

hej|livet

ett magasin om livsfrågor från Svenska kyrkan

03 | 2021

PÅ BESÖK
Hos diakonikandidaterna

HISTORIA
Syföreningar och
handarbete

INGVAR OCH CAROLINE

Diakoner i Svenska kyrkan i Norrköping

TEMA DIAKONI

VAR FÅR MAN HJÄLP? | EMPATI | MÖT EN UNG LEDARE | STÖTTA EN VÄN | KOMMUNALT PERSPEKTIV



”Att för ett kort ögonblick säga till någon att jag ser dig.”

Säg hej!

Ibland hurtigt följt av en vinkande gest, ibland nästan ohörbart utmattat från en människa som stapplar fram, från någon ett vänligt och från en annan ett sakligt. Men nästan ingen låter bli. På vandringsleden genom fjällskogen eller på den rotknöliga stigen genom tallskogen eller på spåret utmed strandängen – alla man möter säger hej. Det är helt enkelt så man gör när man är ute i terrängen. Man hälsar på den man möter.

Tillbaka på parkeringen säger vi inte längre ett självklart hej till okända människor. Då gör vi som vi brukar göra. Ägnar oss mest åt vårt eget. Håller viss distans. Stör inte varandra. Åker dit och åker hem igen.

Det känns gott att hälsa på en okänd människa. Att för ett kort ögonblick säga till någon att jag ser dig. Jag ser att du är en människa och jag vill dig väl. Vem du än är. Och att få möta den personens blick och höra ett kort hej. Få uppleva att det är ömsesidigt. Där och då hör vi samman med varandra och med alla andra vi möter – vi är människor tillsammans.

Det kanske rentav är så att det skulle kunna gå att säga något om hur gott vi har det i samhället genom att räkna antalet hej som uttalas. Att det är ett tecken på att det är bra och att vi är beredda att möta varandra. Kanske att vi också skulle göra som i skogen när vi är i stan. Det är gott att säga hej!

Hälsar
Thomas Wärfman
kyrkoherde

mötet | Ingvar och Caroline

Hoppfullt arbete

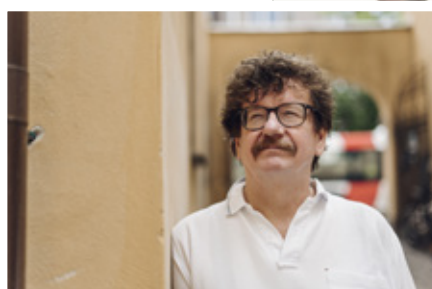
Caroline och Ingvar möter människor i utsatta situationer. Ett av målen med det diakonala arbetet är att ge hopp.

Läs mer på sidan 8



INNEHÅLL

4	TIO SPANINGAR Om diakoni	25	RECENSIONER Album och film
6	ETT GOTT LIV Var får du hjälp?	26	LIVET Diakoni
8	MÖTET Diakonerna Ingvar och Caroline	38	HISTORIA Syföreningar och handarbete
14	UPPLEV Kyrkoyal	42	KULTURARVET Sockenbud
16	PÅ BESÖK Hos diakonikandidaterna	44	KRÖNIKA Amelia Hawborn
22	OM Empati och medkänsla	44	HEJ DÄR Kerstin Holmberg



ANSVARIG UTGIVARE
Thomas Wärfman, kyrkoherde

REDAKTION
Gustaf Hull, redaktör och text
Annelie Tollerå, text
Malin Singelsö, text, foto och layout
Matilda Eklöf, text, foto och illustration
Therese Götberg, text och illustration

UTGIVARE
Svenska kyrkan i Norrköping

TRYCK
Norrköpings tryckeri

DISTRIBUTION
Gratistidning/SDR

OMSLAGSBILD
Foto Niclas Fasth

KONTAKT
Svenska kyrkan i Norrköping
Box 263
601 04 Norrköping
011-24 10 00
norrkoping@svenskakyrkan.se

Svenska kyrkan 
NORRKÖPING

1

Ordet diakoni

Ordet diakoni kommer från grekiskans dia 'konos och betyder tjänare.

2

Diakonala loppisar

I Norrköping finns det flera loppisar och secondhand-butiker vars arbete bidrar till att hjälpa utsatta människor både lokalt och globalt. Ria Secondhand finns på Järngatan 21, Erikshjälpen på Järngatan 23, Ge för livet på Finspångsvägen 27, Stadsmissionens Second hand på övre plan i Spiralen 1 och Myrorna hittar du på Gamla Rådstugugatan 18. Här kan du upptäcka unika, fina och roliga fynd och ditt köp genererar både medmänsklighet och miljömedvetenhet. Har du saker du inte längre behöver, lämna in dem till en av dessa loppisar så att de kan få ett nytt värde och bidra till något gott.

4

Butiken TaGe

I Ättetorps församlingshem finns nu butiken TaGe. Det är en något annorlunda butik, där man precis som namnet antyder, både kan Ta och Ge saker. Den som behöver kan ta och den som har över kan ge. Det är framförallt ideella medarbetare som driver butiken. Man kan säga att det är hållbart på många sätt. Butiken hjälper den som behöver kläder, den tar hand om resurser och skapar ännu en mötesplats i Åby.

Första hjälpen vid sorg

3

Sorg kan inte botas, men genom att dela den kan sorgen göras mer uthärdlig. Ingen människa ska behöva vara ensam i sin sorg. Svenska kyrkan har därför tagit fram materialet "Första hjälpen vid sorg" som är tänkt som en hjälp för den första tiden när döden drabbar. All sorg är unik och det finns inga absoluta sanningar eller instruktioner att applicera, kanske är det också därför som så många känner sig osäkra inför mötet med andras sorg. Tanken är att "Första hjälpen vid sorg" ska underlätta att stötta personer i sorg. Materialet finns i flera olika former och är översatt på många olika språk. Läs mer på: svenskakyrkan.se/sorg/forsta-hjalpen-vid-sorg

Kyrkan på universitetet

5

I början av hösten kommer många nya studenter till Norrköping och att vara ny student i en ny stad kan vara förvirrande. Det kan ta ett tag innan allt faller på plats och man hittar sin nya identitet. Under studietiden kan man råka ut för tentastress och många andra funderingar. På campus Norrköping finns ett präst- och pastorteam tillgängligt. Kyrkan på universitetet består av Mikael Billemar, präst och Mattias Sennehed, pastor. Under devisen "Vi har tid för dig – allt är pratbart!", bjuder de in till enskilda samtal och stöd. Vad som helst kan ventileras och som präst och pastor råder tystnadsplikt. Kyrkan på universitetet arrangerar också lunchböner och driver Pub- och café Existens, en samtalsplattform och mötesplats för livsåskådande frågor i samarbete med kårhuset Trappan.

6

Miljoner oblater från Ersta diakonisällskap

Ersta diakonisällskap har tillverkat nattvardsoblater sedan 1909 och är idag den största tillverkaren i landet. Drygt fyra miljoner oblater om året produceras för hand av anställda och volontärer.

Ordet oblat kommer av latinets oblatum, som betyder det framsatta, det offrade. Brödet är symbol för evigt liv. Bruket att grädda oblater mellan två järn går tillbaka till 800-talet. Fortfarande är principen för oblatjärn densamma, men de är numera elektriska och rymmer 44 oblater. Överskottet från dessa oblater bidrar till Erstas sociala verksamheter.



Matbank i Norrköping

7

Varje år slängs cirka 917 000 ton matavfall, uppemot 95 kilo per person. Det är en enorm påfrestning på miljön och mycket av det som slängts hade kunnat räddas.

För att reda ut matsvinnet och göra något gott för människorna i Norrköping driver därför Hela människan tillsammans med Svenska kyrkan i Norrköping initiativet Matbanken, som varje vecka ger ut mat till utsatta i Norrköping. Maten skänks av matvarubutiker i Norrköping och är sådan som av olika anledningar inte kan säljas i butik men som annars är fullt ätbar.



Diakoni, en hjärtefråga för många

8

I en undersökning fick 10 000 av Svenska kyrkans medlemmar svara på frågor om vilka som var deras viktigaste områden inom kyrkan. De diakonala frågorna visade sig vara de mest angelägna.

Enligt undersökningen vill medlemmarna att kyrkan ska prioritera socialt utsatta, barn och unga, ensamma och äldre. De tycker att kyrkan har en viktig roll som hjälpare och försvarare av de som har det sämst ställt. Många kan även tänka sig att hjälpa till i diakonala projekt. Yngre människor tycks i än högre grad betrakta kyrkan som en social aktör. Svenska kyrkan har strax under sex miljoner medlemmar.

Jourhavande präst

9

Jourhavande präst är en del av Svenska kyrkans själavård och är ett akut samtals- och krisstöd. Hit kan du ringa om du är ledsen, rädd, orolig eller känner dig ensam. Jourhavande präst har öppet alla kvällar och nätter 21.00–06.00. Ring 112 och be att få bli kopplad till Jourhavande präst inom Svenska kyrkan. Som alla präster har också joutens präster absolut tystnadsplikt. Du kan även välja att chatta med Jourhavande präst eller skriva ett digitalt brev. Chatten är öppen alla kvällar 20.00–24.00. Du kan skicka ett digitalt brev när du vill. Brevlådan är alltid öppen och du får svar inom 24 timmar. Här hittar du mer information samt länk till chatten och för att skicka ett digitalt brev: svenskakyrkan.se/jourhavandeprest



10 Nattvandring under studentveckan

”Vad gulliga ni är! Gör ni det här för oss?”. Det får vi ofta höra när vi är ute för att kvälls- och nattvandrar under studentveckan. Vi som vandrar är vuxna från Elevhälsan, församlingarna i Svenska kyrkan och Diakonicentrum som är ute under sex tillfällen. Vi gratulerar studenterna och bjuder på vatten och chips. Det sker i samverkan med socialtjänsten och polisen för att det ska bli en trygg student.

I år har det känts speciellt, då det har varit andra året med en pandemi som har styrt hur studenten kan firas och hur vi kan

ha relation med varandra. Ingen bal, reglerat utspring, ingen flakåkning, inga jättefester, begränsningar på restauranger och tidigare stängningsdags på krogen var det som gällde i år. Studenterna har kämpat tappert under pandemin och många har tagit chansen under det gångna året att förbättra sina betyg så att det blir lättare efter studenten.

Studenten ska firas i vilken form som nu gäller. Och vi vandrar gärna för studenterna är härliga och förtjänar all respekt och många grattis!

/Maria Bard, projektledare och diakon

Ett gott liv | Hjälp när livet rasar

Var får man hjälp?

De som arbetar med människor i utsatta situationer och de som lever i utsatthet vittnar ofta om att steget mellan en "normal vardag" till att allt går snett är litet. Varje gång du möter någon som behöver hjälp, möter du dig själv. Ur teologisk synvinkel möter vi i den behövande också Jesus. Men vart kan man vända sig, om allting rasar?

