

N°4 DECEMBER 2022

patos

elle


ETT MAGASIN
OM SMÅTT & STORT
I TROLLHÄTTAN



JULBERÄTTELSE
I FÖNSTERMOSAIK

ANDERS ROHDIN

Får klassiska bilar att bli som nya

Svenska kyrkan 
TROLLHÄTTAN



4

Hon kan sin lokalhistoria
Annika Hjortkap sprider kunskap om Trollhättan förr i tiden



18

Julknäp och korsord
Klurigt inför julen för stora och små



8

Juliga frågor och svar
Vad är viktigast på julbordet och vilken tradition är viktigast?



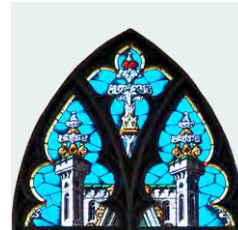
20

I Trollhättan tas klassiska klenoder om hand
Anders Rodhin vårdar en svunnen tid på hjul



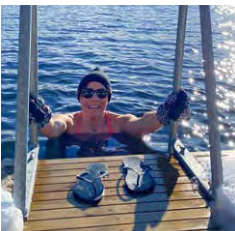
12

Rune minns sin Birgitta
Efter 35 år tillsammans reser han vidare på egen hand



24

Dyrt & heligt i glas
"Herrarnas tillbedjan" förmedlar julens budskap



15

Mössa, vantar och tofflor
Det är vinterbadarens råd för en perfekt upplevelse



26

Lyckas med nyårslöftet
Trenderna och knepen för att hålla det du lovar



16

Möt kyrkans egna pedagoger
Anette och Anna brinner för barn och ungdomar



28

Helgernas stora kalender
Se allt som händer under jul- och nyårshelgen

STRÖVTÅGEN GENOM LIVET

FÖR ETT TAG sedan lyssnade jag på en intervju med Gustav Norén, tidigare sångare i gruppen Mando Diao. För många är gruppen mest känd för sin låt "Strövtåg i hembygden" med text av värmlandspoeten Gustaf Fröding som levde i slutet av 1800-talet och början av 1900-talet. I intervjun berättar Gustav Norén om sin tro, om livet som musiklärare och vad som betyder något. På riktigt. Han säger att av alla söndagar gillar han den tredje söndagen i advent bäst. Två ljus är för symmetriskt på något sätt. Fyra ljus – ja, då är det liksom klart. Men tre – då är man en bra bit på väg, men ändå inte framme. Det finns mycket kvar att göra, samtidigt som ljusen lyser allt starkare.

LÄNGRE IN I intervjun berättar han om vad bönen betyder för honom. Bönen är ett ständigt arbete som pågår i världen. Innan jag går in till klass 7 E ber jag, säger han. "Jag ber och försöker välja kärleken och tålmodet. Jag kan ju inte föreställa mig vad ungarna varit med om. Och förresten, det är inte artisterna som skapar musiklärare. Det är musiklärare som skapar artister".

MOT SLUTET AV intervjun talar han om att följa Jesus. Det är som att känna musik, säger han. Det finns en gudomlig ordning vi behöver lära känna och följa. Det är inte som i fotboll där man kan få rött kort. Det är istället som att ta ett ackord där tonerna harmonierar. Du är fri att spela toner som inte harmonierar, men då vänder du dig ifrån den gudomliga ordningen. Harmonin bryts.

JAG HAR OFTA återvänt till den här intervjun. Jag har återvänt till hans tankar om ljusen som lyser mitt i det som är på väg och ännu inte färdigt. Jag vill också be om ork att välja kärleken och tålmodet i de sammanhang jag lever i. Och så vill jag söka den gudomliga harmonin, tillvarons grundackord.

OCH APROPÅ STRÖVTÅG I hembygden – jag vet inte om Gustaf Fröding var i Trollhättan någon gång. Det har däremot Annika Hjortkap, Rune Johansson och Anders Rohdin med flera varit. Deras strövtåg i hembygden kan du läsa mer om i detta nummer av Patos.

JAG ÖNSKAR DIG en fin advents- och jultid!

HENRIK TÖRNQVIST
Kyrkoherde
Trollhättans församling

A woman with long brown hair, wearing a bright red double-breasted coat, stands in a field of tall grass. She has a somber expression. In the background, a city skyline is visible under a cloudy sky. The text is overlaid on the lower half of the image.

"DU HAR HISTORIEN RUNT OMKRING DIG"

TEXT: ERIK TORSTENSSON | FOTO: AMER KAPETANOVIC



"Det Annika Hjortkap inte vet om Trollhättans historia är inte värt att veta." Det konstaterade juryn när hon fick ta emot stadens kulturpris för fem år sedan. Och hennes resa genom den lokala historien fortsätter.

– Du lär dig mycket om både dig själv och samhället, säger hon.

DET VAR I december 2016 som hon överraskad hyllades med 2017 års kulturpris från Trollhättans Stad, efter att ha lagt ned ett stort jobb på att i olika sammanhang lyfta stadens historia i samband med 100-årsjubileet 2016. Bland mycket annat låg hon bakom Innovatums satsning på förr- och nu-bilder och bildspelet om Spikön som visades på nyårs-afton, jubileumsåret till ära.

Sedan nästan tre år tillbaka driver hon också en egen Facebookgrupp med 3 600 följare, där hon så gott som dagligen publicerar bilder från förr kryddat med fakta och anekdoter om allt från byggnader till idrottshändelser. Idén till Facebookgruppen "Trollhättan genom tiderna" föddes under pandemin, när möjligheten att mötas och dela med sig av historien begränsades.

– Det är väldigt roligt att folk kommenterar och bidrar med

nya berättelser och egna bilder i gruppen. Jag kan ju inte veta allt, säger Annika och skrattar.

Vi träffas utanför Oscarskolan, som numer är Familjehuset och samlar olika kommunala verksamheter. Skolan är inte bara en vacker byggnad utan rymmer också personlig historia för Annika.

– Jag gick i skolan två år här, i årskurs fyra och fem. Och pappa jobbade på Philipsons bilfirma som låg i kvarteret bredvid, berättar hon.

OSCARSKOLAN VID KUNGSTORGET invigdes i augusti 1908 och ersatte Prins Oscars skola, som var tvungen att flyttas för att ge plats åt kraftkanalen från Malgöbron till Olidans kraftstation, som då planerades att byggas och sedan stod klar 1910.

– Då låg Oscarskolan i utkanten av staden och det var ganska gropig och sumpig terräng runt om, så skolrådet begärde att

gångstigen skulle förbättras, berättar Annika.

En bit från skolan passerade tågtransporterna till och från Nohabs industrier på Innovatumområdet.

