tomas Ledin. Och så skulle jag ha sprungit Göteborgsvarvet. Men framför allt hoppas jag att det snart ska bli tillfälle att åka till Norge, för jag har min dotter Elin som bor där.



ANDREAS ALMÉN

– Jag har under flera år jobbat mycket med digitala möten, så det har inte varit något nytt. Däremot är det ju endast digitala möten nu. Jag längtar efter att uppleva saker på plats igen, som att kunna följa med barnen på handbollsmatcher. Och att kunna resa igen.



JOHANNA FLORES

– Det har blivit mycket mer tid bakom skärmarna. Både för att videochatta med släkten och för att kunna jobba. Det finns oändligt med möjligheter att leva digitalt, men jag längtar tills jag får krama om min släkt och nära vänner samt träffa dem oftare. Sedan vill jag resa utomlands med min lilla familj och visa världen för min son.



elle
DYRT &
HELIGT
KORSET

EN SYMBOL FÖR DÖDEN OCH LIVET

TEXT: ERIK TORSTENSSON FOTO: ULF SUNDBERG

De allra flesta av oss förknippar kristendomen med korset. Men alla kors ser inte riktigt likadana ut. Och även innebörden har ändrats genom historien. Barbro Gustavsson, präst i Lextorpskyrkan, tar med oss på en liten historisk guidning och förklarar också skillnaden på ett kors och ett krucifix.

kristen litteratur har Jesu kors ofta givits kosmiska dimensioner med beskrivningen hur den lodräta balken förbinder det allra djupaste med det allra högsta och gudomliga, medan dess tvärbalk håller samman universum. I det kristna korset förbinds också tanken på offer och död med räddning, uppståndelse och evigt liv. Det är en martyrpåle, men samtidigt ett segertecken så som det framställs i fornkristna mosaiker.

BARBRO GUSTAVSSON konstaterar att korset är kristendomens vanligaste symbol.

– Men det finns i många olika former. Det vanligaste är det latinska korset, där tvärrammen sitter en bit ner på stammen, berättar hon.

DET FINNS OCKSÅ det grekiska korset, som är kvadratisk till formen.

– Det ser du bland annat i Lextorpskyrkan där vi har ett kvadratisk silverkors, berättar Barbro.

KRUCIFIX ÄR ETT annat begrepp man ofta hör. Det finns en stor och avgörande skillnad mellan det och ett kors.

– När Jesus kropp finns med på korset kallas det för krucifix. Det äldsta krucifix vi känner till är från 400-talet, berättar Barbro.

FRAM TILL 1200-TALET visades den segrande Kristus på korset, ibland med en krona på huvudet som symboliserar att han är den segrande kungen. Pontius Pilatus, förvaltaren i romerska provinsen Judéen och han som formellt, om än motvilligt, dömdes Jesus till korsfästelse, satte en överskrift på Jesu kors: "Jesus från Nasaret, judarnas konung." Pilatus viktigaste fråga till Jesus var just huruvida han ansåg sig själv vara judarnas kung, och därmed utgjorde ett politiskt hot.

– Efter 1200-talet ser vi istället den lidande Jesus på korset. Då bar han ofta också en krona, men av törne. Hans händer och fötter är fastspikade,

berättar Barbro och förklarar också varför korset ibland pryds med växter, gröna blad eller blommor.

– Det symboliserar att det spirar liv ur korset. Vi kan tänka på det som ett träd.

NÄR DET STRÅLAR från korset eller det är omgivet av en gloria, är det för att visa på det liv som strömmar från Jesu död på korset och hans uppståndelse. Fortfarande ser man ofta korset i dödsannonser. Första gången ett kors fanns i en dödsannons var 1890, men enligt gjorda studier var det inte förrän på sent 1940-tal som korset blev populärt och dominerade fram till slutet av 1970-talet. Idag är förekomsten långt ifrån lika vanlig.

– Det kors vi kan se i dödsannonser har med tiden också ändrat innebörd. Det står idag inte så mycket för död, utan mer för tro på Jesu uppståndelse och det liv vi hoppas på efter döden, påpekar Barbro Gustavsson.

Uppståndelsekors i **Hannakapellet i Kyrkans Hus** i centrala Trollhättan är tillverkat av Eva Spångberg, och har funnits där sedan 1980. Eva, som gick bort 2011, kallade sig själv "förkunnare i trä" och är en av Sveriges mest kända kyrkokonstnärer i modern tid. Hennes julkrubbor, Mariabilder och andra bibliska motiv finns i kyrkor över hela landet. ▶



Det vackra silverkorset i **Lextorpskyrkan** är ett så kallat grekiskt kors, vars kännetecken är att det är kvadratisk. Detta är från 1974 och lämnades som en gåva till kyrkan från Lextorps arbetskrets. ▶



Processionskors är ett kors eller krucifix som monteras på en stång och som bärs vid intåg till kyrkans mässor, det vill säga när nattvard delas ut. Processionskorset i **Skogshöjdens kyrka** användes för första gången på Påskdagen 2001 och är tillverkat av församlingsbon Egon Bengtsson, som tillverkat flera av kyrkans föremål. ▼

▲ När Jesus hänger på korset kallas det för krucifix. Det här finns i **Trollhättans kyrka** och är gjort i trä och silver 1970. Det köptes för 2500 kr hos Ateljé Waldemar, uppkallad av guldsmedmästaren Waldemar Jonsson i stiftsstad Skara. Traditionen har förts vidare av Waldemars dotter och hennes man och idag går all tid åt till att tillverka kyrksilver. Något som Waldemar på sin tid hade ett särskilt intresse för.



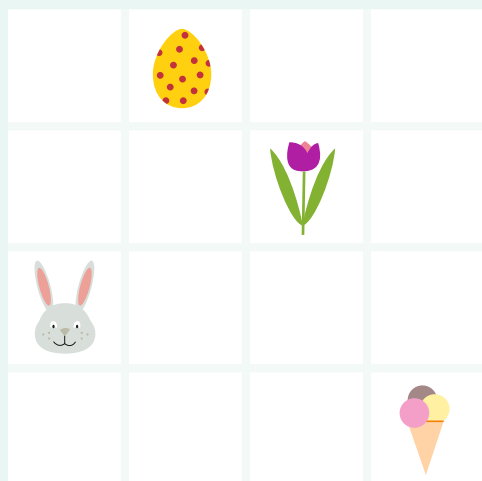
◀ Det svarta och vackert stilrena träkorset som markerar entrén till **Götalundens kyrka**, gjordes i samband med den omfattande utbyggnaden och renoweringen som var klar 2015. Att korsväggen är av tegel är ingen tillfällighet. Det är nämligen Vargöarkitekten Jan Skeppstedts favoritmaterial. Jan låg bakom förvandlingen av Götalundens kyrka, som ursprungligen byggdes 1958.