Text: Malin Singelsö Illustration: Matilda Eklöf



Hotas du av vräkning eller är bostadslös? Behöver du stöd och hjälp i dessa frågor? Kontakta då vräkningsförebyggande teamet. Telefonnummer 011-156148 eller 011-151947.

Norrköpings kontaktcenter kan hjälpa dig vidare när det gäller frågor om äldreomsorg, hemtjänst, om du är nyanländ, ekonomisk bistånd och andra sociala frågor. Telefonnummer 011-150000

Är du 13-30 år och behöver någon att prata med så finns Svenska kyrkan i Norrköpings Diakonicentrum, "DC", för dig. Här finns någon som lyssnar på dig och ser just dig. Det är kostnadsfritt, det krävs inga journaler eller registrering och tystnadsplikt råder. Det finns många sätt att få kontakt med DC och personerna här är vana vid digitala kanaler och möten om du önskar det.

Du når Diakonicentrum på telefon: 011-24 60 00, via SMS: 070-29 62 667 eller mail: dc@svenskakyrkan.se
Webbplats: <https://www.svenskakyrkan.se/norrkoping/dc>

Har du en psykisk långvarig funktionsnedsättning, är skriven i Norrköping och behöver stöd och råd i olika frågor, kontakter eller kanske med att ringa samtal? Ta då kontakt med ett personligt ombud som du har rätt till om du har stora svårigheter i din vardag. Detta är gratis, de har tystnadsplikt och ingen skyldighet att dokumentera. Telefonnummer 011-156393.

Behöver du någon att tala med när livet känns tungt, önskar du andlig vård, ett hembesök eller råd och stöd i sociala frågor? Har du svårigheter att få ekonomin att gå ihop och är i behov av mat, medicin eller andra nödvändigheter? Kontakta då den församling du bor i för att få prata med en diakon från Svenska kyrkan. Kontaktuppgifter hittar du på: www.svenskakyrkan.se/norrkoping/kontakt eller ring växel på 011-241000.

Sjukhuskyrkan är till för dig som är patient eller anhörig, men även för dig som har ditt dagliga arbete på Vrinnevisjukhuset. På Sjukhuskyrkan erbjuds bland annat stöd, själavård och enskilda samtal. Man har också LEVA VIDARE – grupper för dig som har förlorat små barn eller för dig som har förlorat någon vuxen genom suicid. Du hittar mer info och kontaktuppgifter till de som arbetar på Sjukhuskyrkan på <https://www.svenskakyrkan.se/norrkoping/sjukhuskyrkan> Du kan även nå dem genom Svenska kyrkan i Norrköpings växel på 011-24 10 00.

Stadsmissionen har, i samarbete med S:t Olofs församling, utdelning av matkassar till den som har en svår ekonomisk situation. Du ansöker om att bli prenumerant till Stadsmissionen Matprogram för att få en matkasse. Utdelningen sker vid S:t Olai kyrka. Läs mer på: <https://stadsmissioneninorrkoping.se/matutdelning>

RIA har öppen verksamhet på Sandgatan 26. Här erbjuds bland annat frukost och lunch till reducerat pris varje vardag. Du kan få hjälp med praktiska vardagliga saker, som att få tvätta dina kläder och duscha men också med annat stöd. Till exempel att någon följer med dig vid besök hos myndigheter eller på sjukhus. RIA når du på telefon 011-167725.

Vårdar du en anhörig eller närstående i hemmet? Du kan få upp till 15 timmars kostnadsfri avlösning beroende på var du bor. Telefonnummer 011- 150000.

Behöver du hjälp med skuldsanering? För hjälp och stöd i dessa frågor, kontakta budget- och skuldrådgivningen. Telefonnummer 011-152357.

Söker du gemenskap och vänner? Ett sätt att hitta nya vänner kan vara att gå med i en förening, delta i grupper som anordnas i till exempel kyrkans regi, hjälpa till i ideella organisationer, grupper som samlas kring olika intressen som stickning, naturupplevelser eller gaming. Om man definierar sig som tjej så är också appen GoFriendly ett bra tips! Appen är just ett redskap för att hitta nya vänner. Du hittar den där du laddar ner appar.





Diakonemblemets är ett vigningstecken för diakoner i Svenska kyrkan. Diakonen känns också igen på sin gröna skjorta.

Emblemets symbolik:

Ring: Du är omsluten av Gud och finns i den världsvida gemenskapen i Kristus.

Korset: Jesu Kristi död, uppståndelse och försoning.

Duvan: Påminner om duvan som lämnade Noas ark och återvände med budskap om liv.

Med hoppet som uppdrag

Diakoni är en av grundpelarna i kyrkan. Ingvar Sjögerud och Caroline Hoffman är två av Svenska kyrkans diakoner. I sin tjänst möter de ofta människor som befinner sig i stor utsatthet.

Text Annelie Tollerå Foto Niclas Fasth

Caroline finns i S:t Johannes församling, där hon är arbetsledande diakon för vuxenverksamheten.

Hon har tidigare jobbat inom bland annat socialtjänsten och har nyligen flyttat från Stockholm till Norrköping.

Ingvar arbetar i Kolmårdens församling med framför allt Ättetorp som bas. Han har tidigare varit föreståndare på RIA och har också ett förflutet inom Stadsmissionen i Stockholm och har jobbat som fängelsediakon. Vi ska prata om det stora begreppet diakoni, hur det är att arbeta som diakon och varför det är ett kall.

Vad innebär det att arbeta med diakoni?
– Målet är att så många som möjligt

ska få leva så gott liv som möjligt, säger Caroline i ett försök att sammanfatta ett väldigt stort och vitt begrepp. Men det är ju varierande, tillägger hon. Vad är egentligen ett gott liv? Det är inte samma för alla.

– Diakoni i stort innebär möten med människor, förklarar Ingvar. Att möta människor i ögonhöjd, men också att se människor. Alla människor förtjänar att bli sedda, säger han med övertygelse i rösten. När jag arbetar med ungdomar kan en sådan sak som att jag kommer ihåg deras namn innebära väldigt mycket. Mycket mer än om jag sitter och gör någon slags struktur för att få ordning på deras liv eller deras missbruk.

– Man kanske kan tänka att vi är som en sådan där stropp på bussen, säger

Caroline. Vi diakoner kan vara den där lilla stroppen som man håller sig i en stund, innan man ska hoppa av och kliva på nästa buss. När man lever i utanförskap är det väldigt strukturlöst och man vet inte riktigt vad man ska ta fasta på eller vad man ska hålla sig i. Då kan vi finnas där.

Hoppet den starkaste drivkraften

De förklarar att diakoni handlar om att ge hopp. Människans hopp är den starkaste drivkraften för att lyckas i livet och för att lyckas vända det som har gått snett. Och det går att vända på en situation som till synes kan vara hopplös. Det handlar mycket om vilket perspektiv man har.

– Efter att många människor hade

”Att möta människor i ögonhöjd, men också att se människor.”

dött sedan jag började på RIA, då var jag ganska nedslagen, berättar Ingvar. Men så tänkte jag att, jovisst kommer många på RIA att dö i förtid, men jag vet inte vilka som kommer att leva. När vi fokuserar positivt, på hoppet, finns chansen att lyckas. Med Guds hjälp, med vår hjälp och framförallt med hjälp av deras egen kraft, så kan det gå.

Caroline och Ingvar möter utanförskap, fattigdom, missbruksproblematik och psykiatrisk problematik i sitt arbete. Men människors situationer är ofta komplexa. Och diakoni innebär inte bara arbete med den uppenbara samhällsproblematiken och de människor som har hamnat på samhällets botten.

– Diakonin gräver där den står, förklarar Caroline. Den verkar i den omgivning den befinner sig i. Att vara diakon i ett välmående område är också diakoni och den är också precis lika viktig. Det kan i

sig vara mer utmanande att vara diakon i ett välmående område än om det finns en uttalad problematik i ett utsatt område. Där kan hjälpen vara mer utbyggd från olika samhällsinstanser.

– Det är för mig mer tilltalande att arbeta i en miljö där man kanske inte ser problemen så tydligt och direkt, säger Ingvar. Det finns väldigt mycket dold problematik. Utsatthet finns överallt. Det gäller bara att se den.

Samarbete mellan många aktörer

I rollen som diakon möter man ofta utsatta människor, men diakoni innebär inte att arbeta som socialtjänst. Rollen som kyrka är en annan.

– Det är viktigt att förstå att vi inte är socialtjänst och att vi inte ska gå in och arbeta som den eller ersätta den. Inte ens om vi tycker att samhällsnätet ibland är alltför grovmaskigt. Vi är kyrka och

vi ska vara trygga i vår roll som kyrka, poängterar Caroline.

– Man kanske kan säga att vi kan fungera som visselblåsare, tillägger Ingvar. Vi ser ofta att näten är för grovmaskiga och då har vi ett uppdrag att peka på det. Vi är en civil aktör bland många och har också ett stort och viktigt samarbete med andra aktörer.

– Vi arbetar i allra högsta grad med samhället, säger Caroline. Samhällssituationen är komplex och vi aktörer kompletterar varandra och behöver arbeta tillsammans för att kunna få ett helhetsgrepp om en människas situation.

– Men vårt uppdrag är inte att lösa saker åt människor, vårt uppdrag är att försöka få människor att själva kliva in och bli lösningen, säger Ingvar. Det är viktigt. Hjälp till självhjälp. Vi är medvandrare med en människa ett tag. Ibland behöver man någon som lyssnar



och som pekar mot ett håll, så att man själv kan välja en riktning.

– Vi två råkar vara vigda diakoner med det uppdrag vi har, tillägger Caroline. Diakoni i kyrkan är mycket bredare. I kyrkan finns socionomer, beteendevetare, pedagoger, diakoniassistenter, ideella och präster. Alla dessa är kyrkans diakoni.

Matbanken och TaGes

Caroline visar runt i församlingshemmet i Hageby. På hyllorna står mat som har blivit skänkt och som församlingen delar ut varannan måndag.

– Vi är med i Matbanken genom RIA, berättar Caroline. Men det är inte så att man bara kan komma hit och få mat hur som helst, utan vi har en etablerad relation med de som vi delar ut mat till. Man kan också ansöka om presentkort på Erikshjälpen för att få hjälp att köpa saker som man saknar.

På borden ligger högar med kläder som ska delas ut till människor som behöver dem. Barnkläder, små skor, serietidningar och några förpackningar med godis. Det märks att det är många barnfamiljer som behöver hjälpen.

– För någon liten människa kan det vara en påse med godis som behövs för att man ska kunna känna sig precis som alla andra barn som också får godis, säger Caroline. Eller en Kalle Anka-tidning.

Ingvar konstaterar att det är väldigt likartat i Ättetorpskyrkan, men att delen med kläder är mer utbyggd. Där finns klädbutiken TaGes “Ta och Ge”, dit människor kan komma och lämna och ta kläder helt kostnadsfritt. En bra hushållning med resurser, menar han.