– På andra sidan kanalen ligger just Olidanstationen, som verkligen tillhör Trollhättans praktverk ur ett historiskt perspektiv, menar Annika.

– Det är den mest fantastiska byggnad vi har, tycker jag. Både hur den ser ut och hur den är konstruerad imponerar på mig. Den är verkligen ett signum för Trollhättan, som jag tycker är en väldigt historiskt intressant stad att leva i. Vissa delar av staden är som ett museum med slussarna och de gamla industrierna som du ser från Oskarsbron. Du har historien runt om dig, konstaterar hon och menar att det alltid är viktigt att ha en levande diskussion om det gamla när det nya planeras i stadsbilden. ►



Olidans Kraftstation kommer högst upp på Annika Hjortkaps topplista över vackraste historiska platser i Trollhättan.

6

– Och förutom delar av centrum så har vi mycket fantastisk historia runt om i naturen. Risveden är en av mina favoriter.

Intresset för historia växte under tonåren.

– Jag gick med i fornminnesföreningen eftersom jag tyckte det kändes spännande att veta

NÄR HON BLEV arbetslös 1994 blev det vägen tillbaka till historien.

– Först städade jag hela huset, sedan bakade jag och lagade mat och började läsa massor av romaner. Som sedan övergick till faktaböcker om svensk historia, berättar hon.

ideell basis. Det är en lokal-historisk skatt som Annika verkligen brinner för att dela med sig av.

– Jag har läst många gamla tidningar och sparar alla uppgifter eller skriver av artiklar, så att det ska vara lätt att söka information i datorn. Vissa dagar gör jag inget, medan jag periodvis kan sitta flera dagar i sträck och skanna bilder och sortera material, berättar hon.

”

TROLLHÄTTAN ÄR EN VÄLDIGT HISTORISKT INTRESSANT STAD ATT LEVA I

mer om vad som hänt här runt oss tidigare. Men sedan kom det av sig lite. Man var ute och roade sig, jobbade och bildade familj och då fanns inte riktigt tiden, berättar Annika, som jobbat som kontorist och med administration i hela sitt liv.

Via en projektanställning hos Gärdhems hembygdsförening fick hon så småningom också en projektanställning på Innovatums bildarkiv, som är fyllt av lokal historia. Annika trivdes som fisken i vattnet och är än idag engagerad i arkivet på

JUST NU BISTÅR hon Innovatums bildarkiv med att göra ett urval och digitalisera det digra bildmaterialet.

– Det kommer nytt hela tiden och det är många pärmar att gå igenom. Historien tar ju aldrig slut, konstaterar Annika.

Hon lyssnar på och följer med stort intresse andra lokala historieberättare, som Lars Myrén och Jonas Lundberg.

Några historiska bilder ur Innovatums bildarkiv

bildarkiv.innovatum.se/fotoweb



Den första loktransporten till Ryssland från Nohab, via Haparanda 2 september 1921.



Saab V4 på väg, eller snarare på räls, från Trollhättans järnvägsstation 1962.



Berggenomgången till verkstadsbron vid Nohab industrier 1910.

– När jag började intressera mig för historia igen, så minns jag att Lars Myrén höll föredrag på biblioteket. Jag gick på samma föredrag flera gånger, eftersom frågorna från åhörarna kunde variera från gång till gång och det gjorde att du fick med dig nya saker hela tiden. Jag har lärt mig väldigt mycket av Lars, som också skrivit flera böcker, berättar Annika.

Ibland bjuds hon in för att hålla föredrag och hon har även fått frågan om att göra små stadsvandringar.

– Jag har aldrig riktigt tyckt om att tala inför folk, men jag har börjat gilla det mer och mer. Helst skulle jag nog vilja skriva böcker, men jag tror kanske att marknaden är lite mättad samtidigt som det är ett ekonomiskt risktagande. ♥

Kultur- och fritidsnämndens motivering när Annika tilldelades Trollhättans Stads Kulturpris 2017:

"Hennes stora kunskap och stora engagemang och hennes beredvillighet att på ett prestigelöst sätt dela med sig av sitt kunnande har gjort Annika Hjortkap till en omtyckt och mycket respekterad personlighet i Trollhättans kulturliv".

Annika Hjortkap

Född: 16 juli 1950 i Göteborg, men flyttade till Trollhättan som ettåring

Bor: Parhus på Lextorp

Familj: Man och en son

Aktuell: Bevarar och berättar om Trollhättans historia och driver Facebookgruppen "Trollhättan genom tiderna" med 3 600 följare.

A hand holding a lit sparkler against a dark background. The sparkler is bright and glowing, with many sparks flying out. The background is dark, making the light from the sparkler stand out.

elle

ÄGGOST, FÖDELSEDAGAR OCH FÖRHOPPNINGSVIS SNÖ

Traditionerna kring jul och nyår kan vara många, eller få. Pyssel och bak redan från advent, eller lite mer spontant när det närmar sig. Ofta är det tillfällen att samla familj och vänner. Eller tid för egen vila och återhämtning. Vi samlas gärna runt god mat och inte sällan finns det rätter som är ett måste på julbordet. Vi frågade Trollhätteborna vilka speciella traditioner just de har inför stundande högtid och för att fira in det nya året.



RAKEL KARLSSON

– För mig är det viktigt att baka pepparkakor. Ibland gör vi det tillsammans några stycken. Vi bakar enligt svärmors recept. Kanske provsmakar vi någon, men annars börjar vi äta av dem och bjuda på dem på Lucia.



HÅKAN ANDERSSON

– Jag har inte så många speciella traditioner. Den traditionen jag har är att besöka mina föräldrar och vara hos dem på jul.



YOUNUS MAHMOOD

– Jul och nyår firar jag aldrig ensam utan med familj och vänner. I Irak, där jag kommer från, firas nyår med mat, tårta och fyrverkerier, väldigt snarlikt som i Sverige.



BJÖRN OLAUSSON

– Traditionen kring jul är att jag fyller år den 25:e december, så då blir det födelsedagsfirande. Jag försöker hålla isär jul- och födelsedagsfirandet. I familjen har vi många olika firanden kring jul då även svärmor fyller år, den 23:e. Julfirandet är nog väldigt traditionellt.



ANKI OLSSON

– Över jul och nyår brukar vi åka upp till mina föräldrar i Orsa i Dalarna och där äter vi god mat och umgås med släkt och vänner. Vi är mycket ute i naturen ... förhoppningsvis i snön. Några brukar gå på midnattsmässan eller julottan. Oftast blir det midnattsmässan.