BARN-SUDOKU

För dig upp till 13 år!

Utmana hjärnan och lös vårt sudoku så har du chans att vinna biobiljetter till dig och en kompis.

VARJE SYMBOL SKA FINNAS EN GÅNG PER LODRÄT OCH VÅGRÄT RAD



RITA I SYMBOLERNA OCH FOTOGRAFERA DIN LÖSNING. MEJLA BILDEN TILL OSS TILLSAMMANS MED DITT NAMN OCH DIN ADRESS SENAST 18 APRIL.

ANGE "BARN-SUDOKU" I ÄMNESRADEN.

Alla inskickade bidrag deltar i utlotningen av 1 st Kulturkort från Folkets Hus Kulturhuset Trollhättan laddat med 2 st biobiljetter.

Vi lottar också ut 5 st presentkort á 100 kr från Trollhättan Fair Trade Shop.

Vinnare från Patos nr 3

Julkrysset

200 kr Fair Trade Shop: Solweig Svensson
Rättvisemärkt kaffe, Fair Trade Shop, värde 100 kr: Ulla Haglund, Rachel Mol, John-Anders Gustafsson, Britt Hermansson

Barnsudoku

2 st biobiljetter: Irma Carlsson
100 kr Fair Trade Shop: Elin Karlsson, Viggo Nilsson, Theo Nilsson

Samtliga vinnare har meddelats och gratulerats.

PÅSK-KRYSSET

Kryssa rätt och vinn ett presentkort på 200 kr hos Fair Trade Shop i Trollhättan.

Lös krysset, fyll i nyckelbokstäverna som bildar ett ord i raden under korsordet och skicka in det till oss. **Bland de rätta svaren drar vi en vinnare** av ett presentkort värt 200 kr och fyra vinnare av Rättvisemärkt kaffe värt 100 kr från Fair Trade Shop.

18 APRIL
VILL VI HA DINA LÖSNINGAR

Skicka via mail:
patos@svenskakyrkan.se

Skicka med post:
Svenska kyrkan, Patoskrysset
Box 161
461 24 Trollhättan
Märk kuvert/vykort med
"Patoskryss"

Lämna in ditt svar i receptionen
Kyrkans Hus, Drottninggatan 42:

För att du ska vara med i dragningen behöver din lösning ha inkommit till oss senast 18 april.



Vinst av biobiljetter (laddade på Kulturkortet) kommer med posten.

Vinster från Fair Trade Shop hämtas enligt överenskommelse med butiken.
Ring 076-80 65 183.

Läraren till eleverna: Är det inte märkligt att kycklingen lyckas ta sig ut ur ägget helt själv? Olle: Det tycker inte jag. Det är konstigare

Korsordskonstruktör: Lars-Göran Ståhl ©	LARV	TOMAS-EVANGELIET	FÄR DRA	FINNA SIG VÄL TILL RÄTTA	FÄGEL MED LÅNGA BEN	HUVUDSTAD	OS-STAD	VAPEN	MYCKET STOR	KAN BLI KORT ELLER KRITISK	FÖRBUND FÖR KONSUMENTFÖRENINGAR	LIST ELLER KLÄMDE	STICKA ELLER ORÄD
KONSTVERK AV LEONARDO DA VINCI											KRAKEL SPEKTAKEL		
DE UTFÖRS AV LÄKARE OCH MILITÄRER		6											
SKOLÄMNEN			SYSTEM AV VÄRDERINGAR ÖKÄND Ö							2			
FESTEN ELLER PLATTAN							HAKE OCH FÅ TETANI FÖRTRYCK					7	
UPPLEVER						ALLTFÖR PASSIVT YRA PÅ ÖLAND					STÄLLT UPP ELLER DET SOM BLIR KVAR	ENSKILD ELLER FÅNGE	NÄSTA
KORT FÖR STOR STAD			VÄSTANVIND FÖRTJUSTA & HÅKTADE							HINNA ELLER DAM TRODDE & GODKÄNDE			
SPRÅKKURS I SVENSKA ELLER FILMINSTITUT				TÅTORT I VÄSTERGÖTLAND	FYKER PÅ ÖLAND SON TILL URMAKARNA			BRED GATA DEN ÄR KALL					
LITET LAND	NORDISKA KOMPANIET				ISRAELS PARLAMENT	4				SANKT I RIKTING MOT			BASTA ELLER TILLRÄCKLIGT
SLÄTT	PLATS FÖR BLOMMOR	MEDDELANDE											
						GAS MOTORSPORT			5		KAN MAN FÅ PÅ SJÖN		
UNDERSKRIFT			3							LYCKA	1		
RIKTNING	MYNDIGHET FÖR LUFT- OCH RYMDFART TILLVERKAR MOTORCYKLAR												
FIRAR 4 JULI				KÖR I SOLNA FÖDA OCH UNDERTYG									
KOMMER FÖRE TRE			MISTE GIBBON										
DROG	VALUTA I POLEN												
BLIR ÄL I SKÅNE					PERSONLIGT PRONOMEN	SVIN							
KLYFTA ELLER SPÄRRA UT BENEN													
MODERSMÅL			SÄDES-SLAG										



NYCKELORD:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---



18

ELVIRAS DISCIPLINERADE VÄG MOT MÅLET

TEXT: ERIKA ALMOVIST FOTO: MARCUS PAULSSON



Europas snabbaste 16-åring är från Trollhättan. Och hon har siktet inställt på OS. Sedan i höstas går Elvira Tanderud elitidrotts-gymnasium i Göteborg och tävlar för Ullevi FK. För att nå sitt mål krävs disciplin, noggrann planering och hård träning.

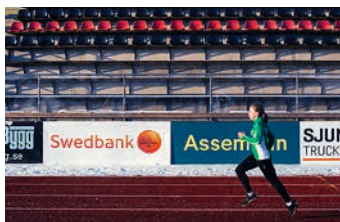
– Min vardag skiljer sig kanske från hur det är för de flesta andra tonåringar, men jag trivs.

ELVIRA VAR ÅTTA år när hon började med friidrott. Efter att ha provat på både dans och gymnastik fastnade hon snabbt för sporten. Hon märkte att hon var snabb och fick höra att hon hade ett fint löpstege, men var också bra i längdhopp.

– Men det har alltid varit sprint jag har tyckt om mest, förklarar Elvira. Sprinten gick bättre och bättre och eftersom jag skadade mig i längdhopp så la jag ner den grenen.

