

ALLA FÅR PLATS

Svenska kyrkans verksamhet hösten 2022

*Behöver
du stöd?*

HIT KAN DU VÄNDA DIG

*Mental
träning för
föräldrar*

*Fira stiftets
jubileum
i Domkyrkan*

GEMENSKAP

*Grupper för
alla åldrar,
varje dag*

**VÄND
PÅ TIDNINGEN!**

*Läs Kyrknytt med 16
fullspäckade sidor*

Aktivitetskatalog för Karlstads pastorat samt
Grava och Hammarö församlingar

Svenska kyrkan 

I mötet med andra blir vi till



Nu står höstterminen för dörren och vi får möjlighet att ses mer regelbundet. Visst är kyrkorna öppna även sommartid men för många människor innebär terminerna, med fler och tätare träffar i kyrkan, en återgång till rutiner i vardagen. Körövningen en vardagskväll, öppna förskolan en eller flera gånger i veckan, lunchen med lunchandakt en dag eller kanske meditationen varje torsdagskväll i Domkyrkan.

Oavsett var, när och hur ofta vi ses så är mötet med andra människor viktiga för att vi ska utvecklas och må bra. Vi speglar varandra när vi möts och där någonstans "i spegeln" kanske vi också skymtar Gud.

Kyrkan vill vara en kyrka för alla med plats för gemenskap med Gud och varandra. Så välkommen du också!



Trevligt med nya vänner

Kul att se dig här!

Hej!

Mingelkväll

11/11 kl 18.00

Västerstrandskyrkan

Andakt, mat och underhållning.

ANM: Senast 3/11 till

karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se

Afternoon tea

– med hemlig gäst

9/11 kl 17.00-18.30

Vikenkyrkan

Mottagande av nye domprosten

Söndag 4 september kl 11.00
Domkyrkan

Högmässa och mottagande av nye domprosten Dan Fredriksson. Efterföljande mingel i Domkyrkans församlingshus.



Dubbelt jubileum firas i Domkyrkan

I ÅR FIRAR KARLSTADS STIFT dubbelt jubileum. För 375 år sedan bildades Karlstads stift och för 250 år sedan fick stiftet sin första biskop (läs mer på sid 3i Kyrknyttssdelen). I Domkyrkan firas detta med flera olika evenemang. Detta är ett urval.

STIFTSRESAN Guidning i Karlstads domkyrka med start för 375 år sedan när drottning Kristina signerade ett dokument som gjorde att Karlstad blev stiftsstad.

NÄR: 16/9 17.00 (Kulturnatten) och 17/11 16.00

BARNENS STIFTSJUBILEUM Aktiviteter för barn, öppet hus och bokade grupper.

NÄR: 31/10-2/11 10.00-14.00

FESTMÄSSA Karlstads stift 250/375 år, adventskaffe och glöggmingel.

NÄR: 27/11 11.00

UTSTÄLLNING "Kyrkan och samhället"

NÄR & VAR: 8-16/10, Domkyrkans tornrum

Presenningsikoner

30/10-23/11, Skoghalls kyrka

KONSTNÄREN OCH TIDIGARE DOMPROSTEN Mats Hermansson ställer ut presenningsikoner i Skoghalls kyrka. I bilderna, som är målade på slitna presenningar, möter skönheten och guldet det slitna och härjade.



Drop-in vigsel

Lör 10/9 kl 14.00-17.00

Hammarö kyrka

Ingen förbokning. Kom precis som ni är. Glöm inte giltigt hindersprövning.



MER INFORMATION PÅ HEMSIDAN

På vissa sidor finns QR-koder som du scannar med telefonens kamera. Då kommer du direkt till rätt sida på hemsidan. Du kan också surfa dit själv eller ringa expeditionen 054-14 14 00 om du vill få mer information om något: svenskakyrkan.se/karlstadspastorat

HÅLL DIG UPPDATERAD

På hemsidorna och i appen Kyrkguiden finns alltid den senast uppdaterade informationen. !

Foto: Louise Albrecht, Jocke Lagercrantz, Emmy Lindgren, Marie Lundström, Jessica Segerberg, Øyvind Lund, Alex Giacominini/IKON, Kristin Lidell/IKON, Johannes Frandsen/IKON, Linda Maria Thomppsson/IKON, Linda Mickelsson/IKON, Magnus Aronsson/IKON, Herregud&co/Royne Mercurio



ÖPPEN FÖRSKOLA Under småbarnstiden kan tillvaron hemma ibland upplevas både lite ensam och monoton – för barn och för vuxna. Varje vardag inbjuder flera kyrkor i ditt område till exempelvis öppen förskola där man utan krav kan träffas och lära känna andra barn och vuxna.

Tack du som är medlem och gör det möjligt!



Öppen förskola

Öppen förskola finns på flera ställen varje vardag. Barnen kan leka tillsammans med andra barn och skapa i olika material och med färger. Vuxna träffas och pratar med andra föräldrar. För barn 0–6 år tillsammans med vuxen. Ingen anmälan, kom när ni har lust.

Mån och fre 9.00–13.00 Arkens församlingshem, Hammarö

Mån 9.30–12.00 och 12.30–15.00, fre 9.30–12.00 Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Mån 13.00–16.00 (sångstund kl 14.00), **tors 9.00–13.00** Vikenkyrkan

Mån 13.00–15.30 Alsters församlingshem

Mån 10.00–14.00, ons 11.00–14.00, tors 9.00–12.00 Västerstrandskyrkan

Tis 13.00–16.00, fre 9.00–12.00 Equmeniakyrkan, Molkom

Tis 13.30–15.45 Norrstrandskyrkan

Ons 10.00–12.00 och 13.00–15.30 Grava församlingshem

Ons 10.00–12.00 Mariagården Skattkärr

Fre 9.30–12.00 Kronoparkskyrkan

Barnrytmik

SÅNG IHOP MED RÖRELSE är ett fantastiskt sätt att få ta del av musik med hela sin kropp. Det stimulerar barnets musikalitet, fantasi, motorik och språkutveckling.

Här får föräldrar och barn röra sig och sjunga till musiken och på så sätt skapa trygghet genom samspelet. Anmälan krävs.