CARINA KENDES

– Första advent går jag all-in. Då börjar julen för mig. Jag lägger in sill och bakar vörtbröd. Vi firar jul på julafton med min familj, och så firar vi jul en gång till på juldagen med makens familj som är katoliker. Och däremellan tittar vi alltid på Midnattsmässan på TV.



EMELIE BOQVIST

– Jul är en viktig högtid för mig där jag vill ha ett firande med de närmaste. Julen ger mig en sådan härlig lyckokänsla. Julpyntet kommer upp efter en storstädning som sker i anslutning till första advent. Runt andra-tredje advent huggar vi vår egen gran. När jag var liten firade vi alltid hos mormor och morfar men de senaste åren har de blivit så gamla, att vi försökt starta en ny tradition där syskonen samlas med våra föräldrar hemma hos oss. Mormor och morfar firar tillsammans med min moster. Nyår är däremot lite mer spontant men oftast firas det ihop med kompisar.



MARIA HÅKANSSON

– Det första jag tänker på är att jag inte vill vara utan rödkål. Julklappar, tomt och att få vara tillsammans är andra viktiga saker för mig. Som barn fick jag julklappar i julstrumpan, som tomtens kommit och lagt dit på natten. Den traditionen vill jag nu överföra till mina barn. På nyår brukar vi sedan träffa vänner och äta god mat.



ELINOR NORDH

– Jag måste göra äggost, eller skörost som vi kallade det förr. Min svärfar och mina barn vill absolut ha det till jul. Jag har ett recept som följt mig sen barnsben och jag gör det i en riktig träform. Äggosten serveras på julbordet. Några äter den med sill eller köttbullar och några äter den med sylt och grädde.

EN HELGONFÖRKLARAD HELG DÅ LJUSEN HJÄLPER OSS ATT MINNAS

TEXT: ERIK TÖRSTENSSON | FOTO: AMER KAPETANOVIC

Det är alltid en mäktig syn när Håjums begravningsplats lyses upp av tiotusentals ljus på alla helgons dag. Den 5 november 2022 var inget undantag. Besökarna bjöds på glögg och i Hoppets kapell hölls en minnesgudstjänst med kören Harmoni samt två minnesstunder med sång av Ylva Hasselberg. När mörkret föll växte sig ljuset allt starkare.

– Ljusen börjar tändas redan tidigare under veckan då många besöker gravarna och gör fint inför helgen. På samma sätt förbereder vi och ser till att både Håjums och Götalundens begravningsplatser är extra väl i ordning. På lördagen är det alltid flest besökare och även om det kan vara ganska trångt och mycket bilar på framför allt Håjum så brukar det flyta på rätt bra, utan att vi behöver dirigera trafiken och stänga av vägar. Men det är något vi ändå ser över för att det ska flyta smidigt och vi har också personal på plats under lördagen, berättar kyrkogårdschefen Frank Thorén Hall.

ALLA HELGONS DAG firas alltid lördagen mellan 31 oktober och 6 november. Ursprungligen är det en festdag för just helgonen. Alla sjäalars dag infaller söndagen efter då det traditionellt är den dag då vi minns och hedrar våra döda närstående, men alla sjäalars dag och alla helgons dag hör ihop: När vi minns helgonens liv kan vi också få tänka på våra egna närmaste, som har gått före oss. Temat för söndagen är Vårt eviga hopp, som ska påminna oss om att sorgen har en guldkant; hoppet om det eviga livet hos Gud.





elle

"JAG ÄR SÅ GLAD FÖR DEN TID VI FICK TILLSAMMANS"

Båda var nyskilda när gnistan tändes.

– Vi träffades i kyrkokören och blev ett par, men vi gifte oss aldrig och fortsatte att vara särbos hela livet, berättar Rune Johansson om sin älskade Birgitta, som dog för två år sedan. Han går till graven så gott som varje vecka och han njuter av det vackra när alla ljusen brinner under Allhelgonahelgen.

ALLHELGONA ÄR DEN tid på året då vi tillsammans påminner oss om att döden finns, och drabbar oss alla. Men det är också en ljus helg. Att vandra genom blommor och brinnande ljus på begravningsplatserna är en stark upplevelse - och oerhört vacker. Även på Håjums och Götalundens begravningsplatser är det alltid extra förberedelser både estetiskt och praktiskt för att ge de tusentals besökarna en så fin upplevelse som möjligt. Det är helgen då många familjer samlas och umgås och där ljusständningen vid de anhörigas gravar blir något som för oss samman.

Rune Johansson, 83, tillhör en av alla självklara Allhelgona-besökare, men han är en flitig besökare på Håjum även övriga delar av året.

- Både min mor och far ligger begravda här, och så har jag Birgitta i Askgravplatsen Ekgläntan. Det är så fantastiskt fint här, säger han när han tar oss med till Birgittas sten med den fina namnplattan, som sitter i en av tre runda större stenformationer i Ekgläntan. Mitt i varje cirkelformat askgravsmonument finns ett verk i smide, designat vid Stenebyskolan i Dals Långed, som Trollhättans kyrkogårdsförvaltning har ett mångårigt samarbete med.

DAGEN TILL ÄRA, den 13 oktober 2022, skulle Birgitta Husell ha fyllt 83 år. Rune har med sig fem varmröda rosor, som han placerar i vasen vid Birgittas gravplats.

- Vi var lika gamla Birgitta och jag, och hon fick uppleva sin 80-årsdag. Det känns bra, även om 80 år idag känns för tidigt att gå bort, konstaterar Rune. Han har långsamt vant sig att leva utan sin kärlek, som dök upp i hans liv för 35 år sedan i Kyrkans hus där Trollhättans kyrkokör repeterar.

- Hon var en glad tjej och när vi träffades hade vi båda just separerat och båda hade familjer. Jag hade två barn och hon hade tre och även när vi blivit ett par så bestämde vi oss för att fortsätta vara särbos. Så vi träffades på helger och reste

mycket ihop. Vi var nästan som gifta, berättar Rune och ler.

Resorna tog paret över hela världen och många av alla reseminnen finns samlade i den bok fylld av bilder som Rune lät göra efter Birgittas bortgång.

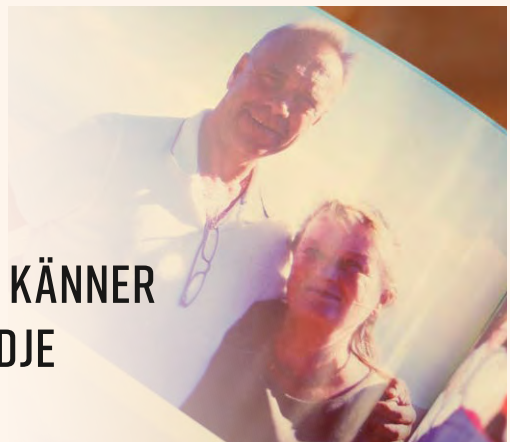
- Den ger mig en sådan glädje varje dag och jag har den på köksbordet hemma i lägenheten, säger han och tar oss snabbt med på en rundresa till bland annat Mexico, Kina och Egypten. Kultur och äventyrliga strapatser har genom åren varvats med sol- och badresor.