REDAN FRÅN START har sprintkarriären gått spikrakt uppåt. Hon vann Världsongdomsspelen på Ullevi som 12-åring, Götalandsmästerskapen när hon var 13 och följande år även Ungdoms-SM. I Sverigestatistiken har hon varje år varit Sverigeetta i åtminstone en gren. För närvarande är hon rankad etta i Europa, men hur känns det egentligen att vara Europas snabbaste 16-åring?

– Det känns bra. Det betyder att jag är på rätt spår. Mitt mål har alltid varit att bli bäst, men jag trodde kanske inte att det



Namn: Elvira Tanderud

Född: I Trollhättan

Ålder: 16 år

Gör: 2020 sprang hon 100 meter på 11,52. Det gör henne till snabbast i Europa i sin åldersklass. Till vardags läser hon det naturvetenskapliga programmet på elitidrotts-gymnasiet Katrinelund i Göteborg, där hon också numer tränar och tävlar för Ullevi FK.

skulle gå så här bra redan nu. Tiderna jag gjorde i somras hade jag inte kunnat drömma om för ett år sen, säger Elvira.

I SEPTEMBER 2020 fick hon representera Sverige i Finnkampen och tävlade mot sprinters som är nästan tio år äldre än hon själv. Men det är inget som avskräcker.

– Det var något speciellt att få vara med i seniorlandskampen, men när man väl står på startlinjen spelar inte åldern någon roll utan då går man för den

bästa möjliga placeringen. Jag tänker inte riktigt på att jag är så mycket yngre än vissa av dem jag tävlar mot, förklarar hon.

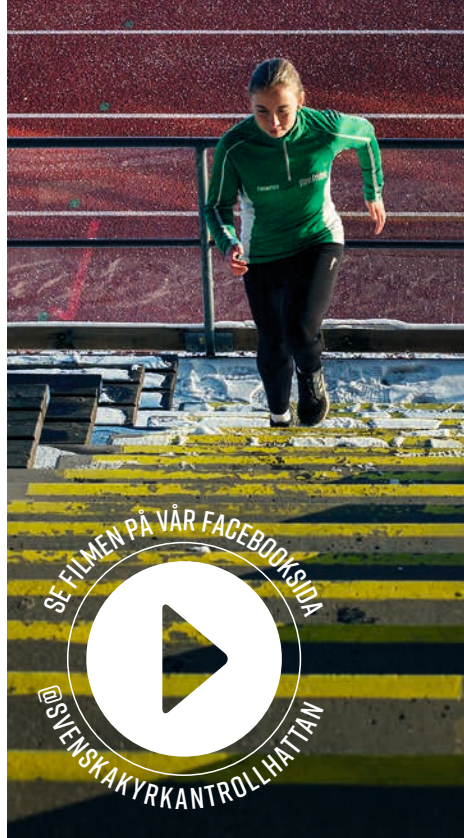
UNDER 2020 STÄLLEDDES många juniortävlingar in, så därför har de tävlingar Elvira ställt upp i nästan uteslutande varit mot seniorer.

– Det är så klart jätteinspirerande att få mäta sig med de bästa, men det har samtidigt varit lite tråkigt att inte köra ungdoms-SM och få möta jämnåriga.

NU ÄR TROLLHÄTTETJEJENS mål att komma till OS. När hon var yngre var det mer av en dröm, men ju bättre tider hon gör desto mer känns det som att drömmen kan bli verklighet.

– Jag vet att det är väldigt svårt att kvala till ett OS eller VM i sprint, men man får ta ett steg i taget och tänka att allt kan hända. Jag tror att det är viktigt att ha delmål på vägen som man jobbar mot, menar Elvira.

Hon kallar sig själv för en extrem tävlingsmänniska som går in hundra procent i allt hon gör. ▶



”
DET KRÄVS
MYCKET PLANERING
FÖR ATT KLARA AV
DET HÄR LIVET

Elvira Tanderud har stora förhoppningar inför 2021 och hoppas bland annat att få representera Sverige i Finnkampen igen. 2019 vann hon Ungdoms-SM som avgjordes hemma på Edsborg, där hon genom åren lagt många träningstimmar.

20

– Jag vet att det krävs väldigt mycket för att kunna konkurrera med den absoluta världseliten. För att nå dit jag vill är det träning som gäller. Men det är inte bara träningen och idrotten som hon tar seriöst. Skolan är viktig för Elvira och i höstas började hon på Naturvetenskapsprogrammet på Katrine-lundsgymnasiet i Göteborg. Det är Sveriges största elitidrotts-gymnasium. I hennes klass blandas elever som alla satsar på sina respektive sporter.

– Det är skönt att vi alla befinner oss i samma situation, så att vi kan stötta varandra. Alla har verkligen samma intresse och på rasterna sitter vi mest och pratar träningar av olika slag. Vi har alla liknande mål, så vi förstår varandra.

INNAN GYMNASIESTARTEN FANNS en oro om det skulle bli stress-

sigt att hinna med allt; pendling till Göteborg, träningar och plugg. Men det har gått över förväntan, konstaterar Elvira.

– Jag trodde att det skulle vara svårare att få ihop allt än det faktiskt har varit. Jag trivs extremt bra med skolan och klassen och har märkt att om jag bara hänger med bra på lektionerna behöver jag inte lägga jättemycket tid på att plugga.

JUST NU ÄR skolan på distans och Elvira pluggar hemifrån, men under den gångna hösten var det långa dagar med både skola och träningar i Göteborg. Det tajta schemat går ihop tack vare mycket stöttning hemifrån.

– Vi har suttit varje kväll och planerat kläder, skor och vad jag ska ha med mig i matväg.

Men vi kom snabbt in i det och fick till en rutin. Vi samarbetar bra här hemma, säger Elvira uppskattande och fortsätter.

– Det krävs mycket planering och disciplin för att klara av det här livet, men det är så himla kul att träna att det är värt det. Jag trivs väldigt bra med min vardag, trots att den kanske skiljer sig från hur det är för de flesta andra tonåringar.

ÄVEN OM MÅNGA tävlingar ställts in under det gångna året, så håller Elvira modet uppe. Hon har stora förhoppningar inför 2021.

– Jag hoppas att jag kvalar in till Finnkampen i år igen. Och Ungdoms-EM som ställdes in förra året har de lagt sista helgen i augusti, så det verkar som att det kommer bli av. Det kommer bli jättehäftigt att möta de bästa i Europa i min egen åldersklass. ♥



ENGAGEMANG FÖR FRAMTIDENS LOKALA KYRKA

Kyrkovalet 2017 blev en framgång sett till antalet röstande, som ökade med sex procent. Inför höstens val hoppas Svenska kyrkan i Trollhättan på motsvarande uppsving när det gäller intresset att engagera sig i det kyrkopolitiska arbetet.