Mån 10.00–11.30 6–18 mån, Grava församlingshem

Tis 10.00–11.30 6–18 mån, Grava församlingshem

Tis 10.00–10.45 0–6 mån, Arkens församlingshem, Hammarö

Tis 10.00–10.45 0–6 mån, Familjecentralen Skoghäll

Tis 10.30–12.00 0–10 mån, Väse sockenstuga

Ons 10.00–11.30 6–12 mån, Arkens församlingshem, Hammarö

Ons 11.15–11.45 0–12 mån, Kronoparkskyrkan

Tors 9.30–11.00 0–9 mån, Alsters församlingshem

Tors 9.30 12–18 mån, Domkyrkans församlingshus

Tors 10.00–11.30 6–12 mån, Arkens församlingshem, Hammarö

Tors 11.00 5–11 mån, Domkyrkans församlingshus

Tors 11.00 0–15 mån, Norrstrandskyrkan

Tors förmiddag 0–10 mån, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan



**ALLA KONTAKTUPPGIFTER
HITTAR DU PÅ SIDAN 17**



Riddarskola

Tisdagar efter skolan. Start 20 september
Avslutas med Riddardubbningsgudstjänst 30 oktober
Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Går du i åk 3? Vill du läras upp till riddare i Sankt Görans orden? I så fall är du välkommen att anmäla dig till riddarskolan!

Inför varje dag har vi fått ett brev från Mäster med dagens uppgifter och utmaningar. Barnen – eller djäknarna som de som lär sig bli riddare kallas – övas på olika sätt i riddarens olika goda egenskaper som vänskap, ärlighet eller tålmod. Om djäknarna klarar dagens utmaningar, både praktiska övningar och saker att fundera på och diskutera tillsammans, så vinner de en av riddarens ädla stenar.

När Riddarskolan är slut och alla stenarna är vunna blir djäknarna dubbade under högtidliga former i Kroppkärrskyrkan söndagen den 30 oktober kl 10.00 av Mäster, en riktig riddare i Sankt Görans Orden.

ANMÄLAN: Mirjam Öberg, mirjam.oberg@svenskakyrkan.se

För dig i lågstadiet

Skapargruppen

Pyssel, lek och annat kul. För dig i årskurs 1-3.
Anmälan krävs.

ANM: Charlotte Moberg,
charlotte.moberg@svenskakyrkan.se

NÄR: Ons 16.15-17.15

VAR: Västerstrandskyrkan

Kyrkis

Miniorerna passar dig som går i årskurs 1-3.
Gillar du att träffa kompisar, leka, pyssla, sjunga, spela spel, åka på läger och mycket annat kul är det här något för dig. Alla grupper gör olika saker.

NÄR: Tis 15.45-17.00

VAR: Arkens församlingshem, Hammarö

Buskul

För dig i förskoleklass till årskurs 3.
Anmälan krävs.

NÄR: Mån 16.45-18.30

VAR: Grava församlingshem

Efter skolan

"Minigluggen" åk 1-3. Här kan du leka, pyssla och få hjälp med läxor.

NÄR: För dag och tid se hemsidan

VAR: Västerstrandskyrkan

Musikleik

Barn ca 2-5 år tillsammans med vuxen.
Några tillfällen per termin, håll utkik på hemsidan för mer info.

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan



Minihopp...

... riktar sig till barn mellan ca 0-12 år som har särskilda behov av något slag samt deras vuxna och eventuella syskon. Gemensam enkel middag, aktivitet och andakt. Vi använder oss av bilder och stödtecken.

Är ni behov av andra kommunikationssätt – säg till! Anmälan krävs.

NÄR: 28/9, 5/10, 12/10, 19/10 och 26/10 17.00-19.00

VAR: Norrstrandskyrkan



Skattkistan

Till Skattkistan är alla barnfamiljer varmt välkomna att hämta kläder när det fattas hemma i garderoben och pengarna tryter. Det finns skor och kläder i alla storlekar, lite leksaker och mycket annat som kan behövas. Och det är alltid utan kostnad.

På facebook.com/skattkistan.svenskakyrkan hittar du löpande information.

KONTAKT: Carina Haak, carina.haak@svenskakyrkan.se

ÖPPET FÖR HÄMTNING OCH LÄMNING AV KLÄDER:

Tis och tors 11.00-14.00

VAR: Norrstrandskyrkan

För dig i mellanstadiet

Kreativa Klubben

För dig i åk 4-6. Vi pysslar, bakar, leker eller gör något annat kreativt. Max 15 barn. Anmälan krävs.

ANM: Charlotte Moberg,
charlotte.moberg@svenskakyrkan.se

NÄR: Måndag 15.30-17.00

VAR: Västerstrandskyrkan

The stars

Vi pysslar, bakar, umgås och samtalar om allt mellan himmel och jord, åk 4-6.

ANM: Ia Ojala, ia.ojala@svenskakyrkan.se

NÄR: Torsdag 14.30-17.00

VAR: Alsters församlingshem

Efter skolan

Här kan du leka, pyssla och få hjälp med läxor.

NÄR & VAR: Mån 14.30-16.00, åk 4-6, Arkens församlingshem, Hammarö

NÄR & VAR: Tis 14.30-16.30 åk 4-6, "Gluggen" Västerstrandskyrkan

NÄR & VAR: Tis 15.00-16.45, åk 4-6, Grava församlingshem

Tjejgrupp

För tjejer i årskurs 4-5. Vi pysslar, bakar, äter mellanmål, leker och gör annat kul!
Begränsat antal platser.

NÄR: Tis 15.00-17.00

VAR: Kronoparkskyrkan



Konsten att må bra som förälder

MENTAL TRÄNING för föräldrar med Andreas Kullberg, coach och församlingspedagog.

NÄR & VAR: 4/10 18.30-21.00, Mariagården, Skattkärr

NÄR & VAR: 11/10 18.30-21.00, Väse sockenstuga

Höstpyssel för barn och vuxna

Tis 1/11 10-14

Norrstrandskyrkan



För enastående föräldrar

MÖTESPLATS för ensamstående med barn. Här kan ni hitta gemenskap, bygga nätverk och umgås med barn och föräldrar i samma situation.

Lek och pyssel för barnen, kort andakt, enkel vegetarisk middag, sallad eller soppa. Allt är kostnadsfritt. Anmälan krävs.

NÄR & VAR: Torsdag 17.00-19.00 varannan vecka, Vikenkyrkan



Svenska kyrkans unga

SVENSKA KYRKANS UNGA – SKU är Svenska kyrkans egna barn- och ungdomsorganisation. Vi är ett gäng unga från 13 år och uppåt som träffas varje vecka. Vi har allt från vanligt häng till spännande aktiviteter och utflykter. Svenska kyrkans unga är en öppen gemenskap av unga som vill upptäcka och dela kristen tro. Hos oss är gemenskapen viktig. En gemenskap där man får vara sig själv, troende eller inte. Välkommen du också!