BIRGITTA OCH RUNE njöt av varandras sällskap och de gemensamma upplevelserna blev bara fler och fler för varje år. Till vardags jobbade Birgitta som lärare. Rune har varit säljare på Nolato Cerbo i 40 år och reste mest i Sverige, men även i Europa med uppdrag att sälja emballageteknik och läkemedelsförpackningar.

- I och med att vi fortsatte vara särbos så tror jag att vi bevarade den där gnistan på ett speciellt sätt. Vi tröttade aldrig ut varandra med diskussioner om vardagens små bekymmer, funderar Rune, som vid sidan av jobbet länge varit aktiv som förtroendevald inom kyrkan.

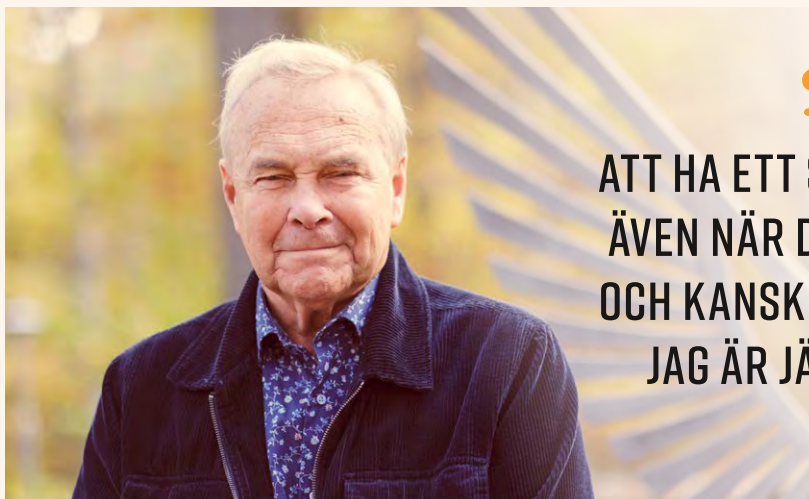
- Jag kan kanske inte säga att jag är särskilt djupt troende, men kyrkan för mig har en viktig roll som mötesplats och jag ser allt gott som den gör för så många. Det är det som driver mig i mitt engagemang. Och med trons ögon kan man se mycket, säger han och beskriver hur han varje gång ser sina föräldrar och Birgitta när han besöker Håjum begravningsplats.

- När jag är här hos Birgitta känner jag bara en sådan glädje och jag är så glad för all den tid vi fick tillsammans. Jag tror att hon har det bra där hon är nu. ▶



”

**NÄR JAG ÄR HÄR HOS BIRGITTA KÄNNER
JAG BARA EN SÅDAN GLÄDJE**



”

ATT HA ETT SAMMANHANG ÄVEN NÄR DU BLIR ÄLDRE OCH KANSKE ENSAM TROR JAG ÄR JÄTTEVIKTIGT

ATT FORTSÄTTA SJUNGA i Trollhättans kyrkokör och Seniorskören och vara med i Trollhättans kyrkas verksamhetsråd, har blivit än viktigare efter Birgittas bortgång. Liksom att fortsätta vara med och bemanna Svenska kyrkans Fair Trade-shop på Kungsgatan, som är en mötesplats för många ideella inom kyrkan.

– Det är lätt att bli sittande hemma ensam, men jag har fortsatt söka mig ut och kanske är det från mina föräldrar eller i mitt jobb som säljare under alla år som har lärt mig att försöka ha en positiv grundinställning. Jag har även väldigt trevliga grannar och vi har en fin innergård där vi träffas och grillar på somrarna, berättar Rune.

DEN 18 MARS 2020 är dock ett mörkt datum. Det var då han väntade på samtalet från sjukhuset om att Birgittas hjärtklaffsoperation gått bra och att han kunde komma och hälsa på henne.

– I stället ringde de och berättade att Birgitta hade avlidit på operationsbordet. Hon hade haft det väldigt jobbigt med hjärtat den sista tiden och nu skulle hon antligen få det åtgärdat, men det blev inte så, säger Rune.

Dagen efter vi ses på Håjums begravningsplats ska han på egen hand åka till Stockholm och gå på Tommy Körbergs konsert. Och han är fortsatt aktiv i Nolato Cerbos veteraner som bland annat arrangerar resor för tidigare medarbetare.

– Just det där att ha ett sammanhang även när du blir äldre och kanske ensam tror jag är jätteviktigt. Inte minst för oss män som kanske inte har samma nätverk utanför jobbet som många kvinnor har.

HAN HADE ETT stort stöd av barn och barnbarn när Birgitta gått bort och begravningen blev jättefin.

– Det var under pandemin, så vi kunde inte ha någon större minnestund. Vi väntade först ett år med asknedsättningen och ytterligare ett år med att anordna en separat minnestund i Kyrkans hus med familj, grannar, vänner och släktingar. Det var så roligt att få träffa alla igen och minnas Birgitta, säger Rune om träffen med nära och kära. I samma hus där Birgitta och Rune en gång fann varandra.

Asknedsättningen vid Ekgläntan med släkt, vänner och familj är också ett varmt minne.

– När ett av Birgittas barnbarn tittade på de stora vingarna i smide som finns här så sa hon: "Titta, där är vingar som mormor kan använda för att flyga till himlen med". Det är något jag ofta tänker på och som gör mig rörd varje gång jag kommer hit. ♥





ULRICA SJUNNESSON

TEXT: MATILDA ANDERSSON



Foto: Privat

Vi ringde till Ulrica Sjunnesson, en inbiten vinterbadare som inte tvekade att doppa sig under Julbadet på Gräsviken förra året. Och som gärna badar minst en gång i månaden hela året om.

Hur kommer man på idén att bada när termometern visar minusgrader?

– Det började egentligen med att jag och några träningskompisar bestämde oss för att bada utomhus en gång i månaden hela året. Vi tränar nämligen triathlon och börjar träna simning ute redan i maj för att hinna innan tävlingssäsongen drar igång. Jag har verkligen märkt att badet hjälpt mig i min träning, det är inte alls lika jobbigt för kroppen när det är dags att påbörja träningen på våren. Det blir tredje vintern för mig i år.

Fryser du aldrig?