- Det är roligt och absolut inte så krångligt som man kanske tror, säger Linnéa Regnlund efter en mandatperiod i kyrkofullmäktige, där hon tillhör den yngre skaran.

TEXT: ERIK TORSTENSSON FOTO: ULF SUNDBERG / JERRY LÖVBERG / JOHANNES FRANSEN, IKON



Linnéa Regnlund och Bertil Jönsson är två av de 35 ledamöterna i Trollhättans kyrkofullmäktige.

MED 40 ÅR fyllda ligger hon definitivt under åldersnittet bland de 35 ledamöterna i Trollhättans pastorats kyrkofullmäktige. Snittåldern är 72 år, och just att få fler yngre att engagera sig även i kyrkans politiska organisation, är en utmaning som inte bara finns i Trollhättan.

– När du är mitt i livet är det mycket annat som tar tid med jobb, familj och aktiviteter. Men om

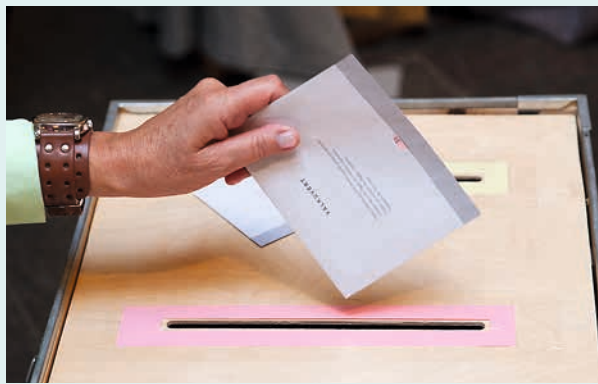
du har ett samhällsintresse och är engagerad i det som kyrkan gör och står för så är det väldigt roligt att vara en del i arbetet med att på ett övergripande plan fatta beslut om hur kyrkan ska fungera lokalt, säger Linnéa Regnlund.

Hon har rötterna i Skåne och har snart varit troende i halva sitt liv. Hon har också läst till präst men har nu tagit en paus.

– Vi får se om jag återupptar det igen, det är inte säkert, säger hon.

EFTER FLYTTEN TILL Trollhättan tog hon istället steget in i den förtroendevalda organisationen och har den gångna mandatperioden representerat Öppen kyrka, en av sex så kallade nomineringsgrupper som ställde upp i valet 2017.

– HBTQ-frågor och att alla verkligen ska känna sig välkomna till kyrkan oavsett hur mycket eller lite man tror är viktiga frågor för mig. Kyrkan har en viktig roll i samhället, inte minst genom sitt sociala arbete och omsorgen om alla äldre och ensamma, påpekar Linnéa. ►



Den 19 september är det dags för kyrkoval igen. För fyra år sedan ökade valdeltagandet rejält och kyrkorådets ordförande Bertil Berggren hoppas på bra gensvar även i år. Lena Pettersson var en av valarbetarna som tog emot röster 2017.

NOMINERINGSGRUPPERNA FÖRBEREDER SIG nu inför valet den 19 september. Med anledning av pandemin talar mycket för att förtidsröstningen kommer att öka och bli större än själva valdagsröstningen.

– Det är en av frågorna som vi förstås jobbar mycket med, säger Pia Fogelberg, sekreterare i valnämnden.

En nyhet inför nästa år är att de tre politiskt tillsatta församlingsråden i Trollhättans, Lextorps och Götalundens församlingar ersätts av icke politiska verksamhetsråd, då de tre församlingarna slås ihop och bildar Trollhättans församling.

– Förändringen träder i kraft 1 januari 2022 efter beslut i Kyrkofullmäktige, som sedan godkänts av Skara stift, förklarar Pia Fogelberg.

FÖRÄNDRINGEN INNEBÄR RENT krasst att färre politiska platser behöver tillsättas. Som regel har det varit ledamöter i fullmäktige som även suttit i de tre församlingsråden. Bertil Jönsson, som varit engagerad i kyrkopolitiken i drygt 20 år, tycker i grunden inte om att det politiska arbetet centraliseras. Men han ser också fördelar med att de nya verksamhetsråden kan besättas med engagerade ledamöter som formellt inte representerar någon av nomineringsgrupperna i kyrkofullmäktige.

– Förhoppningsvis gör det att vi får fler av alla ideella människor inom kyrkan att engagera sig ännu mer i arbetet kring sin hemkyrka. Och kanske är det så att engagemanget i nästa steg leder till att man också vill engagera sig även politiskt, säger Bertil, som själv representerar Borgerligt alternativ.

LÄS MER OCH KONTAKTA NOMINERINGSGRUPPERNA!

Arbetarpartiet Socialdemokraterna: socialdemokraterna.se

Öppen kyrka – en kyrka för alla: oppenkyrka.se/trollhattan

Borgerligt alternativ: borgerligtalternativ.nu

Sverigedemokraterna: trollhattan.sd.se

Frimodig kyrka: frimodigkyrka.se

Kristdemokrater i Svenska kyrkan: enlevandekyrka.se

POSK: posk.se

Välkommen
att engagera
dig, du också!

LINNÉA REGNLUND TROR att verksamhetsråden är en bra förändring, inte bara för att behovet av förtroendevalda minskar och gör det lättare att fylla alla uppdrag.

– Verksamhetsråden får en lite friare roll och representanter ute i verksamheterna måste inte väljas för fyra år som idag. På så sätt tror jag att det kan vitalisera arbetet ute i församlingarna.

Inför sin första mandatperiod trodde hon för egen del att det politiska engagemanget skulle innebära mer konfliktfyllda diskussioner och motsättningar. Verkligheten var en annan.

– Jag tycker verkligen att det finns en bra dialog mellan alla förtroendevalda och en ambition att hitta gemensamma lösningar utifrån våra olika synpunkter. Men det hindrar oss inte att tycka olika. Ur det föds också bra diskussioner, säger hon och får medhåll av Bertil Jönsson.

– Det är utvecklande att vara

med och det är ett brett spektrum av resonemang, där inte minst förvaltningen av våra fastigheter är en stor och viktig fråga vid sidan av mer ideologiska frågeställningar, påpekar Bertil.

”

DET VIKTIGA ÄR ATT
DU ÄR INTRESSERAD AV
VAD KYRKAN GÖR
OCH STÅR FÖR.