NÄR & VAR: Ons 15.00-20.30 Grava församlingshem

NÄR & VAR: Ons 16.30-20.00 Alsters församlingshem

NÄR & VAR: Tors 19.00-21.00 Västerstrandskyrkan.

Ungdomsbussen...

... finns på Stora torget i Karlstad varje fredag. Där kan du få fika och en pratstund i en skön varm buss. Bakom verksamheten står Svenska kyrkan tillsammans med Karlstads kommun.

Du är alltid välkommen!

NÄR: Fre 22.00-02.00

VAR: Stora torget, Karlstad

Hoppets gäng

– EN GRUPP FÖR UNGA MED FUNKTIONSvariationer

HÄR TRÄFFAS UNGA människor med funktionsvariationer av olika slag och aktiviteterna utformas utifrån deltagarnas önskemål och behov.

Vi fikar, har andakt, är med och planerar och medverkar i gudstjänsten i Norrstrandskyrkan.

NÄR & VAR: Ons 15.00-16.30 Norrstrandskyrkan

Ungdomsmässa

EN MÄSSA SKAPAD för unga men som passar för alla åldrar. Gudstjänsten är enkelt utformad och ungdomar är med och planerar och genomför. Hör av dig om du vill hjälpa till. Välkommen du också!

NÄR: 22/9, 27/10, 17/11 och 15/12 18.30

VAR: Västerstrandskyrkan



KONFA 22/23

HÄNG MED
PÅ ETT HÄRLIGT KONFAÅR!

Ett år med konfa! Nya insikter. Nya kompisar. Nya åsikter och upplevelser. Vi pratar om livet och utmaningarna, kärleken och engagemanget, Gud, dig själv och världen
Alla 14-åringar är välkomna. Du måste inte tro men du behöver vara öppen för nya upplevelser.
Under din konfatid kommer du att utmana dina tankar och känslor och kanske göra saker du aldrig gjort förut.
Våga anta utmaningen att lära känna dig själv, Gud och världen på ett nytt sätt.

Scanna QR-koden med appen i telefonen så tar den dig till webbplatsen



Grava



Hammarö



Karlstad

Vilken religion du än har – eller om du inte har någon religion alls – är du som student eller anställd vid universitetet välkommen till oss i Universitetskyrkan. Hos oss kan du prata om existentiella frågor som identitet, relation, mening, tro, studier eller annat som du har lust att prata om. Vi har tystnadsplikt.



Vi finns här...

3C 306

... om du har lust att träffas för enskilt samtal:

Cristoffer Forssander, präst Svenska kyrkan

054-700 14 92 eller 0768-404 606

cristoffer.forssander@svenskakyrkan.se

Anneli Sandberg, pastor Equmeniakyrkan

054-700 18 03 eller 054-22 44 481

(även sms) anneli.sandberg@kau.se

NÄR: Tisdagar och torsdagar

VAR: 3C 306

Filosofiskt café 2.0

För dig som vill reflektera över livets alla små och stora frågor

NÄR: Tisdag 16.15-17.30 **VAR:** 3C 300

Fredagsmackan

Gratis smörgås, kaffe och te med goda samtal.

NÄR: Fredag 12.00-13.00 **VAR:** 3C 300



HBTQ-lunch

För samtal om allt som känns angeläget att prata om. Medhavd lunch värms enklast i Gläntan innan lunchen som är i 3C 304.

NÄR: 14/9, 6/10, 27/10, 16/11 och 14/12, 12.00-13.00

VAR: 3C 304

Stilla mässa

Välkommen att delta, sitta bredvid, be, vara i stillhet. Stilla rummet är öppet för alla, även denna stund.

NÄR: Tisdag 12.00-12.30

VAR: Stilla rummet

Meditation

För dig som vill gå inåt i stället för utåt. Varva ner i stillhet och tystnad.

NÄR: Tisdag 12.30-13.00

VAR: 3C 304

Kurs i existentiell hälsa

En kurs om hur den existentiella hälsan påverkar vårt välbefinnande.

Vi behandlar åtta dimensioner utifrån WHO:s grundmaterial och Cecilia Meldners forskning av hur existentiella frågor berör vår hälsa. Kursen ges till alla studenter, oavsett livsåskådning. Anmälan sker genom kau.onlinebooq.se

NÄR: 18/10, 25/10 och 1/11 15.00-16.30 **VAR:** 3C 304

ALLA FÅR PLATS I GEMENSKAPEN Alla vardagar, söndagar samt vissa lördagar finns öppna mötesplatser som inbjuder till gemenskap i kyrkorna. Många träffar erbjuder program eller underhållning medan andra tillfällen inbjuder till mer spontana samtal över en fika eller lite mat.

Tack du som är medlem och gör det möjligt att bryta ensamhet!



Gränslösa möten

AGABI – MÅNGKULTURELL MÖTESPLATS

Gemenskap för kvinnor och män.
Mångkulturell språkundervisning.

NÄR: Tis och tors 10.00-12.15

VAR: Kronoparkskyrkan

KLARA SOL KRONOPARKEN

Grupp för kvinnor med olika kulturella bakgrunder. Vi fikar, åker på utflykt och lyssnar på föreläsningar tillsammans.

NÄR: Tis 18.00-20.00

VAR: Kronoparkskyrkan

Samtal & fika

TISDAGSKVÄLL I FÖRSAMLINGSHUSET

En stunds kravlös samvaro med olika teman som musik, quiz, dans, med mera. Det bjuds på enklare förtäring. Öppet för alla. Ingen anmälan.

NÄR: 27/9, 25/10, 29/11 18.00-20.00

VAR: Domkyrkans församlingshus

KULTURCAFÉ

Vi börjar med dagens programpunkt och fikar sedan tillsammans.

NÄR: Onsdagar udda veckor 13.00

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

AFTASKAFFE

Kom och umgås över en kopp kaffe och hembakat.

NÄR: Tis jämna veckor 14.00-15.30

VAR: Domkyrkans församlingshus

MÖTESPLATS VIKEN

Mötesplats öppen för alla och kaffeservering. Vid vissa tillfällen med föredragshållare eller musiker.

NÄR: Tisdagar udda veckor 14.00-15.30

VAR: Vikenkyrkan

LÖRDAGSCAFÉ

Mötesplats öppen för alla. Kom och umgås, lyssna till en berättelse eller ett musikprogram, kaffeservering.