– Aldrig, får jag bara en varm handduk och sedan kläder på mig fort så är det ingen fara. Det är svårt att förklara vad som händer i kroppen, men den vänjer sig och anpassar sig jättefort. Jag tror verkligen man måste prova för att förstå. Många vill ju gärna bada bastu både innan och efter, och kanske ta något varmt att dricka, men för mig behövs inte det, jag blir varm ändå.

Har du några tips till en ny vinterbadare?

– Mössa, vantar och tofflor är mitt bästa tips. Mössa på huvudet, det behöver du inte doppa under vattnet. Vantar för att kunna hålla i stegen när du kliver i och ur, och tofflor att trampa på direkt du kommer upp

för att inte behöva kliva i snö och is. Det är också bra att försöka vara i vattnet i minst 30 sekunder, så att kroppen hinner vänja sig. Det är svårt i början men nu är jag i, i nära två minuter så det går.

Träffar vi dig på Julbadet på Gräsviken i år?

– Jag var faktiskt där av en slump förra året, det var jätteviktigt och många vinterbadare på plats. Jag badar ofta där annars också då bryggan ligger i hela året och det är mycket möjligt att jag tajmar in det även i år.

Julbada på Gräsviken

18 december 2022 kl. 13.00–16.00



I den andra delen av Patos serie *I kyrkans tjänst* möter vi kyrkans pedagoger Anette Melander, Anna Ristorp, Roos-Marie Oskarsson och Christian Åkervall.



RUTINERADE PEDAGOGER MED UNGT FOKUS

Att vara pedagog i Svenska kyrkan innebär ofta en roll med många varierande arbetsuppgifter. Anette Melander och hennes kollegor har ett stort fokus på barn- och ungdomsverksamheten och möter bland annat många konfirmander.

- Att jobba med ungdomar idag innebär att du har ett samtal som pågår hela tiden, säger hon.

Anette syftar på den ständigt pågående kommunikationen som finns via chattar och sociala kanaler.

– Det finns otroligt många fördelar med det och jag kan i min roll få en annan kontakt och dialog även med dem som kanske inte alltid känner att de vågar öppna sig i en större grupp. Samtidigt får jag som vuxen en inblick i den snabba och omfattande flora av intryck, meddelanden och kontakter som den yngre generationen lever i

idag. Och som ibland kan upplevas stressande för många, säger Anette.

Hon har sin utgångspunkt i Kyrkans hus mitt i stan, precis som kollegan Anna Ristorp. Men mest tid tillbringar församlingens elva pedagoger ute i verksamheterna eller på besök i stadens skolor. Platsmässigt har de också sina utgångspunkter även i Lextorps, Skogshöjdens och Götalundens kyrka.

Bild t v: När Anette och Anna träffar sjätteklassarna och pratar om begravning och sorg väcker det mycket tankar, resonemang och känslor.

– Vi är ett starkt team med många olika bakgrunder och med olika fokus i våra uppdrag. Från babyrytmik till konfirmandarbete, påpekar Anette, som nu är inne på sitt 23:e år som utbildad församlingspedagog.

JUST UNDERVISNING ÄR ett huvuduppdrag i pedagogrollen. Som en del i skolornas religionsundervisning erbjuder Svenska kyrkan bland annat att berätta mer kring påsken och julen och varför vi firar den.

– Antingen kan vi komma ut till skolorna eller också kan eleverna komma till oss, säger Anna Ristorp, fritids- och ungdomsledare. Hon har tidigare bland annat jobbat på Radio Väst innan hon började som församlingsassistent i Vänersborgs Väne Ryrs församling och sedan fortsatte utbilda sig i pedagogrollen.

När vi träffas i Skogshöjdens kyrka en regnig oktobertisdag så har Anna och Anette just avslutat en första halvtimmesträff med sjätteklassare från Skogshöjdens skola. En ny klass är på väg för att prata om döden, begravning och sorg. Det är en del av arbetet inför Allhelgona.

– Det är fantastiska möten med många frågor och mycket känslor både för oss och eleverna. Varje träff blir unik eftersom frågorna och elevernas erfarenheter av döden skiljer sig åt, säger Anna.

BIBELÄVENTYRET ÄR ETT annat återkommande initiativ som erbjuds i årskurs fyra och fem.

– Vi erbjuder sammanlagt sex tillfällen där vi pratar om Gamla Testamentet och Nya Testamentet. Det handlar om vad bibeltexterna betyder i praktiken i vår egen vardag här och nu och i allt vi gör utgår från läroplanen. De senaste åren har vi nog träffat 80-90 klasser sammanlagt. Det är mycket dialog och rollspel, så det är inte så att vi står och pratar bara, understryker fritidsledaren Christian Åkervall och får medhåll av sin äventyrskollega Roos-Marie Oskarsson.

I hennes roll som pedagog ingår också mycket verksamheter riktade mot de allra yngsta i form av exempelvis sång- och babyrytmik.

– Jag trivs väldigt bra med det, medan andra är bättre på att möta de äldre ungdomarna, konstaterar Roos-Marie.

Det mer mångkulturella samhället visar också att exempelvis muslimska barn och ungdomar

Tidigare artiklar i serien

Patos #3 2022: Kyrkomusikerna Elina Bomström och Anton Hasselberg



Roos-Marie och Christian planerar nästa omgång av Bibeläventyret.

oftast har en starkare relation till och större medvetenhet om religionens roll och högtider.

– Det öppnar också för väldigt bra reflektioner och diskussioner, konstaterar Anna Ristorp.

Även på Magnus Åbergsgymnasiet har kyrkans pedagoger blivit ett väldigt uppskattat inslag i elevernas vardag.

– En tisdag i månaden är vi på plats på MÅG och bjuder på frukost. Det har vi gjort i snart fem år. Det är bara ett sätt för oss att visa att vi bryr oss och vi finns som extra vuxna om någon vill prata, säger Anette. ♥

3 vägar till jobbet som församlingspedagog

1. Lärarexamen omfattande lägst 180 högskolepoäng eller annan högskoleexamen varav 90 poäng är pedagogik/didaktik/ utbildningsvetenskap.
2. Fritidsledarutbildning från folkhögskola kompletterad med utbildning från universitet/högskola.
3. Arbetslivserfarenhet från församling inom barn och ungdom kompletterad med utbildning från universitet/högskola enligt behörighetsreglerna.

Obligatoriska studier vid Svenska kyrkans utbildningsinstitut

Efter avslutad fackutbildning går du en pastoralteologisk utbildning för församlingspedagoger vid Svenska kyrkans utbildningsinstitut. Studierna omfattar två terminers studier på helfart eller fyra terminer på halvfart, distans. I utbildningen ingår bland annat åtta veckors praktik i en församling.