Ett yrke som kallar

På frågan varför de valde att bli diakoner svarar de båda att det var självklart.

– Det har varit en självklarhet för mig att jobba med människor, säger Caroline. Jag kan inte beskriva det bättre. Det är där jag finner min glädje, mitt driv och min motivation. Det är där jag känner att jag gör nytta.

– Jag tror att man måste älska det man gör, säger Ingvar. Det låter kanske schablonartat, men det är helt grundläggande. Att arbeta med diakoni är inte bara att gå till ett jobb och utföra en arbetsuppgift, utan du lever diakoni, du är diakon och du är vigd till din tjänst. Diakoni blir liksom en del av din person.

– Kallet är oavsett om man är i tjänst eller inte, förklarar Caroline. Vi diakoner lever i kallet hela tiden. Vi har våra vagningslöften att förhålla oss till, även när vi är lediga.

– Det är klart att gränserna kan flyta mellan privatliv och arbetsliv, reflekterar Ingvar. Men man hittar ett förhållnings-sätt som fungerar för en. Om man klarar den balansgången, så blir det bra.

Ingvar berättar att han växte upp i Stockholm på Södermalm, där det då var ett ganska hårt socialt klimat. Han har hela tiden haft social utsatthet runt omkring och sett det på nära håll.

– När jag var tonåring gick jag ner på Alternativ jul. Jag vet inte riktigt varför jag drogs dit. Jag måste ha drabbats av miljön jag var i tror jag. Jag kände nog tidigt att jag ville göra någon typ av förändring. När jag reflekterar bakåt tror jag att uppväxten på Södermalm har format mig väldigt mycket.

I Ingvars familj finns ingen kyrklig tradition. Ingen i familjen var troende.

– Men både jag och min bror är diakoner och har gått samma bana. Min mor undrade många gånger, lite skämt-

samt sagt. ”Vad hände?”, säger Ingvar och skrattar.

Född in i kyrkan

Carolines mamma var diakon och hennes syster var församlingsassistent och blev senare präst.

– Jag är född in i kyrkan kan man säga. Jag fick det verkligen med modernmjölken. Jag var med under min mammas utbildning till diakon när jag var barn och våra jular präglades väldigt mycket av diakoni. Min mamma var Erstasyster. Ersta diakoni är en diakonal organisation, som bland annat drivit diakonutbildning.

Till att börja med arbetade Caroline kommunalt inom socialvården. Hon arbetade inom arbetsmarknadsåtgärds-program, frivilligsamordning och drev Träffpunkter, men kanske främst med utvecklingsarbete.

– Jag var nog lite mätt från upplevel-

serna i barndomen, men jag sökte mig inte från tron, utan kyrkan som arbets-givare. Jag arbetade ju med diakoni, kan man säga, men utanför Svenska kyrkan. Men det var något som saknades. Till slut tänkte jag att “det här går inte”.

Ingvar nickar igenkännande och håller med.

– Precis så var det, konstaterar han. Jag tänkte att “det här går inte”.

Ingvar hittade till Stiftsgården Rättvik. Det var en konfirmandäterträff som han beslutade sig för att hänga med på, så att han hittade dit var väldigt slumpartat. Idag kallar han Rättviks stiftsgård sin andliga hemvist. Han kände sig genast hemma och upplevde det som att han hade hittat något äkta.

– Det blev på något sätt självklart att det var kyrkan jag skulle vara verksam inom. Jag förstod till slut att jag skulle söka mig till kyrkan och till diakonin, berättar Ingvar.



– Visst uppfattar jag det som att jag är ledd av Gud och ingår i en större kraft, förklarar Caroline. Jag tänker att vi lever evangeliet. Vi bär ett ämbete där vi är traditionsbärare. Det är en ganska lång väg att bli diakon. Det blir ett personligt livsavgörande.

Norrköping som diakonal arbetsplats

Både Ingvar och Caroline är inflyttade till Norrköping. De tycker att Norrköping är en utmanande diakonal arbetsplats.

– Det som är spännande när man kommer utifrån är den blandning som finns i Norrköping, säger Caroline. Människor är integrerade mitt inne i stadskärnan. Det är en stor social dynamik.

I Norrköping ser hon också en stor vilja bland allmänheten att hjälpa till.

– När vi gör ett upprop på Facebook blir gensvaret enormt, berättar Caro-

line. Vi kan söka efter till exempel en barnvagn eller en cykel och vi får alltid massor med svar. Det finns en jättestor vilja att hjälpa till och en stor solidaritet med utsatta människor i Norrköping. Vi har också en kyrkoherde i Norrköping som brinner för det diakonala arbetet och är mycket mån om att utveckla det ännu mer.

Hur hanterar ni själva att träffa människor som kan vara väldigt träsiga? Är det inte tufft?

– Jag har aldrig tänkt på det sättet, vill jag påstå, säger Ingvar. För mig skulle det tvärtom vara jobbigt om jag inte kunde få vara med och påverka. Det skulle kännas väldigt tufft.

– Med tiden lär man sig också hur man ska härbärgera det man möter, säger Caroline. Det är en förutsättning för att du ska orka.

– Man måste kunna känna för och

med en person, men inte som personen. Det är viktigt att kunna stå på en plats där vi inte blir medberoende. Vi bär med oss människor, men inte som en börda, säger Ingvar. Man bär med sig vissa människor hela livet. Jag minns kanske fyra eller fem personer, där jag verkligen har varit med och påverkat dem till att vända sina liv. Dessa människor är själva anledningen till att jag fortsätter. Det är det du plockar fram om det någon gång är lite kämpigt.

– Ibland kanske du inte heller är medveten om att du har påverkat till förändring, fortsätter Caroline. Man måste acceptera att man kanske inte alltid får veta hur det har gått. Men man får förlita sig på att det är gott nog att gå med en människa en bit i deras liv. ●

Vad innebär ett kyrkovalet?

Kyrka och politik? Nej men det hör väl inte ihop? Det är sant att Svenska kyrkan i Norrköping inte blandar sig i politik, utan har sitt alldeles egna budskap – evangeliet och kärleksbudskapet. Men trots det går vi till vallokaler i ett kyrkovalet vart fjärde år. Hur hänger detta ihop egentligen? Låt oss rätta ut frågetecknen!

Text Malin Singelsö Foto Magnus Aronson/Ikon

Ar 2000 skildes Svenska kyrkan från svenska staten. Sedan dess ansvarar Svenska kyrkan själv för kyrkovalet, som äger rum vart fjärde år. I kyrkovalet röstar väljarna om vilka som ska vara med och bestämma i Svenska kyrkan de kommande fyra åren.

Svenska kyrkan är Sveriges största trossamfund med 5,8 miljoner medlemmar. Ca 5 miljoner av dessa är röstberättigade.

Svenska kyrkan är demokratiskt uppbyggd och beroende av människors engagemang. Genom hela kyrkans historia har människor valts för att överlägga och fatta beslut på hela gemenskapens vägnar.

I *Lag om Svenska kyrkan*, som trädde i kraft 1 januari 2000 i samband med att kyrkan separerades från staten,

regleras statens förhållande till Svenska kyrkan och den beskriver bland annat att Svenska kyrkan är en demokratiskt uppbyggd evangelisk-luthersk kyrka. Därigenom ges var och en som tillhör kyrkan möjlighet att påverka hur församlingen ska fullgöra sin grundläggande uppgift och hur stiftet och den nationella nivån ska främja den uppgiften.

I kyrkovalet röstar man inte på partier utan på nomineringsgrupper. Dessa kan vara knutna till ett parti, men det finns också partipolitiskt obundna sådana grupper. Läs mer om det på Svenska kyrkans webbplats, du hittar adressen i faktarutan.

Det lokala valet

På den lokala nivån är det kyrkofullmäktige som man väljer. Kyrkofullmäktige utser sedan ett kyrkoråd, som är som församlingens eller pastoratets styrelse.

Där sitter också kyrkoherden med, som leder pastoratets arbete. Kyrkofullmäktige fattar de beslut som påverkar medlemmarna mest. Det handlar till exempel om vad pastoratet ska arbeta mer med, om det är nya inriktningar och stora satsningar som ska göras, eller om det är verksamheter som ska läggas ned eller slås ihop. Ska församlingarna samarbeta med det lokala flyktingboendet? Ska det göras en stor satsning på barn som lever i fattigdom? Ska församlingen anställa ytterligare en diakon för att utöka hembesöksverksamheten hos äldre och sjuka? Det är sådana frågor som beslutas om på lokal nivå.

Det regionala valet

På regional nivå väljer man ledamöter till stiftsfullmäktige. Det finns 13 stift och deras uppgift är att stötta församlingarnas arbete och att se till att församling-

arna följer lagar och regler som finns för deras verksamhet. Ska en kyrka renoveras kan stiftet hjälpa till med expertisknaskap. Finns stora behov som till exempel många hemlösa, kan stiftet samordna hjälpinsatser. Stifteten utser också församlingar som bedriver verksamhet på finska, samiska och teckenspråk till exempel.

Det nationella valet

Högsta beslutande organ inom Svenska kyrkan är Kyrkomötet med 251 ledamöter. Det har möten två gånger om året och kan jämföras med riksdagen. Här tas principiella beslut som är viktiga. Vilka psalmer ska finnas i psalmboken? Hur ska gudstjänsterna genomföras? Vilka riktlinjer ska finnas för Svenska kyrkans arbete för klimatet? Det är exempel på frågor som kyrkomötet har hand om. •

Vem får rösta?

Du ska vara medlem i Svenska kyrkan och ha fyllt 16 år senast på valdagen. Runt den 13 augusti plockar man fram de så kallade röstlängderna, där alla röstberättigade medlemmar står med.

När hålls valet?

På söndagen den 19 september. Valet hålls alltid den tredje söndagen i september vart fjärde år.

Hur röstar man?

Du kan rösta på flera sätt i kyrkovalet: i vallokalen, med bud, med brev eller förtidsröstning i lokal. Valdagen är den 19 september 2021. Då röstar du i den vallokal som står på ditt röstkort. Röstkortet får du hem i brevlådan några veckor före valet. Du tar med dig röstkortet och din legitimation. I vallokalen finns det valsedlar på alla de nomineringsgrupper som ställer upp i valet inom det område där du bor.

Hur går det med kyrkovalet under coronapandemin?

I och med pandemin Covid-19 kommer kyrkovalet att behöva göra anpassningar för att det ska kunna genomföras på ett tryggt och säkert sätt. På valkansliet finns en särskild "coronagrupp" som för dialog med Folkhälsomyndigheten.

Mer information

Du hittar nomineringsgrupper, kandidater och info om det mesta som rör kyrkovalet på www.svenskakyrkan.se/kyrkovalet



Diakoner i Svenska kyrkan ska ha en akademisk utbildning på minst kandidatnivå, innan man kan söka sig till en diakonutbildning. Det ingår att göra församlingspraktik. Sofia och Sara praktiserar i S:t Olofs församling.