NÄR & VAR: 24/9, 22/10, 19/11 13.00-15.00

Vikenkyrkan

MARIATRÄFFEN

Mötesplats med program/föredrag för daglediga. Sopplunch efteråt.

NÄR: Ons 10.30-11.45

VAR: Mariagården, Skattkärr

GULLVIVORNA

En grupp för alla kvinnor i olika åldrar. Vi pratar om livsfrågor, ibland får vi information om något som känns relevant för gruppen.

NÄR: Mån jämna veckor 14.00-15.30

VAR: Vikenkyrkan

MÅNDAGSTRÄFFEN

En grupp för aktiva daglediga. Program, andakt och fika.

NÄR: 12/9, 10/10, 14/11 och 5/12 10.00-12.00

VAR: Västerstrandskyrkan



TISDAGSTRÄFFEN

Blandat program och fika.

Kroppkärrs församlingskrets i samarbete med Sensus studieförbund.

NÄR: Tisdagar jämna veckor 15.00-17.00

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

TRIVSELTRÄFF

Vi finns för dig som är dagledig. Här inbjuds du till gemenskap, fika, samtal och aktivitet.

NÄR: Ons 10.00-11.30

VAR: Skoghalls församlingshem

**ALLA KONTAKTUPPGIFTER
HITTAR DU PÅ SIDAN 17**

Skapa med händerna

SKAPANDETS LIVSRUM

Livet är en lång vandring där vi passerar olika händelser och rumsmiljöer. Vi delar med oss av vår livsvandring genom att skapa i bilder med olika material och metoder. Avslutar tillfällena med en kort andakt.

ANM OCH FRÅGOR: Anette Sundelin 054-14 19 15

NÄR & VAR: Ons 13-15.30, Norrstrandskyrkan

STICKCAFÉ/ARBETSKRETS

NÄR & VAR: Ons 15.00-17.00 jämna veckor,

Västerstrandskyrkan



SKAPARSÖNDAG

20 november

13.00-19.30

Västerstrandskyrkan

EN DAG MED LEKFULLT OCH OPRENTIÖST SKAPANDE i olika tekniker och material. Vi utgår från söndagens bibeltexter och låter våra alster växa fram. Vi får möjlighet att skapa i meditativ tystnad, men det finns rum även för de som hellre samtalar. Enkel middag, frälsarkransgudstjänst kl 18.00. Vi avslutar med kvällsmacka.

ANM: senast 15/11 till charlotte.moberg@svenskakyrkan.se eller 076-766 19 57

Ange namn, telefonnummer och eventuell specialkost i anmälan.

Stickcafé

9 september 18.00-20.00

Västerstrandskyrkan

Välkommen till stickcafé där vi handarbetar tillsammans med gamla och nya vänner. Andakt, fika och en stickrelaterad klurighet.

ANMÄLAN: senast 1 september till charlotte.moberg@svenskakyrkan.se eller 076-766 19 57

Ange namn, telefonnummer och eventuell specialkost i anmälan.

MÅLARGRUPP

Vi målar, helt kravlöst, bara för att det är roligt. Och vi delar tankar och känslor kring det vi målar.

INFO OCH ANMÄLAN: Maria Stade, 054-14 19 24

NÄR: Ons 13.00-15.00

VAR: Kronoparkskyrkan



Samtal om tro & liv

LIVSSTEGEN

12-stepsprogram för människor utan kemiskt beroende. En samtalsgrupp där var och en söker och utvecklar sin egen potential i trygg gemenskap. Begränsat antal platser.

Info och anmälan: Ann-Charlotte Uggle, 054-14 19 45

NÄR: Torsdagar 13.30-15.00 jämna veckor

VAR: Domkyrkans församlingshus

BIBELSAMTAL

Vi samtalar runt texter, psalmer med mera och utbyter tankar med varandra. Öppna grupper, det är bara att dyka upp de gånger du vill.

NÄR & VAR:

Mån 16.30-17.30 Skoghalls församlingshem

Ons 5/10, 2/11, 30/11, 21/12 17.30-19.00 Västerstrandskyrkan

Ons 17.30-19.00, tors 17.00-18.15 Kronoparkskyrkan

Tors jämna veckor 18.30 (efter mässan) Domkyrkan



Kom och rör på dig

PROMENADGRUPPER

Det är skönt att vandra tillsammans. Samtalet flyter ofta lite lättare och motionen får man på köpet.

NÄR & VAR:

Mån 10.00 Stavgång, fika efter, Grava församlingshem

Mån 13.00 Västerstrandskyrkan

Tis 10.00 Kronoparkskyrkan

Ons 11.00 Promenaden avslutas med gemensamt fika, Norrstrandskyrkan

Hjälp någon annan

INTERNATIONELLA GRUPPEN

I Karlstads pastorat arbetar Internationella gruppen för att jorden ska bli en lite bättre plats att leva på för alla.

Vi planerar och genomför aktiviteter till förmån för Act Svenska kyrkan, SKUT (Svenska kyrkan i utlandet) med mera. Vi ses några gånger per termin och samlar på oss kunskaper samt planerar för olika aktiviteter.

KONTAKT: Marie Lundström, 054-14 19 58
marie.lundstrom@svenskakyrkan.se

Behov av en vän

ENSAM?

Någon ur besöksgruppen kommer gärna och hälsar på eller ringer till dig som bor i Hammarö församling. Och i Alster-Nyedsbygdens församling finns Väntjänst som fungerar på liknande sätt.

KONTAKT:

Hammarö: Johanna Gerdén, 054-51 24 25

Alster-Nyedsbygdens församling:

Danne Helmersson, 054-14 15 05

Ungdomsbussen

Det behövs alltid volontärer för att köra bussen, bemanna den på fredagskvällar eller baka bullar.

INTRESSERAD?

Kontakta Anders Holz,
054-14 14 86,
anders.holz@svenskakyrkan.se

**ALLA KONTAKTUPPGIFTER
HITTAR DU PÅ SIDAN 17**

TEMAKVÄLLAR OM SOCIALA FRÅGOR

Intressant program om sociala frågor och fika.

NÄR: 12/10 och 9/11 18.00-20.00

VAR: Västerstrandskyrkan

BLI VOLONTÄR

Är du sugen på att engagera dig som volontär? Kontakta församlingens/pastoratets expedition så lotsar de dig rätt.



Bokcirkel:

Barnens bästa bibel

Ons 18.00–19.30, Kronoparkskyrkan

Vi samtalar om vad berättelserna och bilderna vill säga oss. Vi fikar och avslutar med andakt.