HAN HAR Fyllt 81 år och är dubbelt så gammal som Linnéa Regnlund. Att båda är från Skåne har de gemensamt, men också uppfattningen att de gärna ser en förnyring för att skapa en större mix åldersmässigt i kyrkofullmäktige.

– Men hög ålder i sig spelar mindre roll. Det är intressant för mig att ta till mig det som personer med betydligt längre erfarenhet än jag själv delar

med sig av. Men det är klart att vi successivt måste hitta fler yngre förtroendevalda för att det ska hålla över tid. Det är viktigt att ha en demokratisk organisation där medlemmarna kan påverka genom valet, säger Linnéa.

Att vara förtroendevald är inte så krångligt, påpekar hon:

– Det viktiga är att du är intresserad av vad kyrkan gör och står för. Hur mycket eller lite du tror på Gud är inte heller det centrala, säger Linnéa och får medhåll av Bertil:

– Det är intressant att vara med och inte särskilt betungande med massor av möten. Vi har en bra stämning i Trollhättan och jag känner ingen stor oro för att det inte skulle finnas tillräckligt många förtroendevalda i framtiden. Det finns i grunden ett väldigt stort intresse för vad kyrkan gör, men vi kanske också måste bli mer aktiva i vår rekrytering, konstaterar han. ♥

I kyrkovalet får man rösta från det att man fyllt 16 år och är medlem i Svenska kyrkan. Genom att rösta är du med och påverkar utvecklingen av kyrkans många olika verksamheter.

Lokalt

**Kyrkofullmäktige:
35 ledamöter**

Du väljer till kyrkofullmäktige i Trollhättans församling med kyrkorna i Trollhättan, Götalunden, Lextorp och Skogshöjden. Kyrkofullmäktige motsvarar kommunfullmäktige fast inom kyrkan. Under kyrkofullmäktige finns kyrkorådet som är församlingens styrelse.

Regionalt

**Skara stiftfullmäktige:
71 ledamöter**

Svenska kyrkan är indelad i 13 stift. Stiftfullmäktige är stiftets högsta beslutande regionala organ och kan organisatoriskt jämföras med Västra Götalands regionfullmäktige. Trollhättans församling ingår i Väne valkrets som sammanlagt har 9 ledamöter i stiftfullmäktige.

Nationellt

**Kyrkomötet:
251 ledamöter**

Kyrkomötet är Svenska kyrkans högsta beslutande organ med 251 ledamöter. Det sammanträder två gånger per år och beslutar om kyrkans gemensamma och övergripande frågor. Skara stift har 16 ledamöter.



GUNNEL LÄNGTAR EFTER VÅRENS SÅNGER

24

Hon har betat av ringa-vännerlistor, skrivit brev, städat skåp, fixat med krukväxterna, sorterat fotoalbum och gjort TV-gymnastik. Men nu börjar även den optimistiskt lagda Gunnel Wadell tröttna på pandemikarantänen. Frågan är nu hur hon kan fira sin födelsedag i april?

– Resan till sonens hus i Spanien kan vi i alla fall glömma. Men det är som det är, man får gilla läget, konstaterar Gunnel.

TEXT: ERIK TORSTENSSON FOTO: MARCUS PAULSSON

”

UNDER DET HÄR ÅRET HAR JAG VERKLIGEN BESTÄMT MIG FÖR ATT RINGA MER ÄN NÅGONSIN.

SKRIVANDE STUND FÅR det sannolikt bli ett minimerat firande för Gunnel, som normalt sett har ett rikt socialt liv och många bekanta.

– Jag älskar att ha gäster, men på något sätt har man anpassat sig. Vi får se om vi kan fira 85-årsdagen utomhus på något sätt. Det löser sig, säger hon.

TROLLHÄTTANS KYRKOKÖR, som firade 100 år ifjol, har i många år varit ett viktigt nav i Gunnels vardag. Förutom att sjunga i den har hon fram tills ifjol dessutom länge varit dess ordförande. Men bortsett från två nedbantade gudstjänster med Kyrkokören i oktober i Kyrkans hus och några utomhusrepetitioner tillsammans med Seniorkören, så har det varit en ganska tyst Gunnel under lång tid. Även om hon sjungit en del för sig själv hemma i radhuset på Lextorp. Fast det blir inte detsamma.

– Jag har ju sjungit i olika körer i hela mitt liv, säger Gunnel, som dock inte legat på latsidan när det gäller att hålla igång kontakten med sina sjungande kollegor.

– Körmedlemmarna är på en av de telefonlistor jag har och som jag ringt igenom både en och två gånger. Jag blev inspirerad av min vännina Siv Strömbergson, som ringer alla i Seniorkören. Jag har gjort samma sak med mina kusiner och så håller jag förstås kontakten med mina barn och barnbarn. Telefonen har blivit min räddning och alla jag ringer säger; "Åh va' roligt, jag har tänkt på dig och tänkt att ringa." Jag brukar skoja och säga att en telefon faktiskt går att använda i två riktningar, säger Gunnel.

– Det är lätt att man tänker att man ska höra av sig, men så blir det inte av. Under det här året har jag verkligen bestämt mig för att ringa mer än någonsin. Inte minst till vänner och bekanta som

jag vet är ensamma och som dessutom kanske inte har förmånen att få vara friska, som jag. Ett samtal kan betyda så mycket och när jag själv känt mig lite deppig, så har andra peppat mig. Brev har jag också skrivit mer än vanligt i samband med jul och födelsedagar, berättar Gunnel.

HON KÄNNER SIG inte riktigt hemma i den digitala världen och tillhör inte den växande skara äldre som enligt undersökningar har anammat sociala medier och digitala hjälpmedel i högre utsträckning än tidigare, till följd av pandemin.

– Jag har en "padda" och hade börjat gå en användarkurs, men så kom pandemin och det blev ingen fortsättning. Eftersom jag inte riktigt har intresset så har jag inte kommit vidare, men jag ska se om mina barnbarn kan hjälpa mig mer framöver när vi träffas oftare igen, säger hon.



En "Coronatröja" har Birgitta redan stickat färdigt och en andra är på väg. Och mitt i allt annorlunda, så kan både Birgitta och Gunnel känna att de nu på ett sätt ändå emellanåt njutit av en lite lugnare vardag utan måsten.

– För mig som har många barnbarn så är det nog först nu jag känt mig som pensionär på riktigt, säger Birgitta.

LITE NY DIGITAL kunskap har hon dock fångat upp tack vare TV-programmet Senior-surfarna, där kända profiler drillats i digitala färdigheter av programledaren Kattis Alhström.