På besök | Hos diakonikandidaterna

Vägar till vigning

Det är en lång väg till att bli diakon, men också flera olika sådana. Ett stort beslut i livet men tillslut kanske också ett självklart sådant? Vi möter två diakonikandidater, i slutet på deras första praktik, som var förlagd just här i Norrköping.

Text och foto Malin Singelsö

Det här numrets "på besök" kräver inte någon längre restid då vi möter diakonikandidaterna Sofia Gårdestig och Sara Holmström i S:t Olai kyrka, mitt i Norrköping city. De avslutar nu sin första praktik där de har handledts av diakonen Per-Olof Engström och prästen Sara Hökpers. För att bli diakon kan man ha lite olika utbildnings- och yrkesbakgrund. Man kan ta olika spår både genom livet och utbildningen till diakon. Sofia och Sara har lite olika bakgrunder. Sofias "spår":

Sofia blev färdig socionom för 22 år sedan. Efter det har hon haft flera olika socionomjobb. Hon har mest jobbat som kurator på sjukhus men även inom socialtjänsten och andra jobb inom kommunen. Just nu jobbar Sofia på akuten på US i Linköping som kurator. Hon har också arbetat ett halvår inom Svenska kyrkan på ett vikariat och varit "en sväng" inom frikyrkan.

Saras "spår":

Sara har jobbat i kyrkan i nästan hela sitt liv. Först som ideell medarbetare i form av ung ledare efter konfirmationen. Hon är sedan utbildad till fritidsledare

och hälsoutvecklare samt har läst en del folkhälsovetenskap. 2002 gick flyttlasset från Wilhelmina till Östergötland. I Vikingstad började Sara arbeta på den kommunala fritidsgården och efter tre år blev hon sedan fritidsledare i Mjölby församling. Efter det har hon blivit kvar som anställd i kyrkan men bytt församling genom åren. Sara sökte dispens inför att bli diakonkandidat och fick det på grund av kurserna i folkhälsovetenskap och ett par andra relevanta kurser samt att hon hade jobbat så länge inom kyrkan. Saras hjärteområden är barn- och ungdomsverksamhet.

”Vi oroar oss alla för samma saker men uttrycker det på olika sätt. Jag har lärt mig mer i grupp än om jag hade varit ensam.”

När denna intervju sker har Sofia och Sara ännu inte blivit antagna till utbildningen. De är mitt i processen och ska närmast gå igenom en antagningskonferens i augusti. De har gjort lite olika steg, för beroende på vad man har med sig, ser vägen lite olika ut. Båda har kvar det sista pastoratteologiska året om de går vidare på antagningskonferensen. Det kan man också lägga upp på lite olika sätt, ett år på heltid eller två år på halvtid. Sofia har gått kyrkans grundkurs året innan, den kursen är vanlig att man går.

Men varför valde ni att bli diakonkandidater?

– Detta är något jag har gått och tänkt på under tjugo års tid. Det har känts för stort. ”Nämen inte ska väl jag”. För mig har det tagit tid. Det är inte något dåligt att det får ta tid. Och jag tänker att jag

har med mig mycket från mitt arbetsliv som jag kommer att ha användning för, berättar Sofia.

Sara fortsätter,

– Jag har jobbat många år i kyrkan. Jag har provat andra arbetsgivare men återvänder hela tiden hit. Jag känner att jag vill ha mer verktyg för att kunna hjälpa till exempel ungdomar, som vi också vet mår sämre i samhället idag. Blir jag diakon kanske jag kan hjälpa dem på ett annat sätt än jag kan som församlingsassistent eller pedagog. Sedan har det alltid funnits där, någon slags styrning mot att bli diakon, även om jag inte har velat lyssna förrän nu. Jag vill kunna hjälpa på ett annat sätt helt enkelt.

Sofia, du jobbar ju med sådant som ligger väldigt nära det du kanske kommer göra som diakon, tror du att du får möjligheter på ett annat sätt nu?

– Jag tror grejen är att det blir ”mer”. När jag jobbar inom socialtjänsten eller på sjukhuset så är jag i min lilla ”ruta” och ganska styrd i vad det är som jag ska göra. Att få jobba utifrån en kristen grund, det blir en större helhetssyn, både på människan, på världen och på Gud. Och jag får stå för det. Sedan behöver jag inte prata om det i allt jag gör men jag kan ha en öppenhet för existentiella samtal om personen så vill och önskar. Det är svårt att formulera... men att få jobba bredare. Och kanske inte vara styrd av sådant som hur många samtal man får boka och att allt måste journalföras. Jag tänker att det är ett friare jobb, att vara diakon. Det kan även vara stora utmaningar i att ha den friheten. Men jag har saknat helhetssynen. Och med en förankring i kyrkan så kan jag inbjuda människor som så önskar, till allt vad kyrkan har i form av resurser,



Diakonkandidaterna handleds av diakonen Per-Olof Engström.

verksamheter och grupper. Inte bara kunna hjälpa personen där och då och möjligen kunna lotsa över till andra aktörer i samhället utan kunna inbjuda till ett sammanhang. ”Kom och var med i vår grupp här” eller ”kom på söndag så ses vi på gudstjänsten”. Sedan beror det såklart mycket på var man hamnar, hur just den diakontjänsten ser ut, det förstår jag, resonerar Sofia.

Utbildningsvägen

Om man känner ett intresse av att bli diakon så tar man kontakt med diakonrekryteraren i stiftet och får träffa denne några gånger för samtal, så det byggs upp en bild av vilken bakgrund man har. Dels rent yrkesmässigt och ens tankar och längtan. Utifrån det utformas en väg för den som söker.

Sofia säger,
– För min del blev steg ett att gå Svenska

kyrkans grundkurs.

Sara fortsätter,
– Sedan får du skicka in en ansökan till stiftet att man vill bli diakon. Därefter får du förhoppningsvis komma till en praktikplats så som vi praktiserar här i S:t Olofs församling.

– Men du får råd om du behöver komplettera med något redan hos diakonrekryteraren skulle jag säga. Ansökan är omfattande, jag skrev nog tio-tjugo sidor, berättar Sofia.

Sara fyller i,
– Det är djupa frågor, det ställer ens tro på sin spets och man får verkligen gräva djupt. Hur ser min bakgrund och familjesituation ut, vad tror jag på och vad tänker jag om olika saker. Man ska svara på vem man är.

– Den här praktikperioden började med två dagar på Vårdnäs stiftsgård. I år var vi tolv stycken, indelade i tre grupper

och fick våra olika praktikplatser, några här, några i Linköping och några i Skänninge/Mjölby, fortsätter Sofia.

Sara funderar vidare,
– Det är lärorikt att få träffa andra som är på ”samma resa”. Det är väldigt bra med gruppraktik. Du kan utbyta erfarenheter och det finns alltid någon som ställer den där frågan du inte vill ställa själv och även kanske frågor du själv inte tänkt på. Vi oroar oss alla för samma saker men uttrycker det på olika sätt. Jag har lärt mig mer i grupp än om jag hade varit ensam.

Sofia håller med,
– Ja, det sätter igång mer än vad man tror. Jag tänkte att jag skulle få se en massa saker, och det har jag fått göra, men mest händer det inom en själv. Man har knådats och utvecklats.

Härnäst väntar alltså antagningskonferensen, en dag när kandidaterna träffar

biskopen, stiftsadjunkt, en person från domkapitlet och en psykolog. Du ska ta dig igenom flera enskilda samtal.

Är ni nervösa?

Ja, skrattar de. Men Sara fortsätter, – Jag har lugnat mig, både Peo och Sara (handledande diakon och präst) har lugnat oss väldigt mycket.

– Men det är klart att det blir en anspänning för antagningskonferensen resulterar i ett ja eller ett nej. Du får återkomma i augusti om hur det har gått, ler Sofia.

Efter ett ”ja”

Om du antas efter konferensen är det fyra veckors praktik igen, olika utbildningar i stiftet och tio samtal med en psykolog som ska gås igenom innan du kan söka det pastoralteologiska året. Man kan studera i Lund och Uppsala,

på plats eller på distans. Det är vanligt att man läser på halvfart i två år så att man kan jobba samtidigt. Från januari kommer även ett års heltid på distans att provgenomföras. Du behöver sedan också en tjänst för att bli vigd.

Både Sofia och Sara tror det behövs en del livserfarenhet innan man möter de frågorna som både antagning, studier och tillslut tjänsten som diakon innebär. Men vilka utmaningar tror de blir störst?

– Jag tror det finns många utmaningar. Jag jämför lite med hur jag jobbar nu, där jag är ganska ensam i min roll, och du har ditt tydliga ansvarsområde. Det kanske inte är fler diakoner i den församling där du är. Då beror det ju helt på hur man jobbar tillsammans som arbetslag eller om du blir ganska ensam. Som ny diakon kan det nog bli tufft. Jag hoppas och längtar efter att få jobba ihop med de

andra yrkesroller som finns i arbetslaget. Att kunna samarbeta och nätverka, även mellan diakoner i olika församlingar, det tror jag är jätteviktigt, säger Sofia.

Sara fortsätter,

– Jag tror utmaningen blir att veta var man ska dra gränsen när man möter alla de som behöver hjälp med mat, pengar och liknande. När du ska säga nej och hur. För att hjälpa alla är ju tyvärr omöjligt. Och hur vet du när du hjälper till ”för mycket”, så du stjälpes istället för hjälper?

– Ja, och då kommer man in på det här att man ska hålla länge. Det är en arbetssituation där mitt jobb och mitt liv går in i vartannat. Det är nog så svårt att koppla bort när man går hem från ett ”vanligt” jobb. Som diakon blir det nog ännu svårare. Du jobbar kvällar och helger och jag tror att man

”Här finns det en öppenhet för existentiella frågor och verktyg för att tala om dem, oavsett om den man talar med är troende eller inte.”

kommer närmare människan, kommer nära människors liv och svårigheter. Du kanske också jobbar ensam och gör hembesök ensam. Så det är viktigt att tänka på hur du gör det på ett hållbart sätt.

Om ni får ett ja och står där som diakoner om några år, vilken är er största längtan?

Sara svarar genast,

– Mötet med alla människor, både i glädje och sorg. Att finnas med och kunna stötta och hjälpa. Att få hjälpa unga människor. De har det tuffare och tuffare. För mig skulle drömtjänsten vara att bli diakon med barn-, ungdoms- och familjefokus.