Begränsat antal deltagare

INFO OCH ANMÄLAN: 054-14 19 26,
margareta.elvenolsson@svenskakyrkan.se



Kyrkohistoria

NYFIKEN PÅ?

Är du nyfiken på Karlstads domkyrkas symboler, konst och historia? Följ med på guidning på olika teman. Ledare: pedagog Sandra Albertus. Begränsat antal platser.

ANMÄLAN: sandra.albertus@svenskakyrkan.se, 054-14 19 60

NÄR & VAR: 22/9, 29/9, 6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 15/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, tider se hemsidan, Domkyrkan



GUIDNING METAKAPELLET

Upplev det vackra Metakapellet och följ med på en efterföljande tematisk vandring på Västra och Östra kyrkogården. Begränsat antal platser.

ANMÄLAN: sandra.albertus@svenskakyrkan.se, 054-14 19 60

NÄR: 8/9, 15/9, 7/10, tider se hemsidan

VAR: Metakapellet, Västra kyrkogården

Man kan lära känna Gud och sig själv på många olika sätt. Stillheten finns redan där någonstans inuti oss och kyrkan erbjuder olika grupper där du, tillsammans med andra, får verktyg att hitta dit.

Te och samtal kring tro & meditation

Kvällsfika där vi kan dela med oss av tankar och erfarenheter, tro och frågor kring meditation. Ibland också en kort inledande introduktion av präst Hans Kvarnström för den som önskar fördjupning.

NÄR: Tors 15/9, 13/10, 10/11 och 8/12
20.00-21.30

VAR: Domkyrkans församlingshus



Balans i livet

Söker du balans, lätthet och inre samling? Sjukgymnast Maria Eklund leder enkla rörelseövningar i den sjukgymnastiska metoden Basal kroppskännedom.

Ta med liggunderlag och ha på sköna kläder. Ingen kostnad.

NÄR: Ons 14/9, 12/10, 16/11 och 7/12
17.30-18.45

VAR: Domkyrkan

HELIGA DANSER

Varje onsdag under terminerna dansar vi Heliga danser. Danserna har enkla steg och är lätta att lära sig. Ibland kallar vi dem helt enkelt för meditation i rörelse.

Gruppen är öppen för alla och det är bara att komma när du har lust!

NÄR: Onsdag 19.00-20.30

VAR: Domkyrkan

Meditation i Domkyrkan

Stillheten finns innanför dig och utanför dig. Den längtar efter dig.

Välkommen att prova meditationens väg, att dela tystnad och stillhet. Vår metod kallas objektlös djupmeditation. Vi använder inga bilder eller ord, utan vår sittställning och andning hjälper oss att finna vilan och att uppmärksamma den stora närvaron.

NÄR & VAR: Tors 19.00, introduktion för nya
18.30, Domkyrkan

PILGRIMSVANDRINGAR

Vandring under tystnad till Bonäsudden, Hammarö, ca 5 km. Kläder efter väder, vattenflaska och eget fika. Arrangeras av Hammarös och Norrstrands församlingar.

INFO: Eva-Lott Isaksson, 054-14 19 01

NÄR: 6/9 17.00-19.00

VAR: Getingberget, Hammarö

PILGRIMSVANDRING I MARIEBERGSSKOGEN

Vi går en sträcka på ca 3,5 km i tystnad. Medtag vattenflaska och kläder efter väder.

NÄR: Ons 7/9 och 14/9 17.00

VAR: Mariebergsskogen, samling vid stora entrén

PILGRIMSGRUPP

Samtal och vandringar med temat andlig växtkraft där vi ger och får näring för vår andlighet.

INFO: Ann-Charlotte Uggla, 054-14 19 45
ann-charlotte.uggla@svenskakyrkan.se

NÄR: Tors udda veckor 15.00-17.00

VAR: Västerstrandskyrkan



Ikonmålarkurs

En ikon är en helig avbildning av bilder med kristen symbolik, vanligtvis på en träplatta. Att måla en ikon kan ses som en gudstjänst eller meditation genom hantverk.

INFO OCH ANM: Boel-Marie Lennartsdotter
boel-marie.lennartsdotter@svenskakyrkan.se,
054-14 14 01

NÄR: 18-20/11, start fredag kl 15.00

VAR: Vikenkyrkan

Retreat – en dag i tystnad

29/10 12.30-18.30 (mässa kl 18.00) Vikenkyrkan

Under dagen har du möjlighet att på egen hand meditera, vila, skapa, läsa, skriva, och gå en egen pilgrimsvandring. Det finns möjlighet till enskilt samtal med präst. Vi avslutar dagen med en mässa i Taizéanda kl 18.00. Lunch och eftermiddagsfika ingår.

ANMÄLAN: Sker via exp på 054- 14 14 00, sista anmälningdag 26/10

FRÅGOR: Kontakta diakon Margit Henriksson, margit.henriksson@svenskakyrkan.se





NÅGOT I MAGEN Varje vardag bjuder minst en av kyrkorna i ditt område in till gemenskap kring frukost- lunch- eller fikaborden. På tisdagar och onsdagar finns det hela fem kyrkor att välja bland där du kan få någonting i magen. Tack du som är medlem och gör det möjligt!



Café & frukost

Mån, tis, tors 10.00 Frukost, inleds med morgonbön, Vikenkyrkan
Tis 9.00 Frukost med mässa, Kronoparken
Tis, ons 13.00-16.00, fre 9.00-11.00 Frukost, Västerstrandskyrkan
Tis 9.00-10.00 Frukost, Skoghalls församlingshem
Tis 10.00-11.30 Trivselträffen, Skoghalls församlingshem
Tis 15.00-17.00 Grava församlingshem
Ons 13.00 udda veckor Blandat program och fika, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan
Ons och tors 11.00-14.00 Norrstrandskyrkan
Fre 10.30-12.30 Våffelcafé, Kronoparkskyrkan
29/9, 27/10, 24/11 11.00-14.00 Våffelcafé, Norrstrandskyrkan

Lunch

Tis 12.00 Inleds med lunchmusik, Norrstrandskyrkan
Tis 12.00 udda veckor Alsters församlingshem
Tis 12.00 jämna veckor Equmeniakyrkan Molkom
Ons 12.00 Lunchandakt 11.50, Kronoparkskyrkan
Ons 12.00 Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan
Ons 12.00 Mariagården, Skattkärr
Tors 12.00-13.30 Lunchandakt 11.45 Västerstrandskyrkan
Tors 12.30 Inleds med lunchmusik i Domkyrkan, Domkyrkans församlingshus
Tors 12.00 Andakt, Skoghalls församlingshem
Tors 11.00-12.30 Vikenkyrkan

All frukost, lunch och fika är kostnadsfri, men lämna gärna ett frivilligt bidrag.