HULLER-OM-BULLER

Kasta om bokstäverna och fyll i de rätta orden.
Vilket lösenord får du fram av de markerade bokstäverna?

Ledtrådar:

1. En sådan berättade för herden om Jesusbarnet
2. Brukar vi baka till jul
3. Öppnar vi luckor i fram till jul
4. Tänder vi varje söndag i advent
5. Han föddes på julen
6. Kommer med ljus i sitt hår 13 december

1. GLÄNE _ _ _ _

2. PAKRPOPKEAR _ _ _ _ _ _ _ _ _

3. SEDLEETAKANNDRV _ _ _ _ _ _ _ _ _

4. ULJS _ _ _

5. JUSSE _ _ _ _

6. CALUI _ _ _ _



**MEJLA RÄTT LÖSNING TILL OSS TILLSAMMANS MED
DITT NAMN OCH DIN ADRESS SENAST 13 JANUARI 2023.**

ANGE "BARNPYSSEL" I ÄMNESRADEN.

Först dragna rätta svaret ger ett presentkort på familjebiljett på Innovatum. Därefter ger de följande fem rätta svaren var sitt presentkort á 100:- i Fair Trade Shop.

Vinnare från Patos nr 3

Barnpyssel

1:a pris – Presentkort på familjebiljett på Innovatum: Arvid Lindström

2:a pris – 100 kr Fair Trade Shop: River Fässberg, Leia Torvad, Magnus Lindahl, Olle och Theo Hall, Majah Alsgren

Patoskrysset

200 kr Fair Trade Shop: Margareta Ahlberg

100 kr Fair Trade Shop: Knut Fredriksson, Brita Schultz, Agneta Gottfridsson, Ulla Algotsson

Samtliga vinnare har meddelats.

VINTER- KRYSSSET

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

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

13 JANUARI 2023
VILL VI HA DINA
LÖSNINGAR

Skicka via mail:

patos@svenskakyrkan.se

Skicka med post:

Svenska kyrkan, Patoskrysset
Box 161
461 24 Trollhättan

Märk kuvert/vykort med
"Patoskryss"


Lämna in ditt svar:

Kyrkans Hus, Drottninggatan 42

För att du ska vara med i dragningen
behöver din lösning ha inkommit till
oss senast 13 januari.



Vinst av presentkort på Innovatum kommer med posten. Vinst av presentkort på Fair trade shop hämtas i butiken på Kungsgatan 22 i Trollhättan.

								Korsordskonstruktör: Lars-Göran Sjöhi ©	FYLLA ELLER LYCKO-TILLSTÅND	GJORT SLUT PÅ I ONÖDAN	HÅLLER UNDER VATTEN	SKÄMTA IRONISKT	UTSÖKTA	BRÄNSLE	JAKT-SLOTT	KOMPIS TILL NALLE PUH
								DEN HETER VULPES VULPES PÅ LATIN								
								AVLÄGSNA	2							
								PLACERAS ELLER STOPPAS AV JAKTHUND								
								KÄNNA SIG	F.D. STÅLVERK I LULEÅ ELLER KANSKE SKATTAR ELLER ÄR FÖRSIKTIG MED					MULTIPEL SKLEROS	ROVDJUR	
								MAN						REDSKAP		5
														LÄTTRÖKT KORV		
TRANSPORTFÖRETAGET									SKÄR ELLER VAJA							
SLOGS IHOP MED CHELSEA	GÅR															
	NEDSATT SPRÅKFÖRMÅGA															
Bild: Bricka från www.katarinahamilton.se																
RÄTTEN ATT UTTRYCKA SIG	VISA MEDLIDANDE MED ELLER FUTTIG	GÅNGART HOS VISSA HÄSTAR	UTARBETADE	FOSFOR	TERRÄNGBIL	PYTON DE SES VID JAKT & PÅ CYKEL		UPPSLAG ELLER SOVPLATS	POJKNAMN EN SLAGS KORSNING							
DE JOBBAR MEST PÅ VINTERN																
				1			SALTAT ELLER ÄLSKAT		ELDSTAD							
KORT	3						VILL MAN INTE HA I KASSAN		HONA							
					SÅ KAN 8 SKRIVAS		IDROTTSKLUBB		PLIRAT							
					NYA			KAN HAKA								
								BLOMMA & BILMÄRKE	6							
GRABBAR ELLER HAJAR	SEGERBYTET															
	SLADD OCH PLATS ATT PLACERA SAKER I							PLATS FÖR VÅRD	RIKTNING							
FRAMSTÄLLER GENOM ATT LÅTA FLYTANDE MASSA STELNA	BÄRGA SÄD			PLATS MED BLOMMOR				ÅR DET AV SOM ÄR SKADLIGT	MÖJLIGHETERNA							
	SVINDEL			FARKOST ELLER IDÉ	SJUTTON				STOJ							
						LITE GARN ELLER HÅR			DRYCK ELLER VIRKE							
						SJUKDOM & BRÄNSLE			NEGATIVT SVAR							
MARKNADSLÅGE FÖR HELA JORDEN	4								KROPPSDEL							
BRÄNNA				DE SÄLJER KAKOR ELLER UT-HÅLLIGHETEN					FUNGERA							
									JAMES BONDS CHEF							
SLÄKTGRUPPEN				LÖVTRÄD		SÅFRAMT ELLER FÖRBI		UTAN STÖRRE SKILLNADER								

NYCKELORD ▶

1 2 3 4 5 6 7

HÄR FÅR RULLANDE KLASSISKA KLENODER GLÄNSA IGEN

Redan som fyraåring drabbades han av Rolls-Royce-sjukan. Idag, 60 år senare, brinner Anders Rohdin fortfarande för att vårda och väcka liv i gamla klassiska bilmodeller. Verkstaden i Trollhättan är världsberömd. – Att se en gammal bil förvandlas och bli som ny är en fantastisk känsla, säger grundaren.

Sportbilen Mercedes-Benz 300 SL, som tillverkades av den tyska biljätten 1954–1963, är ett av flera exempel utöver de brittiska premiummärkena Rolls-Royce och Bentley, som tas om hand av Rohdins Classic Cars i Trollhättan.

elle

DENDÄR "SJUKAN" i barndomsåren slog till när grannpojken fick en leksaksbil av det klassiska engelska bilmärket Rolls-Royce, som oftast förknippas med kungligheter och filmstjärnor. Anders förstod att just det märket var något speciellt när kompisens bil absolut inte fick användas i sandlådan, utan bara köras varsamt inomhus.