Sofia säger,

– Jag tänker mycket på enskilda möten. Det finns så mycket ensamhet. Jag menar då inte bara utsatta människor där det är helt uppenbart. Det finns mycket ensam-

het i alla olika åldrar och samhällsklasser där det inte riktigt finns någon plats eller resurs i samhället som möter den här djupa känslan av ensamhet. Där tror jag att vi kan möta både enskilda människor men också mötas i grupper och sammanhang, där grupperna i sig kan bli självgående. Jag skulle gärna jobba i en stad som den här. Norrköping har ett fantastiskt diakonalt arbete, verkligen ”hands on” och man provar olika sätt. Det har varit jättespännande att vara här, och vi har fått se mycket trots pandemin.

– Ja, och för mig som jobbar på landsbygden så är det så spännande att se vilka kontraster det är. Helt andra svårigheter. Allt finns på båda ställena men svårigheterna är lite annorlunda, fyller Sara i.

Sofia avslutar,

– Jag längtar efter att få kunna prata om hela livet så som det är, att inte behöva

rygga tillbaka om någon undrar över livets mening till exempel. I den roll som jag är nu måste jag hålla mig, för där är det inte mitt område. Här finns det en öppenhet för existentiella frågor och verktyg för att tala om dem, oavsett om den man talar med är troende eller inte. Det tänker jag är helt fantastiskt att kunna och få göra. •

Att känna för eller med

Empati och medkännande är två fundamentala mänskliga förmågor, att kunna känna för och med sina medmänniskor. Det är egenskaper som driver önskan om att förstå, hjälpa och lindra samt gör att vi kan förhålla oss till andra och att vilja varandra väl.

Text och illustration Therese Götberg

För några år sedan gjorde en grupp forskare från Michigan State University, för första gången någonsin, en stor studie om var i världen den mest empatiska befolkningen finns. Illustrerad vetenskap berättar att forskningen baserades på en enkätundersökning med data från mer än 100 000 personer utsprida i 63 olika länder. Undersökningen utgick bland annat ifrån sökandet efter empatiska känslor och personlighetsdrag samt prosocialt beteende, vilket är handlingar då vi människor hjälper, tröstar och samarbetar med andra. I sin studie definierade forskarna empati som ”förmågan att sätta sig in i andra människors känslor och perspektiv”. Resultatet visade att Ecuador hamnade på första plats och hade den mest empatiska befolkningen,

SaudiArabien hamnade på andra plats och Peru på tredje.

Men kan empati och medmänsklighet verkligen mätas med hjälp av enkätundersökningar? Empati är ett mycket komplext begrepp och kan inte likställas med medkänsla, menar professor Tania Singer som är psykolog och neuroforskare på Social Neuroscience Lab på Max Planck Society i Berlin.

Vem visar vi empati för

På hemsidan för Forskning och Framsteg kan man läsa att Singer gav sig själv ett nästan omöjligt uppdrag för några år sedan, att kartlägga vad som händer i hjärnan när vi känner empati. Den första undersökningen utgick från olika par. Den ena partnern lades i en magnetkamera och bredvid satt den andra partnern som fick uppleva en lätt obehaglig

smärta. När den drabbade partnern kände smärta så reagerade både partners smärtnätverk och delen av hjärnan som har med uppfattning av kropp och känslor att göra.

I nästa steg ville Singer undersöka människors förmåga att känna empati för alla medmänniskor och inte bara de som står oss nära. Singers forskarteam kunde snart konstatera att vår empati når och inkluderar bara vissa personer, att vi känner med dem vi tycker om, men inte alltid med okända personer. Samma experiment gjordes nämligen på fotbollssupportrar som fick uppleva när en supporter från det egna laget och en supporter från ett rivaliserande lag utsattes för smärta. När anhängare av det egna laget kände smärtan flödade empatin hos de flesta försökspersoner, medan empatin blev betydligt svagare

”Vi är empatiska först när vi uppnår en förståelse för den andra personens perspektiv”

eller uteblev helt när personen från det rivaliserande laget upplevde det. Vissa manliga försökspersoner påvisade till och med tydliga tecken på skadeglädje.

Efter analysen uttalade sig Singer om att det är väldigt tydligt att hjärnan är programmerad för att bry sig mest om ”vår inre krets”. När du ansluter dig till en grupp får du genast ökad empati för dina gruppmedlemmar, men minskad empati för utomstående, menade hon.

Andreas Olsson, forskare vid institutionen för klinisk neurovetenskap på Karolinska Institutet, menar att det är helt naturligt för oss, och var tidigare avgörande, att knyta starka band inom en grupp för att kunna samarbeta och försvara oss. På Karolinska Institutionens webbplats kan man vidare läsa att Olsson anser att den här tendensen är ett stort samhällsproblem idag. Positiv

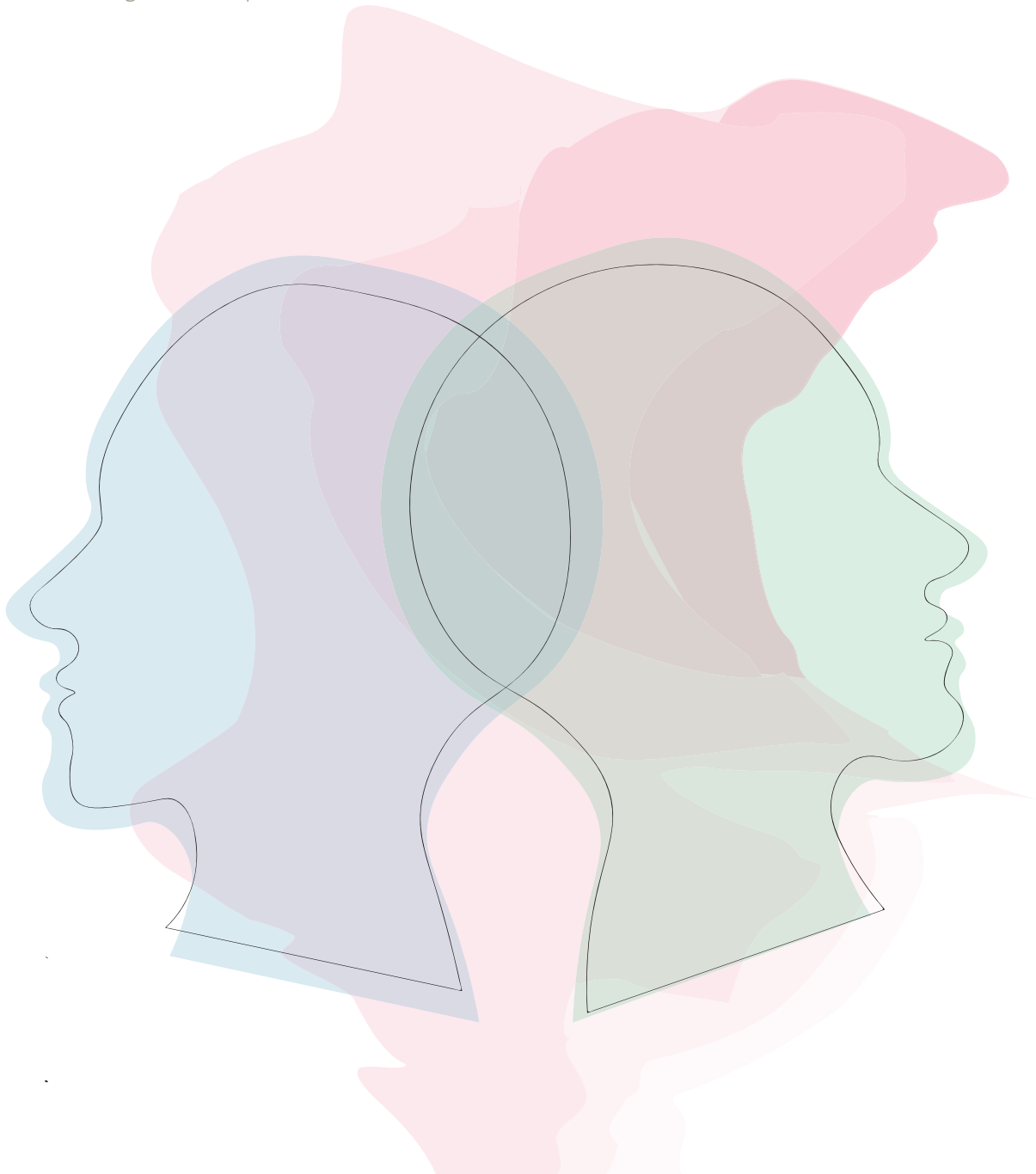
särbehandling sker på många sätt mellan medlemmar som tillhör ”ingruppen”, det som Singer kallar för ”vår inre krets”. Forskningen visar också att vi känner mindre empati för de som står utanför gruppen och vi associerar också lättare obehagliga upplevelser till dem, som kan göra oss rädda, menar Olsson. Den psykologiska uppdelningen vi gör sker omedvetet och snabbt och påverkas ofta av faktorer som etnicitet eller social klass.

Att träna sig i medmänsklighet

Upptäckten av att empati var starkt knuten till människans närmaste krets bekymrade Tania Singer. Hon menade att om vi känslomässigt påverkar varandra på cellnivå och på samma gång är starkt genetiskt programmerade att känna mer för vår egen grupp, ligger mänskligheten inte särskilt bra till i en

allt mer globaliserad värld. Enligt Framsteg och Forskning bestämde hon sig då för att ta reda på om det var möjligt för människan att utveckla sin empatiska förmåga. Genom den tibetanska ledaren Dalai lama fick Singer kontakt med buddhistiska munkar som i åratal har tränat sig på ”compassion”, det vill säga medkänsla.

I sin magnetkamera fick Singer möjlighet att läsa av en av munkarnas hjärnaktivitet medan han föreställde sig en person som led och då riktade sin medkänsla mot den personen. Hon upptäckte då att det var helt andra delar av hjärnan som aktiverades än i tidigare experiment, det vill säga området som har med positiv belöning att göra. Singer drog då slutsatsen att det måste finnas fler former av empati och inte bara en. Hon arbetade därför fram en modell



som bygger på tre olika sätt att känna med andra människor:

1. Det automatiska som inte innefattar någon medvetenhet som till exempel att gäspningar "smittar". Här förekommer ingen oro över att den andra personen är trött utan en person härmar den andra reflexmässigt. Dessa impulser finns hos människan redan vid födseln.

2. Empatin, det som kräver en viss medvetenhet. Det uppstår först när vi har förstått att vi är enskilda personer och kan uppfatta att en annan människa lider och kan lida med den.

3. Compassion, det vi på svenska kallar medkänsla, kan beskrivas som ett slags "sofistikerad empati" och innebär inte något medlidande för andra personer, utan bara omsorg och omtanke.

Skillnader och metoder

Singer menar att det finns stora skillnaderna mellan de här tre sätten. Empatin är till exempel slitsam och inte alltid särskilt uppbyggande. Medkänsla ger däremot positiv energi där du mottar på samma gång som du ger.

Meditation blev en av teknikerna som Singer fokuserade på för att se om man kunde öka omsorgen hos människor och det har gett positiva resultat. Men för att komma åt vår "gruppegöism", menar hon att vi också behöver kognitiva övningar och "en rent intellektuell förståelse av vad det innebär att vara medkännande med andra".