Barn- och ungdomskörer

Föranmälan krävs

Mån 15.30-16.10 Lejonkören 4-7 år, Gröna gruppen, Grava församlingshem
Tis 15.00-16.00 Sång och skoj, åk 1-3 Mariagården Skattkärr
Tis 16.00-16.45 Juniorkören, 10-12 år Arkens församlingshem, Hammarö
Tis 16.30 Diskantkören, åk 4-6 Mariagården Skattkärr
Tis 17.00-17.40 Miniorkören, 7-9 år Arkens församlingshem Hammarö
Tis 17.10-17.50 Lejonkören 4-7 år, Gula gruppen, Grava församlingshem
Ons 13.10-13.50 Väse barnkör, åk F-3 Väse skola
Ons 15.30-16.10 Sångfåglarna, åk 1-3 Västerstrandskyrkan
Ons 16.15-17.00 Musicanterna, åk 4-6, Västerstrandskyrkan
Ons 17.00-18.15 Ungdomskör, 13 år och äldre Västerstrandskyrkan
Ons 14.30-15.15 Krokajo 1, 7-11 år
Ons 15.30-16.15 Krokajo 2, 7-11 år Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan
Ons 16.15-17.15 Ungdomskör, 12-19 år Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan
Tors 15.30 Tonfiskarna, åk 3 och uppåt, Grava församlingshem
Tors 16.30 Änglakören, åk 1-2, Grava församlingshem
Tors 16.30-16.55 Smått & Gott, födda 2015/2016 Domkyrkan
Tors 17.10-17.45 Gott & blandat, födda 2013/2014, Domkyrkan
Dag & tid se hemsidan Solstrålarna, 7-9 år, Nyeds församlingshem
Dag & tid se hemsidan Ungdomskör, 13 år och uppåt, Väse kyrka
Ungdomskör 12-19 år Drivs i projektform, kören träffas och övar några gånger per termin Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

**HÅLL DIG
UPPDATERAD**

På hemsidorna och i appen Kyrkguiden finns alltid den senast uppdaterade informationen.



KÖRGLÄDJE Varje vecka träffas 753 personer – barn och vuxna – för att sjunga i olika körer i Grava, Hammarö och Karlstad. Tack du som är medlem och gör det möjligt.



Vuxenkörer

Mån 18.30 Goba gospel, trestämmig vuxenkör, ledare Marita Schollin, Alsters församlingshem

Första tisdagen i månaden 10.00-11.30 Sångglädje, för 65+, Kom och sjung för att det är roligt, ingen anmälan kom när du har lust, Grava församlingshem

Tis 10.30 Solsångarna, enkla tvåstämmiga sånger, Nyeds församlingshem

Tis 13.30 Norrstrands kyrkokör, fyrstämmig blandad kör, Norrstrandskyrkan

Tis 13.45 Dagkören, blandad kör, Västerstrandskyrkan

Tis 17.00 Kyrkokören Resonans, blandad repertoar, Vikenkyrkan

Tis 18.30-20.00 Nova Cantica, blandad kör, Skoghalls kyrka

Tis 19.00 Vox Maria, damkör 20-40 år, Domkyrkan

Tis 19.00 Grafva kyrkokör, blandad kör, Grava församlingshem

Tis 19.00 Fågelvikskören, damkör, Mariagården Skattkärr

Ons 17.00 Norrtoner, alla kan sjunga-kör, Norrstrandskyrkan

Ons 17.30 VÄSingErs, blandad kör, Väse kyrka

Ons 18.30 Viva Voce, damkör, Arkens församlingshem, Hammarö

Ons 18.30 Nyeds kyrkokör, blandad kör, Nyeds församlingshem

Ons 19.00 Domkyrkokören, blandad kör, notläsningsförmåga krävs, Domkyrkan

Ons 19.00 Väse kyrkokör, blandad kör, Väse kyrka

Tors 9.00 Dagkören Sånglusten (inkl övning, morgonbön och frukost), Vikenkyrkan

Tors 18.30 Kronokören, blandad kör, Kronoparkskyrkan

Tors 18.30 Nova Cantica, blandad kör, Skoghalls kyrka

Tors 19.00 Karlstads motettsällskap, för erfarna sångare, notläsningsförmåga krävs, Domkyrkan

Tors 19.00 Vox Nova, damkör, Grava församlingshem

Tors 19.00-20.30 Vox Humana, blandad kör, Arkens församlingshem, Hammarö

Tors 19.00 Kroppkör, 20 år och uppåt, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Tors 19.00 Västerstrands kyrkokör, blandad kör, Västerstrandskyrkan

Dag & tid se hemsidan Alsters kyrkokör blandad kör

Lunchmusik

KOM OCH NJUT EN STUND av korta konserter med varierade inslag mitt på dagen. Efter lunchmusiken serveras värmande soppa/enkel lunch.

Norrstrandskyrkan Tis 12.00

Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan
Ons jämna veckor 12.00-12.20