Fascinationen, kunskapen och intresset har genom åren bara växt och idag kan Anders i princip allt som går att veta om såväl Rolls-Royce alla modeller som systemmärket Bentley, som spelar i samma liga. På ett år passerar upp emot 200 bilar för service och underhåll hos Rohdins Classic Cars på Industrivägen, även med inslag av andra märken som Jaguar, Mercedes och BMW.

Här jobbar just nu fem mekaniker som har samma brinnande intresse för veteranbilar och klassiska märken som Anders har.

– Jag började själv på Volvos bilverkstad som 18-åring ett stenkast härifrån. Så det känns lite som att cirkeln är sluten, säger Anders.

Han dyker mer än gärna ner under huven på rariteterna som kunderna lämnar in.

– Tyvärr hinner jag inte göra det så mycket idag, men nästa år när jag fyller 65 så tänkte jag avsätta en dag i veckan för att vara i verkstaden och bygga ihop min egen Bentley, som ligger nedpackad i lådor.

Även om hans företag ägnar sig åt premiummärken och kunderna i regel har en del tillgångar på kontot, så är just pengar den minsta drivkraften för Anders Rohdin.

– Det har varit många upp- och nedgångar under åren och att tjäna en massa pengar är ointressant för mig personligen, men självklart måste jag se till att företaget går runt. Det vi lever

på i första hand är löpande service. När vi får in bilar i riktigt dåligt skick, som ibland bara har ett skal, så kan vi lägga tusentals timmar på dem och det är svårt att ta betalt för all den tid vi lägger ner. Men det är fantastiskt att se förvandlingen och glädjen hos ägarna när vi gör deras klenoder som nya igen, säger Anders.

En rundvandring i lokalerna som tidigare var yrkeshögskolan för fordonsutbildning, är en resa där varje fordon har sin egen historia. Här står bland annat tennislegenden Björn Borgs tidigare Rolls-Royce i guld, som nu ägs av en schweizisk företagsledare.

– Han vill göra en omfattande ombyggnad och slutnotan blir nog runt fem miljoner, avslöjar Anders.

Bistrare tider och en mer orolig finansiell marknad märks dock även i den här branschen.

– En del pausar sina projekt tills det ekonomiska läget har stabiliserats, men det löpande arbetet med service och underhåll rullar på så här långt.

I Sverige finns omkring 1 850 klassiska Rolls-Royce och Bentley. I Norge omkring 200 och i Danmark ungefär 250.

– I Norge och Danmark har de lyxskatt på den här typen av fordon, men det har vi inte i Sverige. Jag har kontakt med åtminstone 1 000 av bilägarna i Norden och när vi arrangerar Garageträffen varje år så kommer många av dem hit till Trollhättan. Det är en höjdpunkt, säger Anders och visar oss in i verktygsrummet där väggarna är fyllda av glänsande och minutiöst vårdade originalverktyg avsedda för just Rolls-Royce och Bentley.

– Det är verktyg som jag köpt på mig genom åren och nu är det så gott som komplett. Det är inte många verkstäder i världen som har den uppsättning vi har här. ►



HAN KÖPTE SIN egen första bil, en Bentley S, redan som 18-åring. Det gick inte att ta med den hem direkt, men efter att ha lagt en handpenning fick han med sig grillen hem till Trollhättan och den kramades ömt tills bilen stod på garageuppfarten två veckor senare. 1979 lämnade han Volvo-verkstan och startade eget hemma i pappas garage i Skoftebyn. Anders jobbade extra som nattvakt för att kunna investera i mer utrustning. Ryktet spreds sakta men säkert om hans förmåga att reparera veteran- och lyxbilar med fokus på Rolls-Royce och Bentley. Företaget växte och flyttade så småningom in i lokaler i närheten av den nuvarande anläggningen.

Allt har dock inte varit guld och gröna skogar genom åren. 2016 behövde Anders nytt kapital för att överleva och en kapitalstark ägare klev in i bolaget och blev så småningom ensam ägare. Det slutade med att Anders fick sparken från sitt eget livsverk.

– Det gjorde ont och var en väldigt tuff period. Då var vi ungefär lika stora som idag. Jag sattes i karantän i sex månader och fick inte bedriva konkurrerande verksamhet, minns Anders.

Hans goda rykte i branschen gjorde dock att såväl kunder som leverantörerna ställde sig på hans sida. Tillsammans med sin hustru Carina, som han träffade för tolv år sedan, blev det en omstart i nuvarande lokaler under namnet Rhodins Classic Car AB.

– Det slutade med att den tidigare firman gick i konkurs och vi levde vidare. Att så många ställde upp för mig i den jobbiga situationen är jag oerhört tacksam för. Jag hade funderingar på att börja köra buss i stället, berättar Anders.

Idag äger han 90 procent av företaget och Carina tio procent. Hon sköter hemsidan, sociala kanaler och administration.

– Hon visste vad hon gav sig in i när vi träffades, men även om hon egentligen är läkarsekreterare så har hon tidigare jobbat på en bensinstation och sålt reservdelar. Så det intresset delar vi faktiskt, berättar Anders.

”

HIT KOMMER MAN INTE OCH BARA LÄMNAR IN NYCKLARNÄ



Juan Andaur har tidigare tagit hand om många klassiska bilar både hemma i Spanien och i Holland. Nu är han en av sex mekaniker hos Rhodins Classic Cars.



Entrén till företaget påminner om svunna tider. Det är som ett litet museum, kombinerat med smörjmedelshyllan för äldre bilar som Anders Rohdin har Sverige-agenturen på.

Paret bor i Varberg, men Anders har två av fyra vuxna barn kvar i Trollhättan och här bor även hans mamma. Banden är starka till hemstaden och framtidsplaner finns för företaget.

– Jag skulle vilja utöka med egen lackeringsverkstad, plåtslageri och sadelmakeri, så att vi även kan ta hand om klädslar och inredning på egen hand. Trollhättan ligger strategiskt bra sett till hela den Skandinaviska marknaden med närheten till Oslo, Köpenhamn, Stockholm och Göteborg.

UTÖVER VERKSTADENS PLATS för 17 fordon så finns ytterligare två magasin på sammanlagt 800 kvadratmeter där objekt i olika skick står och väntar på sin tur.

– Vi kommer också att få agenturen för engelska IntroCars reservdelsserie, som tillverkar delar för just den här typen av fordon. Det finns bara sex agenturer i världen och vi kommer att behöva bygga ut lagret för webbförsäljning med ytterligare cirka 200 kvadratmeter. Eventuellt bygger vi ut på höjden här, berättar Anders när vi passerar genom det idag ganska lilla reservdelslagret som ligger vägg i vägg med verkstaden.

Snart är det dags att ta med en kund från Halmstad på lunch.