Olsson har ett liknande perspektiv och menar att de gruppindelningar vi gör är svåra att bryta när de väl har uppstått.

Detta leder till att det också är svårare att lyckas med insatser för att nå en ökad förståelse mellan olika grupper. Han anser att det inte räcker att låta skilda grupper möta varandra eftersom de åter tappar förståelsen för varandra bara några dagar senare. Man måste aktivt försöka att sätta sig in i andras perspektiv eller arbeta för samma mål, säger Olsson. "Vi är empatiska först när vi uppnår en förståelse för den andra personens perspektiv och när känslan skiljs från jaget, så att vi känner med någon annan".•

Recensioner



ARTIST: Markus Krunegård

ALBUM: TUTTI FRUTTI - från lokalen under sushin

ÅRTAL: 2021

Sedan solodebuten 2008 har Markus Krunegård varit en helt självklar del av den svenska musikscenen. Mycket har hänt under de tretton år som gått. De indiedoftande norrköpingskildringarna om sena nätter och efterfester har sakta bytts ut mot pop om familjeliv och vardag i Stockholm.

Tutti frutti – från lokalen under sushin är Krunegårds nionde album och det första av två som har släpps under 2021. Det tionde albumet landar i höst. Efter en period av utbrändhet där han tvingades ta paus från musiken befinner han sig enligt egna ord i en ”peak i förhållande till musik och text”. Något som märks tydligt på det nya albumet. Elektroniska beats som doftar åttiotal blandas sömlöst med den karaktäristiska falsetten och texter som bitvis känns som korta noveller. Tonsatta personliga berättelser gör albumet till ett av hans bästa hittills.

På skivans sista spår *Aldrig varit såhär gammal förut* filosoferar Krunegård om självtvivel och osäkerheten kring

att bli äldre. ”Har aldrig varit såhär gammal förut / O den sanningen tar aldrig slut”. Och visst, det kanske stämmer. Men han har kanske heller aldrig varit såhär bra förut.

/Matilda Eklöf

FILM: The Breakfast Club

ÅR: 1985

REGI: John Hughes

I ROLLERNA: Emilio Estevez, Judd Nelson, Molly Ringwald, Ally Sheedy och Anthony Michael Hall

The Breakfast Club är en tidstypisk 80-talsfilm med daterade uttryck och språkbruk, men ämnesmässigt är den lika aktuell idag som då. Filmen handlar om den eviga kampen mellan att vilja passa in och att få vara sig själv. Men den handlar också lika mycket om tolerans och förståelse.

Fem high school-elever samlas en lördag i skolans bibliotek för att sitta av en kvarsittning under nio timmar. Vid första anblick ser de inte ut att ha det minsta gemensamt. De är alla där av olika anledningar och hör alla till en varsin stereotyp

kategori inom skolans normativa hierarki. Under kvarsittningen får de i uppgift att skriva en uppsats på 1000 ord som ska beskriva vilka de tror att de är, en granskning som ställer allting på sin spets.

Ju längre in i filmen vi kommer börjar ytor att brista, murar att rasa och fördomar att krossas. Sakta med säkert öppnar ungdomarna upp sig för varandra och avslöjar sina innersta hemligheter och rädslor. De kan se förbi fördomar och hitta tröst i oförutsedd vänskap. Tillsammans blir de starka, tillsammans bär de varandra.

Filmen är en klassiker som ingen recension egentligen kan göra rättvisa. Jag kan se den om och om igen utan att tröttna och varje gång ger den lika mycket skratt som gråt. Det är en rörande och mänsklig film med hjärtskärande kränkningar och upptäckter, men den innehåller också mycket värme och empati. *The Breakfast Club* må vara en äldre produktion, men den blir aldrig gammal.

/Therese Götberg



OM LARS

Namn | Lars Stjernkvist

Ålder | 63 år

Händer i höst | Fortsätter som frilansjournalist och en del utredningsuppdrag.

Läser just nu | Martin Perks debattbok – imponerad! En annan favorit under sommaren var Herravälde av Elin Olofsson.

Brinner för | Rättvisa! Blir särskilt upprörd när barn far illa.

Viktigast är framtidstron

Lars Stjernkvist har en lång karriär av samhällsupbyggande arbete bakom sig. Förra året lämnade han en tioårig post som kommunstyrelsens ordförande. Men sitt samhällsengagemang har han inte släppt helt och idag är det barnens situation som engagerar honom främst.

Text Annelie Tollerå Foto Niclas Fasth

Lars är övertygad om att samhällsupbyggnad måste börja med ett avstamp hos den enskilda människan. Han menar att det aldrig går att skapa en samhällsmodell eller ett system som löser alla problem för alla människor för all framtid. Det gäller att hela tiden göra det man kan för att ge enskilda det stöd de behöver.

– När jag var heltidspolitiker fick jag ibland kritik för att jag ägnade mig för mycket åt enskilda fall. Visst, mitt ansvar som politiker är att ta ansvar för helheten och se till att de som arbetar i kommunen får de resurser de behöver. Men det är först när du möter den enskilde som du förstår på riktigt var bristerna finns.

Han har sett fall i Norrköping på nära håll och har upplevt många möten som lämnat outplånliga spår.

– Det som slår mig är hur sköra vi är och hur små marginalerna i livet kan vara. Steget till "utanför" kan vara kortare än vi anar. Det gör mig ödmjuk.

Stor solidaritet

Lars är stolt över Norrköping, som många ser som en stad med stora problem, men som Lars också tycker är en stad som växer och förändras i positiv anda. Han poängterar att Norrköpingsborna har ett stort engagemang för rättvisan i samhället.

– Jag är framför allt stolt över norrköpingsbornas solidaritet. När de hör av sig så handlar det nästan alltid om att

de vill att kommunen och samhället ska göra mer för att hjälpa människor. Det har sällan handlat om att fördöma eller förskjuta de som har problem. Det finns en solidaritet i samhället som gör mig hoppfull.

Rädda barnen och Läxhjälpen

Sitt samhällsengagemang har han inte lämnat helt. Under våren har han gått in i styrelseposter för Rädda barnen och Läxhjälpen. Barnen kommer en dag att bygga samhället och det måste börja med dem. En bra start i livet betyder allra mest för människans framtid, anser han.

– Det som smärta mig mest är när jag möter barn som far illa. Jag vill tro att alla föräldrar vill sina barn väl, men i



“Jag har självklart fått se mycket sorg och många tragedier, men jag har också sett hur "omöjliga" fall förändras.”

Norrköping vet vi tyvärr bättre än många andra att det inte alltid är så. Jag tror att vi måste förstå att alla barn är allas barn.

Han är stolt över sin tid som kommunpolitiker i Norrköping och framför allt hur skolan har utvecklats.

– När jag var ny som heltidspolitiker fick jag veta att det var omöjligt att höja resultaten på vissa skolor. Det fanns alla möjliga förklaringar, att "det var många invandrare" och så vidare. Idag säger ingen det. Idag är det fler i Norrköping som klarar skolan med godkända betyg och vi har inga skolor där det, så att säga, är normalt att inte lyckas. Vi har

en mer likvärdig skola än andra. Den här förbättringen kommer att betyda mycket i framtiden. Skolpersonalens jobb gör mig stolt.

Framtidstro viktigaste drivkraften

Lars menar att man inte bara kan se till människors utanförskap, utan också deras positiva erfarenheter och inneboende kraft.

– Också hos missbrukaren, den hemlöse eller kriminelle så finns det kraft och andra positiva erfarenheter. Om jag inte har förstätt det förut, så förstår jag det när jag ser att det vänder för människor.

Jag har självklart fått se mycket sorg och många tragedier, men jag har också sett hur "omöjliga" fall förändras. Om människor tror att det går åt skogen, då gör det det. Det viktiga är att samhället genomsyras av en tro på att det går att skapa goda villkor för alla. Det låter floskelaktigt, jag vet, men det är det allra viktigaste. •

Prata om psykisk ohälsa

Att prata om hur någon mår är kanske inte alltid enkelt. Kanske upplevs det som för nära, kanske finns en rädsla att man bara gör allting värre eller har inbillat sig allt. Men det är viktigt att våga prata om vårt mående. Det räddar liv.

Text och illustration Matilda Eklöf

Att det ofta känns jobbigt att prata om psykisk ohälsa beror till stor del på att vi inte är vana att diskutera hur vi mår psykiskt. Psykisk ohälsa har länge setts som något privat. Något fult som helst ska gömmas undan. Även om denna attityd har förändras till det bättre under senare tid så lever mycket av skammen ändå kvar. Vi är helt enkelt inte vana att prata om hur vi mår.

Låg kunskap

Kunskap om psykisk ohälsa är därför fortfarande relativt låg i samhället, och det är inte alltid säkert att den som mår dåligt själv vet om det. 2018 uppgav 17 procent av svenskar mellan 16-84 att de hade ett nedsatt psykiskt välbefinnande (nästan 1 av 5 personer). Mörkertalet

är dessutom stort. Att inse att man mår dåligt och acceptera det tar tid, speciellt om man är ensam i sina funderingar. Därför är det viktigt att man vågar fråga. Att visa att det faktiskt går att prata om det öppnar upp för bättring framåt.

Mycket som går att göra

Det finns också många andra saker du kan göra för att visa att du bryr dig och att du finns där. Föreslå roliga saker att göra, håll kontakten och stötta där det är möjligt. Ha också förståelse för att den som mår dåligt kanske inte orkar följa med eller vara som vanligt om ni hittar på något. Även om svaret blir nej på en inbjudan så kan frågan i sig betyda mycket. Samtidigt är det också viktigt att förstå att du inte kan vara ansvarig för en annan persons liv eller mående. Om du

är orolig för personens liv så tar du bäst ansvar genom att vända dig till vården. Tips för att hjälpa någon som mår dåligt:

1. Våga fråga!

Det viktigaste är att faktiskt våga fråga hur någon mår. Ställ raka frågor och undvik inte det du egentligen vill veta. Våga vara direkt även om det känns jobbigt. Det är viktigt att veta hur personen faktiskt mår för att kunna stötta.

2. Ge inte råd

Råd utgår ifrån den som ger dem, och motiverar därför sällan till förändring eller hjälp hos dem som får dem. Fråga istället hur personen själv tänker och utgå ifrån det när ni pratar.



3. Gör saker som personen tycker om

Man mår ofta bättre om man gör sånt man gillar. Fråga vad personen vill göra och hitta på något. Ta en promenad, se en film, lyssna på musik eller laga mat. Nya intressen och sammanhang kan också hjälpa personen att må bättre, så testa gärna nya saker tillsammans.