Domkyrkan Tors 12.00

Konserter i Domkyrkan

4/9 18.00 Orgelkonsert, Johnny Larsson

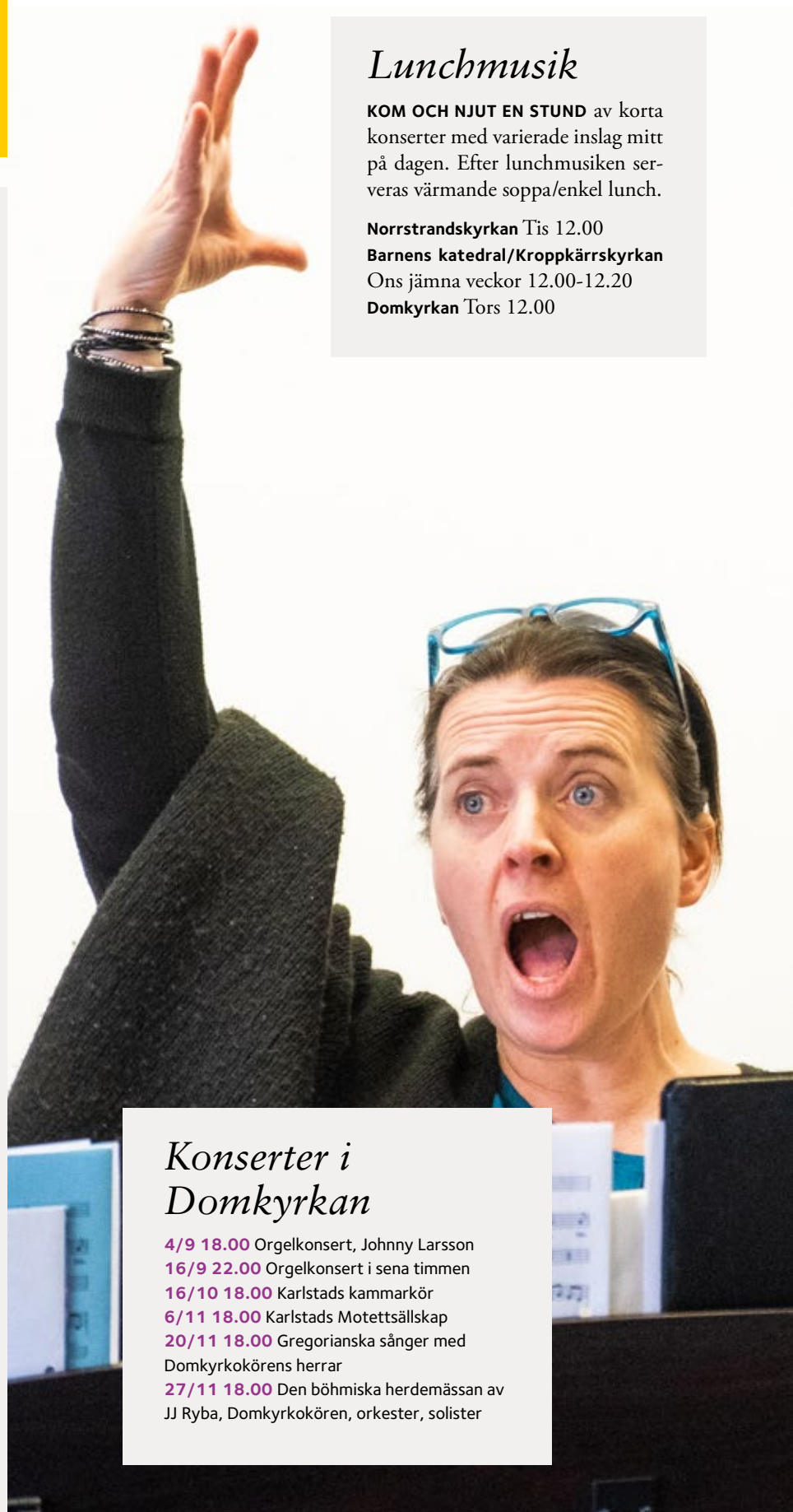
16/9 22.00 Orgelkonsert i sena timmen

16/10 18.00 Karlstads kammarkör

6/11 18.00 Karlstads Motettsällskap

20/11 18.00 Gregorianska sånger med Domkyrkokörens herrar

27/11 18.00 Den böhmiska herdemässan av JJ Ryba, Domkyrkokören, orkester, solister



Behöver du STÖD?

SJÄLAVÅRD Varje kväll och natt finns möjlighet till akut samtals- och krisstöd genom Jourhavande präst. Kontakten sker med telefon, chatt eller digitalt brev. Förra året fick människor själavård genom jourhavande präst vid 115 871 tillfällen. Tack du som är medlem och gör det möjligt!



Jourhavande präst

RING: 112 och tala med jourhavande präst. Öppet 21.00-06.00 varje natt. Både prästen och du som ringer är anonyma.

Akut samtalsstöd

SAMTALSAKUTEN För dig som är i livskris och behöver samtala med en terapeut. Det kan handla om sorg, separation, arbetslöshet, existentiell kris eller andra dramatiska händelser. Första kontakten sker via telefonsvararen.
TELEFON: 054-540 11 00 eller via
E-POST: samtalsakuten@karlstad.se
Du kontaktas så snart som möjligt.

KAST VÄRMLAND vänder sig till dig över 18 år som är boende i Värmland och som behöver hjälp för att du köper sexuella tjänster. Vi erbjuder individuella krissamtal. Den som är anhörig är också välkommen att höra av sig för egna samtal, oavsett om den närstående har kontakt med oss eller inte. Första kontakten sker via telefonsvarare på:
TELEFON: 0200-29 09 00 eller
E-POST: kastvarmland@karlstad.se

Gör skillnad – bli volontär!

I Svenska kyrkan behövs frivilliga insatser – i Grava, Hammarö och Karlstad. Du kan göra skillnad för andra människor och dig själv. Vänd dig hit om du är intresserad:

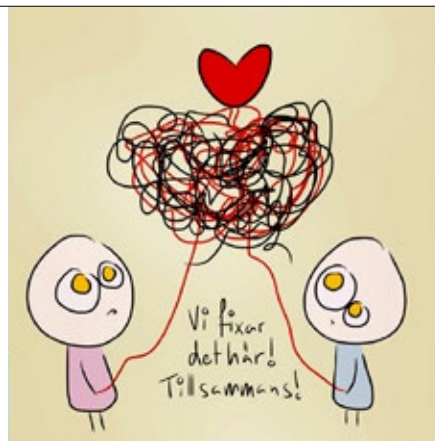
GRAVA
Marie Kronvall, 054-53 62 22
marie.kronvall@svenskakyrkan.se

HAMMARÖ
Johanna Gerdén, 054-51 24 25
johanna.gerden@svenskakyrkan.se

KARLSTADS PASTORAT
054-14 14 00
karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se

Behöver du samtalsstöd?

Du är alltid varmt välkommen att kontakta våra diakoner och präster. Du behöver inte tillhöra Svenska kyrkan för att få hjälp och stöd av dem. Samtalet är kostnadsfritt. Prästernas enskilda själavård omfattas av absolut tystnadsplikt.
RING för att få en samtalskontakt:
KARLSTADS PASTORAT 054-14 14 00
HAMMARÖ 054-51 24 25
GRAVA 054-53 62 20



När relationen inte fungerar

Familjerådgivning innebär att i lugn och ro få samtala med varandra om det som känns svårt. Den är till för familjer, par och enskilda med samlevnadsproblem, kriser och konflikter.
RING: 054-14 14 21

Vikentryggheten

Du som är 70 år och äldre kan på detta sätt nå ökad trygghet. Du ringer en telefonsvarare och meddelar datum, ditt namn och telefonnummer innan klockan 11.00 varje dag i veckan så vet vi att du mår bra. Om du inte hör av dig försöker vi nå dig. Lyckas vi inte, kontaktar vi din kontaktperson.
TELEFON: 054-14 15 39

Sjukhuskyrkan

Sjukhuskyrkan har samtalsmottagning som stöd för patienter, anhöriga och personal. Här kan du få stöttning i de utmaningar du ställs inför i vården.
Vi ordnar också gudstjänst, andakt, dop, nattvard och vigsel.
Du hittar oss på Centralsjukhuset.