– Ja, det visade sig att de var ungefär på samma låga nivå som jag.

FÖRUTOM ATT HANDLA så har Gunnel Wadell mestadels hållit sig hemma under hösten och vintern. Plus att hon hållit en fortsatt nära kontakt med sin körkompis Birgitta Bergman Silverstolpe, 80. När vi följer med dem till en av det senaste årets många fikastunder har februarisnön fallit och våren känns avlägsen.

– Även om man ringer mycket och har kontakt med barn och barnbarn, så är det så härligt att ändå få träffas så här och se varandra. Det betyder väldigt mycket, säger Birgitta och värmer sig med gott kaffe under taket vid uteplatsen utanför hennes lägenhet. Tulpanerna på bordet fryser lite, men påminner ändå om ljusare tider.

GUNNEL HAR PASSAT på att ge sina krukväxter mer kärlek än

någonsin.

– Det är ju lite upp till var och en att försöka hitta på andra saker, även om det förstas är tråkigt att det är som det är, konstaterar Gunnel, som längtar efter våren och att få sällskap i bilen på en långtur.

– Jag älskar att köra bil, men som det varit nu så är det ju inte läge att åka flera och ta en långtur.

”

DET ÄR NOG FÖRST NU JAG KÄNT MIG SOM PENSIONÄR PÅ RIKTIGT.

FÖR BIRGITTA HAR hundarna Sassa och Kotte sett till att hon kommit ut på flera promenader varje dag.

– Och så har vi träffats hemma hos Birgitta och fikar eller ätit sushi. Varken hon eller jag har träffat några andra på det här sättet, påpekar Gunnel.

I brist på dagliga hundpromenader har Gunnel istället deltagit i SVT:s gympa med Go'kvälls träningsexpert Sofia Åhman. Varje vardag klockan tio över nio har hon kört 20-minuters-

passet med enkla övningar anpassade till vardagsrummet.

– Det är klart att ibland har det känts lite motigt, men då har jag fått säga till mig själv på skarpen; "Upp och hoppa, Gunnel!"

Och på söndagarna, då det enligt de vanliga rutinerna alltid är kyrkobesök, så följer Gunnel TV-gudstjänsten och äter alltid en god söndagsmiddag i vardagsrummet, precis som hon och familjen alltid gjort. Just att skapa rutiner, försöka hålla sig aktiv och underhålla kontakterna med sina vänner och bekanta är det som gjort att Gunnel under pandemiperioden undvikit att bli, som hon uttrycker det, en dysterkvist.

– Det är klart att det känts lite långsamt många gånger, men jag har ändå fått vara frisk och det är jag tacksam över.

NU HOPPAS BÅDE Gunnel och Birgitta att coronavaccinet, tillsammans med den stundande vår- och sommarvärmerna, ska göra att livet återgår lite mer till det normala igen.

– Vi längtar verkligen efter att få träffa kören och sjunga tillsammans igen. ♥



Väninnorna Gunnel och Birgitta är föredömen när det gäller att hantera den sociala isolering som många äldre drabbats av det senaste året. Det menar Lars A Svensson, forskare i Socialt arbete vid Högskolan Väst.

– Det är lätt att tappa rytmen och mer eller mindre sluta bry sig. Pandemin understryker återigen hur otroligt viktigt det är med olika former av träffpunkter, säger han.

LARS A SVENSSON har ägnat hela sitt yrkesliv åt att undervisa, föreläsa och forska om vad sociala sammanhang faktiskt betyder för oss människor. Pandemin har gjort frågan mer aktuell än någonsin och effekterna av social isolering och besöksförbud studeras nu flitigt. Den äldre generationen är den grupp som genomgående fått störst påverkan på sitt vardagsliv genom "70-plus-karantänen".

– Även om det rent teoretiskt finns förstäligena medicinska argument, så kan man rent generellt säga att vi inom äldreomsorgen väger in de sociala aspekterna alldeles för lite, anser Lars A Svensson, som är Fil dr i Socialt arbete och forskaranknuten till Högskolan Väst, där han varit verksam sedan högskolan bildades.

Under förra året publicerade han tillsammans med forskarkollegan Cecilia Henning, docent i socialt arbete och tidigare verksam vid Hälsohögskolan i Jönköping, artiklar med fokus på just de sociala effekterna av den sociala isoleringen bland äldre och med ett särskilt fokus på betydelsen av det som kallas tunna nätverksband. Forskningen har skett inom Trollhättan Stads olika träffpunkter.

TUNNA BAND KAN exempelvis vara Gunnel och väninnan Birgittas återkommande träffar och telefonsamtal med körmedlemmar.

– Det bidrar till en känsla av gemenskap som motverkar ensamhet och samtidigt stärker den egna identiteten, skapar trygghet och ökad livs-

"DET ÄR LÄTT ATT SLUTA BRY SIG"

kvalitet, påpekar Lars.

Begreppet tunna band skiljer sig från våra sociala nätverk, där man räknar in familjen och sina närmaste vänner. När de tjockare banden med släkt och vänner sätts på parlåga blir de tunna banden än viktigare.

GUNNEL OCH BIRGITTA tillhör den stora majoriteten äldre, som bor kvar hemma utan hjälp från hemtjänst.

– Just den gruppen har inte fått så stort utrymme i den allmänna

debatten, men vår forskning har visat att framför allt den gruppen behöver ha en mötesplats att gå till, påpekar Lars, som själv passerat 70-årsstrecket.

– Jag och min fru har försökt att ta promenader varje dag och så har jag ju en del arbetsmöten via videosamtal, men visst har även jag märkt att det är lätt att tappa rytmen. Lever du då själv, så är det lätt att slarva med vardagsrutiner.

HAN HAR TIDIGARE i samarbete med Svenska kyrkan i Trollhättan initierat en framtidsverkstad kring just Träffpunkter för att skapa ett forum där fler föreningar kan gå samman och verka för en fortsatt utveckling av träffpunkter. Kyrkan har normalt sett en omfattande verksamhet, inte minst för äldre. Under pandemin har man fokuserat mycket på att istället bistå med bland annat matinköp och apoteksbesök.

– Det är också en typ av tunna nätverksband, som minskar äldres isolering och sårbarhet. Och eftersom det i regel utförs av yngre personer skapas också nya kontakter mellan generationerna. ♥



VI
RINGDE
TILL...

FRANK THORÉN HALL

Vi ringde till Frank Thorén Hall, som sedan 1 mars är ny chef för kyrkogårdsförvaltningen med ansvar för Håjums och Götalundens begravningsplatser samt krematoriet.