4. Glöm inte bort dig själv

Det kan vara påfrestande och jobbigt att stötta någon som mår dåligt. Du kanske får höra jobbiga saker eller känner oro för din vän. Se till att du har någon att prata med så att du inte själv börjar må dåligt. Familj, vänner eller professionell hjälp kan vara bra stöd. •

Källa: Mind, Folkhälsomyndigheten, och umo.se

Hit kan du vända dig om du eller någon i din närhet mår dåligt

SOS Alarm 112: Vid akuta lägen eller vid tankar på självmord, ring alltid 112.

Jourhavande präst: Tel: 112, alla dagar kl. 21.00–06.00. Det går även att chatta eller skicka digitalt brev. Läs mer på svenskakyrkan.se/jourhavandeprest

Mind Självmordslinjen 90101: Stödlinje för personer med tankar på självmord. Öppen kl. 06.00–24.00 varje dag. Tel: 90101. Chatt: chat.mind.se

1177 Vårdguiden: Ring 1177 om du behöver få råd om vård eller uppgifter till närmaste psykiatriska mottagning.

Jourhavande medmänniska: Tel: 08-702 16 80, alla dagar kl 21.00–06.00.

Rädda Barnens stödlinje: Har du flytt till Sverige? Är du ung? Vill du prata med någon? Rädda Barnens stödlinje svarar på arabiska, dari, pashto, somaliska, tigrinja, svenska och engelska. Även för föräldrar. Telefon: 0200-77 88 20. Alla dagar kl 15.00–18.00.

Spes telefonjour: Här kan du få stöd och hjälp om du är närstående till någon som tagit sitt liv. Ring 020-18 18 00. Alla dagar 19.00 – 22.00.



Medvandrare i sorgen

De flesta av oss kommer någon gång uppleva sorgen att förlora en anhörig. Sorgen är ett stort kapitel i våra liv och en naturlig del av livets gång. Ändå kan den kännas så svår att prata om.

Text Annelie Tollerå Foto Malin Singelsö

Per-Olof Engström är diakon och leder regelbundet sorgegrupper. I en sorgegrupp är det högt i tak. Det är tillåtet att prata om precis vad som helst, under samtalsledning. Man går igenom händelserna och känslorna och framför allt får man möjlighet att dela sina erfarenheter med andra och se att man inte är ensam.

Summera livet

– I sorgeprocessen har vi behov av att summera livet vi har haft med den som gått bort, berättar Per-Olof. Jag får ofta höra om glädjestunder eller vad den avlidna har betytt i livet. Men det är inte helt ovanligt att vi också bär på ilska.

Alla har inte haft bra relationer med sina anhöriga. Alla känslor är tillåtna och helt normala i sorgen. Man får vara förvirrad och som anhörig behöver man inte heller tro att man hela tiden måste vara stark.

Frågorna vi har om döden är många. Inget smärtar oss så mycket och vi vill gärna försöka avskärma oss från döden. Det kan vara tabu att prata om den. Ändå kan vi inte komma undan den.

– Döden är en naturlig del av livet, poängterar Per-Olof. Jag brukar tänka på devisen: “Inget liv utan död, ingen död utan liv”. Så är det. Vi vet aldrig när den kommer, men att den kommer är det vi kan vara säkra på i våra liv. Naturligtvis är många rädda för döden. Vi kan inte

rusta oss för den, men jag tror att vi måste våga prata om den, säger Per-Olof.

Ett sista avsked

När någon gått bort är det ofta på sjukhuset den avlidne finns. På Vrinnevisjukhuset finns ett särskilt rum för avsked. Då förs den avlidne in i rummet och de anhöriga får komma in och tillbringa en stund med den som har gått bort. Per-Olof finns behjälplig för den som vill prata. Det kan komma många tankar.

Han uttrycker det som att vara medvandrare vid någons sida en stund. Rollen som diakon är att finnas där när någon behöver dig.

“Jag tror att i det sista ögonblicket så händer något som gör att vi alla till slut får frid.”

– Vår styrka som diakoner tycker jag är att vi får vara med människor i livet när det verkligen gäller. När livet vindlar och när någon behöver en människa som är medvandrarare en stund. Då blir vi en länk, en Guds förlängda arm. Det är vår största uppgift. Att våga prata och att våga lyssna på människor.

Kyrkans larmjour

Per-Olof ingår i kyrkans larmjour. Det innebär att han när som helst under en helg kan ringas in för att hjälpa till. Det kan handla om krissamtal eller avsked. Ibland sker ett dödsfall väldigt hastigt och oväntat. Då kan vi behöva hjälp att göra det överkliga verkligt. Men Per-Olof poängterar att han som diakon inte har lösningen och inte kan ta bort människors smärta. Han kan bara finnas där.

– Vi diakoner är inga experter på vare

sig döden eller människors psyke. Men man glömmar sig själv litegrann. Du möter en annan människa. Den människan behöver någon som lyssnar och som går med vid sidan en bit. Då är jag trygg i att jag kan göra det.

Upptäckt vår egen mänsklighet

Genom coronapandemin har vi upptäckt vår egen mänsklighet, menar Per-Olof. Döden har kommit oss lite närmare. Vi vågar prata mer och mer om döden än förut.

– Jag tror att vi försökte stoppa undan döden tidigare för att vi höll på att bygga det perfekta samhället. Ett samhälle där vi trodde att vi kunde kontrollera allt. Där fanns inte utrymme för döden, den skulle mer eller mindre institutionaliseras. Men nu har vi sett hur sårbara vi kan vara.

Per-Olofs roll som diakon innebär möten med många människor, men vissa stannar kvar lite extra.

– Jag minns en dam, som var väldigt aktiv i sitt liv. En kraftfull person i ledande roller. I slutet upplevde jag henne ligga i bädden som en tunn liten sparv. Vid ett besök tog jag hennes hand och började läsa bergspredikan för henne, för jag visste att hon tyckte om just bergspredikan. Då andades hon in och tog sitt sista andetag.

För Per-Olof var det en stark upplevelse att få vara med i hennes sista stund. De allra flesta somnar in fridfullt, menar Per-Olof. Jag tror att i det sista ögonblicket så händer något som gör att vi alla till slut får frid.●



*Per-Olof menar att vi vågar prata
mer om döden än förut.*

Att tjäna varandra

Ideella medarbetare är en stor och viktig del av Svenska kyrkan. Utan dem skulle många av kyrkans verksamheter inte kunna drivas eller genomföras. Maja Johansson är 21 år och har varit aktiv som ung ledare i S:t Johannes församling och delar med sig av sina erfarenheter.

Text Therese Göteborg Foto Matilda Eklöf

Kyrkans ideella medarbetare utgör ett enormt stöd och en hjälpande kraft i kyrkans olika sammanhang. Oavsett vilka ideella arbetsuppgifter som utförs berikar de alla församlingslivet. Maja har varit verksam som ung ledare i sammanlagt fyra konfirmandgrupper. Innan sin konfirmation hade hon själv inte haft någon större kontakt med Svenska kyrkan, men trivdes så bra i sammanhanget att hon stannade kvar.

- Det finns en kravlös gemenskap i kyrkan som jag inte har hittat någon annanstans i samhället, berättar Maja.

Uppdraget som ung ledare

Det bästa med rollen som ung ledare är att få uppleva ungdomarnas första kontakt med kyrkan och deras egen väg till tro, säger Maja.

- Det är väldigt stort att få vara med

om det. Och rollen som ung ledare tror jag är väldigt viktig eftersom den fungerar som en bro mellan konfirmander och de vuxna ledarna. Det kan vara lättare att relatera till någon som är närmare sin egen ålder och som är i en liknande situation i sin tro och i livet. Det handlar om att kunna relatera och samtidigt vara en förebild.

Uppdraget innebär också ofta olika typer av praktiska uppgifter som till exempel att stötta upp den anställda personalen genom att planera för verksamheten, både inför träffar och läger samt att vara med och ta ansvar på plats och att leda aktiviteter. Men de unga ledarna väljer själva vad de vill bidra med både praktiskt och ansvarsmässigt, allt är självklart frivilligt.

Tiden som ung ledare har gett Maja ovärderliga stunder i livet.

- Några av de finaste minnena jag

har är från konfirmandgruppen Act of kindness. Ett år åkte vi ner till Lund för att vara på plats och bidra till Musikhjälpen. Och vid ett annat tillfälle åkte vi till Klarakyrkan i Stockholm för att hjälpa till och dela ut mat till hemlösa personer. Vi kunde se att det gjorde skillnad i många människors liv, och det berör.

Berikande

Maja beskriver att det finns en unik gemenskap i kyrkan där människor möter dig precis som du är.

- Hit kan du komma oavsett vem du är eller vad du bär med dig. Vad du kan prestera spelar egentligen ingen roll för du är alltid älskad och välkommen. Samtidigt är det väldigt viktigt att känna sig behövd och att hitta på vilket sätt man själv kan bidra. Jag har fått lära mig att ta ansvar på mina egna villkor, utan att ha någon press på att behöva prestera.

På frågan om hur hennes framtida engagemang i kyrkan kommer att se ut, svarar hon:

— Jag kommer alltid att vara aktiv i kyrkan och har svårt att se att jag inte skulle vara ideell medarbetare i framtiden. Det är en sådan fundamentalt viktig del av den jag är och jag kommer nog alltid att ha det som grund.

Att ge av sin tid till andra människor är bland det finaste vi kan göra för varandra och kyrkans ideella medarbetare gör just det. Genom sitt engagemang har Maja berikat konfirmandstiden för många ungdomar i S:t Johannes församling. Hon avslutar med att säga att det viktigaste är att tjäna varandra, och att tjäna varandra är att tjäna Gud. •





Handarbetande kvinnor. Västergötlands museum.

Ett kvinnligt kulturarv

Syföreningen är en klassisk gemenskap med starka kopplingar till kyrkans verksamhet. Den är också en del av ett unikt kvinnligt kulturarv: det textila hantverket. En tradition som både har beskyllts för att vara förspild kvinnokraft och hyllats för sin kvinnostyrka. Och som nu är på väg tillbaka med full kraft.

Text Matilda Eklöf Foto Wikimedia Commons

Sveriges första kyrkliga syförening startades den 19 april 1844 i Herrestad i Kärda socken, ett av Smålands allra fattigaste områden. Föreningens grundare var godsägaren och filantropen Emilie Petersén. Från herrgården i Herrestad bedrev hon ett stort socialt arbete bland barn och fattiga i samhället. Med tiden fick hon smeknamnet ”mormor på Herrstad” och kom att bli en nationell pionjär inom socialt arbete, skola och mission.

Syföreningen, som fick namnet *Fruentimmersarbetsföreningen för Missionsverket*, tillverkade dels kläder som såldes

till förmån för hjälpverksamhet och dels kläder som gick direkt till behövande. Föreningen träffades en gång i veckan för att lyssna på berättelser från Bibeln, be, sjunga och diskutera andliga frågor. Allt medan handarbetet pågick för fullt. Något som kanske inte hade varit möjligt bara ett halvt sekel tidigare.