SJUKHUSPRÄST: 010-831 53 85
SJUKHUSDIAKON: 010-831 58 04

Barn och unga i sorg

Svenska kyrkan och Region Värmland erbjuder grupper för barn och unga, 7-20 år, som mist familjemedlemmar. Stödgrupp för föräldrar och vuxna syskon finns i närliggande lokal.
ANMÄLAN
E-POST: barnisorg@regionvarmland.se
TELEFON: 010-831 58 04

Sorgegrupper

Kyrkan bjuder in dem som förlorat en vuxen anhörig till samtalsträffar. För mer information:
KARLSTADS PASTORAT 054-14 14 00
HAMMARÖ 054-51 24 00
GRAVA 054-53 62 20

HAR NÅGON I DIN NÄRHET TAGIT SITT LIV?

Träffa andra i samma situation och prata om gemensamma erfarenheter.
KONTAKT: maria.andren@svenskakyrkan.se

FÖR INFO

om hur du tar kontakt med kyrkan för att få stöd, se kontaktsidan sid 17.

Helger som vardagar, i kyrkorna i ditt område firas det ofta och gärna gudstjänst. Du kan finna ett andningshål mitt på dagen på en enkel lunchandakt. Eller gå på gudstjänst för små och stora med mycket fart och fläkt en söndag. Eller besöka en stämmingsfull musikgudstjänst i en av våra vackra landsortskyrkor. Eller något däremellan. Välkommen!

Digitala sändningar fortsätter

DOMKYRKAN

Ord och musik (Facebook – nytt inlägg publiceras varje fredag.) Högmässa söndagar 11.00, livesändning på hemsidan och GLIMT-tv. (Se när du vill fr o m måndag på hemsidan.)

VÄSTERSTRANDSKYRKAN

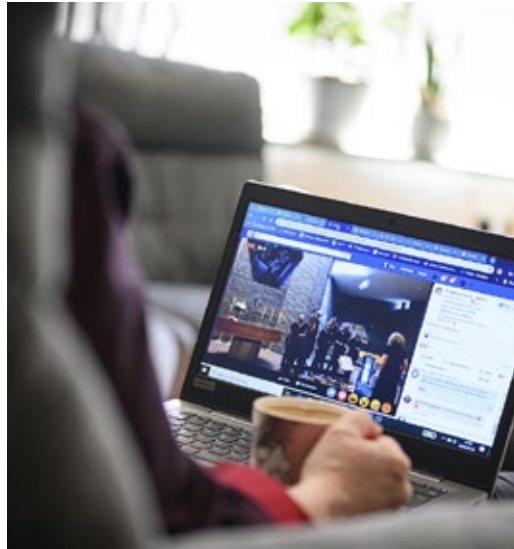
Livesändningar via Facebook. [com/vasterstrandsforsamling](https://www.facebook.com/vasterstrandsforsamling) Titta i realtid eller i efterhand.

Tis 8.30 Var Dags bön

Ons 8.30 Morgonbön

Tors 11.45 Lunchandakt

Sön 10.00 Gudstjänst (utom sista söndagen i månaden då gudstjänsten sänds kl 18.00)



**ALLA KONTAKTUPPGIFTER
HITTAR DU PÅ SIDAN 17**

Gudstjänst med små & stora

Välkommen till en gudstjänst med mycket sång och musik som är lite kortare än vanligt men dubbelt så innehållsrik.

NÄR & VAR:

9/10 15.00 Skoghalls kyrka

9/10 15.00 Vikenkyrkan

11/9, 13/11, 11/12 11.00 Kronoparkskyrkan

18/9, 2/10, 30/10, 13/11, 27/11, 11/12, 24/12 10.00

Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

18/9, 23/10, 27/11, 24/12 10.00 Västerstrandskyrkan

Sinnesrobön

En enkel och kravlös stund med musik, ljusständning och kort bön. Ett tillfälle att hämta kraft i vardagen.

NÄR & VAR: Tis 12.00 Domkyrkan

GUDSTJÄNSTER MED HOPPETS GÄNG

En gudstjänst med nattvard av och med unga människor med olika typer av funktionsvariationer.

NÄR: 25/9, 30/10, 4/12 11.00

VAR: Norrstrandskyrkan

Gudstjänster på finska

NÄR & VAR: 22/10 11.00 Skoghalls kyrka

NÄR & VAR: 3/9, 3/12 11.00 och 25/12

11.30 Hammarö kyrka

NÄR & VAR: 6/12 12.00 Mässa och fest på

självständighetsdagen, Västerstrandskyrkan

NÄR & VAR: 16/12 18.00 De vackraste jul-
sångerna på finska, Domkyrkan



Kyrksöndag för alla åldrar

Starta söndagen i kyrkan. Gudstjänst med små och stora, enklare lunch, pyssel, lekar med mera.

NÄR: 18/9, 27/11 10.00-
14.00

VAR: Västerstrandskyrkan

Frälsarkransgudstjänster

En gudstjänst med utgångspunkt i Frälsarkransens pärlor ofta med sångmedverkan.

NÄR & VAR: 25/9, 30/10, 20/11, 8/12 18.00 Västerstrandskyrkan



TAIZÉMÄSSOR

En enkel gudstjänst med böner, bibelord och sånger som sjungs gång på gång i enkla stämmor, inramat av tystnad och tända ljus. Mässan (gudstjänst med nattvard) är inspirerad av andaktslivet vid klostret i Taizé i Frankrike.

NÄR & VAR:

5/10, 2/11, 7/12 18.00 Vikenkyrkan

7/9, 5/10, 2/11, 7/12 18.30 Alsters kyrka

25/9 11.00, 16/10 och 13/11 18.00, 18/12 11.00

Kronoparkskyrkan

13/10, 10/11 17.30 Nyeds kyrka



Kyrkappen

I Svenska kyrkans app "Kyrkguiden" hittar du alla kyrkors gudstjänster och övrigt program samt även en karta för att hitta dit. Den är gratis att ladda ner och genom den kan du också få påminnelser och spara dina favoriter.