TEXT: ERIKA ALMQVIST FOTO: PRIVAT

Grattis till den nya tjänsten. Vad var det som lockade dig att söka den?

– Jag har haft ögonen på Trollhättans kyrkogårdsförvaltning ett tag och även hört mig för lite. Dels pendlade jag innan till Göteborg och ville ha närmare från hemmet i Sjuntorp. Dels har jag alltid tyckt att begravningsplatserna i Trollhättan är väldigt fina och välskötta. Dessutom verkar det vara en bra arbetsplats med engagerade medarbetare. Jag har aldrig jobbat med krematorium innan så det känns spännande, men resten ska jag nog känna igen.

Vad har du gjort du tidigare?

– Nu senast kommer jag från en tjänst som enhetschef på kyrkogårdsförvaltningen Göteborg, lite motsvarande kyrkogårdschef skulle jag tro. Jag är utbildad trädgårdsanläggare och det var ont om trädgårdsjobb när jag tog examen, så det blev naturligt att jag hamnade inom kyrkogårdsförvaltning. Och där har jag jobbat sedan dess.

Vad innebär jobbet som kyrkogårdschef?

– Vi har ju ett samhällsuppdrag, vi ska serva medborgarna. Vi har en funktion som ingen riktigt tänker på förrän det blir aktuellt. Men när vi väl behövs har vi ett väldigt viktigt uppdrag. När folk mår som sämst ska vi ska stötta dem som bäst. Så jobbet handlar om att driften av verksamheten ska fungera. Mycket är ju underhållsarbete, men det handlar också om att planera, förutse och tillgodose framtida behov.

Vad kan man förvänta sig av dig i din nya roll?

– Min ledarstil, om man ska kalla det så, är prestigelös. Eller kanske till och med, väldigt prestigelös. Jag brukar i det dagliga arbetet inte reflektera över vilka roller olika personer har och ingen roll är värd mer än någon annan. Men med det sagt är det ändå viktigt att alla medarbetare förstår vad som förväntas av dem, så att alla kan jobba självständigt. Sen tycker jag att det är kul om man kan vara personliga med varandra på jobbet. Jag gillar att ha kul och skämta. Då får man också en bättre kontakt, vågar lite mer och kan prestera mer tillsammans.

Vad är det mest givande med att vara chef?

– Det är att se människor växa. Att se att de tar ansvar, egna initiativ inom ramarna inför sitt uppdrag och blir självgående. Då vet jag att de trivs och att jag gör mitt jobb bra.

TILLSAMMANS LINDRAR VI CORONAPANDEMINS KONSEKVENSER

Under coronapandemin har Act Svenska kyrkans partners över hela världen rapporterat om att åtgärder som stängda gränser och utgångsförbud gör att människor förlorar arbeten, mattransporter inte når fram till flyktingläger och att våld i hemmen ökar.

DE MÄNNISKOR SOM drabbas hårdast av katastrofer är de som har minst möjlighet att skydda sig. Att hålla distans till varandra kräver utrymme. Utrymme som inte finns när åtta personer delar ett rum utan kök. Distansarbete är omöjligt när överlevnaden beror på tillfälliga dagarbeten eller att sälja frukt och juice vid en väggkant. Tillgång till vatten, tvål och handsprit för att hålla en god handhygien är omöjligt för människor som bor i fattiga områden eller i flyktingläger.

ÅRETS FASTEAKTION SKA bidra till att lindra konsekvenserna av coronapandemin. När samhällen slagits sönder både socialt och ekonomiskt fortsätter Act Svenska kyrkan tillsammans med partner att arbeta långsiktigt och rättighetsbaserat. Målet är att bidra till att bygga upp samhällen som är hållbara, demokratiska, inkluderande och bättre rustade än tidigare.

Svenska kyrkan bedriver inte bara ett stort socialt arbete i Trollhättan. Genom Act Svenska kyrkan görs också omfattande insatser över hela världen. Pandemin har gjort behovet ännu större, samtidigt som intäkterna från kollekt till olika hjälpinsatser minskat då gudstjänster och andra sammankomster begränsats. Att bli månadsgivare är ett enkelt sätt att hjälpa.

Så kan din gåva till ACT Svenska kyrkan förändra livet för pandemidrabbade:

- 100 kr** räcker till 17 kg näringersättning till barn.
- 200 kr** räcker till en skoltermin för ett barn på flykt.
- 305 kr** räcker till en veckas lön för en mentormamma.
- 330 kr** räcker till att starta en självhjälpgrupp.
- 500 kr** räcker till en latrin i ett flyktingläger.
- 920 kr** räcker till två lastbilar med vatten för handtvätt.
- 1 445 kr** kan stödja en hushållerska som förlorat sitt arbete under coronapandemin.

Läs mer och bli Månadsgivare på svenskakyrkan.se/act



SWISHA TILL
900 1223

Tillsammans kan vi göra skillnad.
Din gåva gör det möjligt.

svenskakyrkan.se/act

act
Svenska kyrkan



DUBBELT FESTLIGT NÄR TIO ÅR FIRADES

TEXT: ERIKA ALMOVIST
FOTO: PRIVAT

Coronarestriktionerna har gjort att många bröllop ställts in eller skjutits upp. Men för Jessica och Andreas Ohlsson bidrog det snarare till att paret kom till skott. Det blev en drop in-vigsel i liten skala i Skogshöjdens kyrka på självaste nyårsafton.

Jessica och Andreas var inte ensamma i Trollhättan om att formellt slå sina påsar ihop på årets sista dag 2020. Ytterligare tre par passade på och de följdes av ytterligare ett par när det arrangerades drop-in-bröllop även på Alla hjärtans dag den 14 februari.

FÖR JESSICA OCH Andreas Ohlsson blev möjligheten till drop-in-vigsel en perfekt lösning.

– Vi hade funderat ganska länge på att gifta oss, men inte kommit till skott. Vi hade också varit lite oense gällande bröllopet. Jag kunde tänka mig att ha lite fler bjudna, men Andreas ville ha det mindre. Nu under pandemin, när vi ändå inte kunde bjuda in gäster, så tyckte vi att det här passade bra, berättar Jessica.

Så hon friade till Andreas och gick sedan gick paret in på Svenska kyrkans webbplats för att se vad det fanns för drop-in-alternativ.

Varför valde ni just nyårsafton?

– Det kändes lite extra festligt, helt enkelt. Sen firar vi också tio år som par i år, så det kändes som ett bra datum.

Hur såg er ceremoni ut?