Ett kvinnligt kulturarv

En förutsättning för syföreningarnas framväxt var möjligheten att tillverka och köpa garn och tyg billigt. Innan industrialismens genombrott på 1800-talet var textilier både dyrt och tidskrävande att tillverka. Det krävdes både planering,

arbetskraft och pengar. Den långa tillverkningsprocessen gjorde textilier dyrbara och de räknades som en stor tillgång till hushållet. Det var ingenting man gav bort i första taget.

Till skillnad från andra tillgångar i hushållet, exempelvis skog eller åkermark som traditionellt kopplats till männen i samhället, så sköttes tillverkningen och omhändertagandet av textilier främst av kvinnor. I det tidskrävande textilarbetet låg mycket kunskap, historia och stolthet. Linnet visades upp i speciella linneskåp och örngotten broderades ömsint med snirkliga monogram. Tekniker förfinades, lokala hantverkstraditioner växte fram

“Det regnade andliga eldsgnistor ut över Sverige från Herrestad”

– Samtida citat om mormor på Herrestads arbete

och med tiden skapades ett kvinnligt kulturarv som ärvdes ner genom generationerna, från mödrar till döttrar.

Men i och med industrialiseringen på 1800-talet effektiviserades tillverkningen av tråd och garn. När tråd och tyg kunde köpas färdiga försvann mycket av det praktiska förarbete som tidigare krävts för att få fram råvarorna. Männens engagemang i textiltillverkningens råmaterial minskade och från 1800-talet kom textilt skapande nästan uteslutande att förknippas med kvinnor och femininitet.

En unik tid

I och med att det gick att köpa färdiga tyger och garn kunde mer tid läggas på själva hantverket. I spåren av detta utvecklades tillsammans med den växande borgerligheten en ny och modern handarbetskultur där moderna trycktekniker gjorde det möjligt att sprida mönster, tekniker och nya ideal till stora

delar av samhället.

Under 1800-talet blev tanken på syföreningar snabbt populär och snart fanns det syföreningar på många platser i Sverige, både på landsbygd och i städer. Fram till och med 1900-talet var syföreningarna till mångt och mycket självständiga. Till sin utformning kan föreningarna ses som närmast unika för sin tid då de grundades och bedrevs till största del av kvinnor. Detta i en tid då kvinnor generellt inte hade tillträde till offentliga roller i samhället.

Den första motionen till Sveriges riksdag om kvinnlig rösträtt kom inte förrän 1884, alltså 40 år efter att syföreningen i Herrestad bildades. Den verkliga mobiliseringen för kvinnlig rösträtt startade runt sekelskiftet och det kom att dröja fram till 1919 innan lagen om kvinnlig rösträtt slutligen röstades igenom. Syföreningarna på 1800-talet

verkade alltså i en slags mellantid när kvinnors rättigheter och möjligheter sakta började stärkas samtidigt som kampen om kvinnosaksfrågan ännu inte hade vaknat på riktigt bland den breda befolkningen. I hantverket och i sygrupperna fanns en frihet som inte gick att finna i andra delar av samhället.

Betydande kulturinsatser

Svenska kyrkan var till en början avvakande till den nymodighet som syföreningarna var, men år 1900 började Svenska kyrkan arbeta för att inkorporera och knyta syföreningarna närmare den kyrkliga verksamheten. Fram till dess hade syföreningarna huvudsakligen drivits av missionsförsamlingar och frikyrkor.

De nystartade syföreningarna kom att spela en stor och aktiv roll i utformningen av den modernisering av kyrkorummen som genomfördes kring sekelskiftet. Under denna tid låg starkt fokus på



Ovan Drags fabriker i Norrköping 1832.

Överst till vänster Målning: Midsommardans av Anders Zorn från år 1897.

Till vänster Pågående linkardning, foto taget någon gång mellan 1920 och 1960. Bohusläns museum.

att göra kyrkorna vackrare genom att bland annat introducera fler levande ljus, blommor och nya altarprydnader i kyrkorna.

Under 1900-talet bidrog syföreningarna till rikstäckande och betydande kulturinsatser. Bland dessa kan nämnas Syföreningen i Herting i Falkenberg som samlade ihop tillräckligt med pengar för att betala för en hel kyrka, klockstapel och orgel. Syföreningarna spelade också en viktig roll under andra världskriget där deras insamlingar och arbete hjälpte många människor i det krigsdrabbade Europa.

Kulturarvet återupptäcks

Efter att syföreningarnas verksamhet blev en del av Svenska kyrkan i början av 1900-talet ökade också antalet syföreningar i landet och på 1990-talet var syföreningarna den verksamhet som engagerade flest människor i Svenska

kyrkan. Mellan 1995 och 2017 samlade kyrkans syföreningar in över en halv miljard kronor till församlingar och välgörande ändamål.

Syföreningarna är numera en självklar del av kyrkans verksamhet samtidigt som det dyker upp allt fler liknande grupper i andra delar av samhället. Syjuntor, digitala stickcaféer och möjligheter att läsa beskrivningar och hitta mönster på nätet har gjort att hantverk och textilt skapande återigen ökat i popularitet och letat sig ner i åldrarna. I och med det återupptäcks också ett kvinnligt kulturarv som nu får chansen att kliva ut ur skuggan och istället skina precis så ljust som det alltid har förtjänat. •



Kulturarvet

Nattvard i miniatyr

Text Annelie Tollerå Foto Malin Singelsö

För 100 år sedan var en skyndsam präst med en vacker låda under armen en vanlig syn i byarna. I lådan fanns ett sockenbudstyg, en miniatyr av en nattvardsuppsättning.

Sockenbud är en gammal term som innebär att en präst åker till någon som inte kan ta sig till kyrkan på egen hand, för att fira nattvard. Det kan till exempel handla om någon som är sjuk och sängliggande.

Sockenbuden var vanliga ända in på 1900-talet och det finns många sockenbudstyg bevarade. Uppsättningen innehåller ett nattvardskärl, en oblattallrik som kallas patén, en ask för oblater, en liten flaska för nattvardsvin samt ibland också torkduk och en duk att ställa upp kärlen på. Allt i mindre dimensioner än de vanliga nattvardskärlen.

Kalken i silver från sockenbudstyg i Styrstad kyrka har en diameter på endast 8 cm och är 10 cm hög. På foten finns en snillrik lucka med plats för oblater. Silversmeden heter Nils Orstedt, som var verksam i Norrköping och den är tillverkad år 1762.


Den sjukas smörjelse

Till långtidssjuka kunde prästen åka regelbundet för nattvard, till exempel varje månad. Vanligtvis ingick även självvårdande samtal.

Sockenbuden grundar sig i det som kallades den sjukas smörjelse under den katolska tiden. Då smordes olja på pannan, händerna och fötterna. Ännu tidigare, under medeltiden, utfördes en ännu mer omfattande smörjelse - vanligen av ögon, näsborrar, läppar/mun, händer och fötter. Denna smörjelse var kopplad till de mänskliga sinnena och kroppsdelarna och hade en syndaförlåtande innebörd. Traditionellt tillkallades prästen när en människa låg inför döden.

En nutida form av sockenbud är de andakter som äger rum på ålderdomshem eller vårdboenden. Då brukar de vara gemensamma för de som bor där och önskar delta.

Kalken från sockenbudstyg i Styrstad kyrka har en snillrik lucka med plats för oblater.



NÄSTA NUMMER

hej|livet

I DIN BREVLÅDA
5 november 2021

tema:
Kärlek



Vägen tillbaka

Tårarna slutar inte rinna, mörkret har fångat in hela mig. Ingenting är värt att leva för, världen vill inte att jag ska finnas mer. JAG vill inte finnas mer. När min lillasyster frågade om jag kunde lova att jag aldrig skulle ta mitt eget liv, nickade jag, med en klump i halsen eftersom jag visste att jag ljög. Döden skrämmer mig inte längre, livet är det som skrämmer mig.

För några år sedan var detta min vardag. Ljuset var långt bort. Jag och många andra och även de i min närmaste omgivning trodde aldrig jag var kapabel till att leva ett normalt liv utan mitt självskadebeteende, självhat och droger. Beslut jag tänkte och tog ledde mig sakta men säkert till Diakonicentrum i Norrköping. Där fanns det någon som redan från början såg MIG. Såg mitt friska ljusa jag. Jag ler fortfarande när jag tänker tillbaka på den dag diakonen följde med på ett möte rörande mig med sin gröna diakonskjorta och argumenterade FÖR mig. Ingen har någonsin argumenterat för min skull. Ingen har någonsin trott på mig, inte som hon gjorde. Diakonen blev en viktig person i mitt liv och är än idag. Jag började även umgås och "hänga" på DC, där kände jag mig hemma. Det kändes så underbart att bli sedd som den person jag alltid har velat vara och den jag var bakom allt mörker.

Vändningen var nära, mycket närmare än vad jag hade kunnat tro. Att bara någon tog sig tid att lyssna, ville hjälpa och som såg min potential gjorde att jag med började tro på mig själv. Livets låga tändes inom mig på nytt och jag förstod att jag är bra, precis som den jag är.

Idag är jag 26 år, jag är gift med en man jag älskar och vi har fått en son. Om några veckor ska de underbara människorna som jobbar på DC ansvara för dopet av vår son. Idag jobbar jag med att hjälpa andra, framför allt unga flickor. Jag vet att det är många som mår dåligt, många som inte vågar söka hjälp, som egentligen bara behöver någon som lyssnar. DC i Norrköping har hjälpt mig till det friska fantastiska liv jag lever idag.

Idag kan jag lova min syster med ett leende, att mig blir du ALDRIG av med. Livet är den finaste gåvan jag fått. Tack DC, tack för att ni finns.

Amelia Hawborn



hej | Där



KERSTIN HOLMBERG

Som fastighetschef i Svenska kyrkan i Norrköping har Kerstin, med sina kollegor på fastighetsavdelningen, det yttersta ansvaret för alla fastigheter och dess underhåll i pastoratet. Vi frågade Kerstin vad som händer med renoveringen av Stadstornet vid S:t Olai i Norrköping.

Renoveringen har genomgått sin första etapp. Vad händer härnäst?

Nu följer en period av slutstabilisering, där tornet får genomgå en säsong med tjäle i marken, för att säkerställa att alla eventuella kvarvarande restsättningar har gjort sin påverkan.

När kommer Stadstornet att vara färdigrenoverat?

Det slutgiltiga renoveringsarbetet planeras under den varma perioden 2022. Då kommer själva fasaden att restaureras. Vanligen behövs en vintersäsong med tjäle i marken först, för att invänta eventuella restsättningar. Därför görs de slutliga putsarbetena på fasaden efter sommaren 2022. Först efter slutgiltigt renovering kan de tre ton tunga kyrkklockorna åter att få ringa.

Om ...

NAMN Kerstin Holmgren
BOR Norrköping
GÖR Fastighetschef