– Det var det jag, Andreas, vår dotter Wilma och prästen. Plus att kyrkomusikern och vaktmästaren fungerade som vittnen. Jag hade tänkt innan att det kanske skulle kännas lite som en löpande band-process, men vi hade ett samtal med prästen om ceremonin innan och så fick vi välja vår egen musik. Så fastän det var en kort vigsel på en kvart-tjugo minuter så kändes det ändå personligt.

Hur firade ni giftermålet?

– Vi hade hyrt en stuga i Sollenbrunn dit vi åkte och åt färska räkor och badade badtunna.

Vad var mest minnesvärt med dagen?

– Det var själva vigseln. Fastän det var väldigt nerskalat, så kändes väldigt högtidligt. Det blev en intim stund och mycket känslor och det är stort att säga till någon att man vill leva ihop resten av livet. Och det kändes väldigt fint att Wilma var med.

Drop-in-vigslar har erbjudits länge, men under pandemin har man sett en ökning i hela landet. Det enda som krävs är att beställa en så kallad hindersprövning från Skatteverket. Sedan tar ni med den godkända hindersprövningen, legitimation och ringar till vigseln. Minst en av er måste också vara medlem i Svenska kyrkan.

Innan själva vigselakten stämmer ni av önskemål med prästen och totalt tar drop-in-arrangemanget cirka 45 minuter. Kyrkan ordnar präst, lokal, musik och vittnen. Av administrativa skäl görs bokning av drop-in senast tre dagar innan vigseln. När det inte råder coronarestriktioner får ni givetvis också bjuda in önskat antal gäster. Läs mer och sök datum på: svenskakyrkan.se/trollhattan/drop-in-vigsel

27/3-11/4



VANDRA GENOM PÅSKEN

Foto: Anette Melander

Vandra mellan våra lokaler och upplev påskens budskap utanför eller i fönster och dörrar vid Lextorpskyrkan, Kyrkans Gård Skoftebyn, Kyrkans hus, Götalundens kyrka, Skogshöjdens kyrka och Kyrkans Gård Strömlund.

Mer information och material finns på hemsidan svenskakyrkan.se

Save THE Date

12-26 SEPTEMBER

I höst blir det två veckors kyrkfest (hoppas vi) i Trollhättans kyrka. Förutom festhögmässa 12 september kommer vi att uppmärksamma kyrkoorglarnas 10-årsjubileum och inviga den nya flygeln.

Festligheterna avslutas 26 september med Trollhättans TIDIG MUSIK-dagar – en festival för medeltids- renässans- och barockmusik.

Så spara datumet!

25/4-30/6

UTSTÄLLNING: VID KÄLLAN

Utställning av Instagramdiker i Trollhättans kyrka av Lars Björklund, präst, poet och föreläsare.

Lars Björklund kommer även att medverka i samband med höstens kyrkfest. Mer information om det kommer.



25 APRIL



Foto: Jerry Lövberg

ÅTERÖPPNANDE AV TROLLHÄTTANS KYRKA

Återöppningen av Trollhättans kyrka, efter renoveringen, kommer att ske med biskop Åke Bonnier. Guds-tjänsten kommer med största sannolikhet att live-sändas och förhoppningsvis kan även besökare tas emot i kyrkan enligt de restriktioner som råder just då. Kyrkan kommer sedan att hålla generösa öppet-tider och det planeras för musik, utställningar och vandringar.

Vill du vara med och hålla kyrkan öppen?

Ring prästen Tina Haettner Blomquist
tel. 0520-47 29 56



#PATOS

Församlingspedagogen Nina Hernvall och diakoni-assistent Louise Sahlin, som dessutom är scoutledare på fritiden, listar några av barnens favoriter. Många av sångerna är också givna inslag under Skogsgruppens träffar.

SKOGEN ÄR SOM LJUV MUSIK

Ryggsäcken packas med fika och sedan är det en kort promenad ut i skogen som gäller. Barnens egen Skogsgrupp i Lextorps församling firar 5-årsjubileum nästa år och ligger verkligen i tiden.

– En och en halv timme ute i naturen går väldigt fort, säger församlingspedagogen Nina Hernvall.

TEXT: ERIK TORSTENSSON FOTO: NINA HERNVALL / SHUTTERSTOCK

HON ÄR SJÄLV en riktig naturmänniska och efter 32 år som förskollärare i Trollhättan Stad tog hon med sig idén om Skogsgruppen till jobbet i Lextorps församling. Varje tisdag eftermiddag halv fem står drygt tio barn i 4–5-årsåldern redo för nya äventyr i skogen bakom kyrkan. Fem gånger under våren och fyra gånger under hösten bär det av för att spåra myrornas väg till myrstacken och spana efter ekorrar i ekorrträdet.

– Alla barn får varsitt förstöringsglas så vi kan titta på insekter och så följer vi ett utvalt träd och ser vad som händer från vecka till vecka. Varje gång har vi dessutom ett utvalt djur som tema, så en och en halv timme går väldigt fort, säger Nina, som ansvarar för Skogsgruppen tillsammans med den ideella ledaren Maria McDonald.

FIKAN ÄR VIKTIG – och sångerna. Vid varje utflykt ekar barnrösterna mellan träden och det finns mycket att sjunga om i skog och mark. Tillsammans med kollegan Louise Sahlin, som är aktiv inom scouterna, har Nina satt ihop en egen topplista som du hittar här bredvid.

Intresset för Skogsgruppen har ökat och idag finns totalt nästan 20 barn inskrivna från olika delar av stan. När flera andra barnverksamheter tyvärr har tvingats sättas på paus med anledning av coronarestriktionerna har Skogsgruppen kunnat fortsätta utomhus som vanligt. Och med tanke på att det i år är Friluftslivets år känns det förstas extra bra.

– Vi kommer att starta igen den 20 april och träffas fem tisdagar under våren, säger Nina.

Är du också nyfiken på Skogsgruppen?
Anmäl till församlingspedagogen
Nina Hernvall, tel 0767-98 03 48
Det kostar inget att vara med.



Nina Hernvall

Louise Sahlin



Springa, springa

Yankho



Rock spindeln

Kompisbandet



Studså Som En Boll

Duran & Mollan



Om det börjar regna

Jujuja och Tomas Wieslander, Mamma Mu



Svårt att sitta still

Heléne Don Lind



Hjulen på bussen

Mathilda Åström



Det lilla ljus jag har

Charlotte & Per



Per Olsson

Mora Träsk



Krokodilen i bilen

Julia Åberg, Isabel Sahlin, Hanna Stättin

Gå direkt till
Spotifylistan
via QR-koden.