– Det är så jag vill att det ska vara. Hit kommer man inte och bara lämnar in nycklarna, utan jag

vill att man ska känna sig välkommen och få en känsla för hur vi tar hand om bilarna. Det ska kännas familjärt. Bilarna betyder ofta väldigt mycket för sina ägare, på samma sätt som det betyder mycket för oss att få ta hand om dem. Sedan starten 1979 har Anders och hans medarbetare totalrenoverat omkring 200 bilar som i princip varit vrak. Företaget kan också bistå med att sälja bilar åt ägarna.

– Vi säljer väl omkring en bil i månaden och vi har entusiaster från hela världen som vill komma hit och se hur vi jobbar. Det är ett gott betyg. ♥

Anders Rohdin

Född: 13 juni 1958 i Trollhättan

Bor: I Tvååker utanför Varberg – "Carina är därifrån"

Familj: Hustrun Carina, fyra vuxna barn från ett tidigare äktenskap och ett barnbarn.

Om mig själv: Jag vill att det ska hända saker hela tiden, så det är snabba ryck.

Om att fylla 65: Jag tänker jobba på, men kommer att försöka lägga en dag i veckan i verkstaden och äntligen få tid att fixa med min egen Bentley.



DYRT & HELIGT

KYRKFÖNSTRET
I TROLLHÄTTANS KYRKA

EN JULBERÄTTELSE I FÄRGSTARK GLASMOSAİK

Kanske singlar fluffiga snöflingor genom luften till tonerna av julmusik, när du går in i Trollhättans kyrka och ser det vackra kyrkfönstret "Herdarnas tillbedjan". Framför stallet som skapats genom de färgstarka glasskärvorna, står vi mitt i julens budskap.

TEXT: AGNETA GLEMME | FOTO: JIMMIE MIDFLO

NÄR TROLLHÄTTANS KYRKA 1962 firade sitt 100-årsjubileum fick den sina karaktäristiska högvälvda och ståtliga fönster i högbränt glas. Tekniken, som introducerades och utarbetades av den svenske konstnären Ralph Bergholtz och hans svensk-tjeckiske kollega Jan Brazda, innebär att ljuset bryts i högre grad än i annat glas. Det gör i sin tur att ljuset sprids och förstärks, så att det kan uppfattas som självlysande och lyser upp rummet i stället för att glasmålningen gör rummet mörkt.

Ett ännu äldre fönster är kanske lite extra iögonfallande. Det är det som vetter ut mot Oskarsbron på kyrkans nordvästra sida. Det geometriska mönstret i färgstark glasmosaik förmedlar också en viktig julberättelse.

Fönsterkonstverket "Herdarnas tillbedjan" tillkom när omändringarna vid koret slutfördes 1897. De tre ornamentsfönstren utfördes av Nya Glasmåleriaktiebolaget i Göteborg och "Herdarnas tillbedjan" placerades i mitten och var det rikast utsmyckade av fönstertrion. I samband med restaureringen och tillkomsten av Bergholtz fönster jubileumsåret 1962 flyttades det till sin nuvarande plats och lämnade sin lite skymda tillvaro bakom altartavlan.

I GOTISK STIL går orden från början av Lukasevangeliet att läsa i glaset: "Ära vare Gud i höjden och frid på jorden". Julevangeliet och änglarnas sång ryms i kyrkfönstret som i starka och varma färger berättar om

det som hände den där första julen. Längst ner finns en bädd av halmstrån. Jesusbarnet sitter på Marias knä och Josef håller sin hand på hennes ena axel och runt den nyföddes huvud sitter en gloria.

Fyra herdar har följt stjärnan och kommit fram till stallet med krubban. Änglar har berättat för herdarna om att Gud är född till världen och de går för att se undret med egna ögon. Från en julkortsblå himmel lyser Betlehemsstjärnan upp. I stallet finns ett fönster och i taket ryms ett kyrktorn, en kyrka, ett palats och ett tempel i en stad. Änglarnas sång som hörs i julnatten vill nå från land till stad och ut till hela världen.

När du tittar på det vackra fönstret från utsidan Trollhättans kyrkan påminner glasmosaiken

Du stjärna över Betlehem, o låt ditt milda ljus få lysa in med hopp och frid i varje hem och hus. I varje hjärta armt och mörkt sänd du en stråle blid, en stråle av Guds kärleks ljus i signad juletid.

(Psalm 116 vers 3 och 4)



Mitt i vintern var det, stormen svepte
hård, land och hav låg frusna, snö
kring by och gård. Snö föll över
världen tusen vintrar än. Mitt i
vintern var det, längesen.

(Psalm 428 vers 1)

om ett fotonegativ i svartvitt. Alla
mosaikdelarna syns tydligt, men
färgerna saknas. Sneglar du uppåt
finns rosa, gula, gröna, vita och
röda pärlor i form av en törnekrona,
som blickar fram drygt trettio år
och långfredag på Golgata.

FÄRGERNA BERÄTTAR OCKSÅ något
mer. Rött är blodet, vitt uppståndel-
sen, grönt pånyttfödelsen, gult står
för hoppet och rosa för kärleken.
Treklöverformen vill påminna om
Gud som är Fadern och Skaparen,
Sonen Jesus Kristus och den helige
Anden. Tre i en och en i tre.

Vid Kyrkans hus renovering
2010 tog man tillvara två av de övre
sektionerna från de äldre mosaik-
fönstren från Trollhättans kyrka.
Dessa byggdes in i tegelväggen och
kan nu ses i entrén i Kyrkans hus.
Delar av de äldre fönstren har även
använts för att skapa altarfönster
samt ett mindre runt fönster i Kyr-
kans gård Strömslund och Kyrkans
gård Skoftebyn. Kyrkans gård Skof-
tebyn såldes 2021 till Bosniakiska
islamiska samfundet. ♥



SÅ LYCKAS DU HÅLLA DITT NYÅRSLÖFTE

För många är nyårsafton en nystart, ett blankt blad med möjligheten att göra en positiv förändring och lämna det som varit bakom sig. Ett vanligt löfte historiskt har varit att börja träna, men under pandemin tog nya upplevelser och mer umgänge över topplistaorna.

TEXT: MATILDA ANDERSSON

Nyårslöften är ett vida känt fenomen som fortfarande tilltalar många. Inför 2022 planerade fler än var tionde svensk att ge ett löfte. Att lova är en sak, men hur skapar du en varaktig förändring? Detta undersöktes för ett par år sedan i en studie vid Stockholms och Linköpings universitet. Där uppgav ungefär hälften av de tillfrågade att de upplevde att de lyckats hålla sitt löfte.

I studien konstateras att nyckeln till framgång till stor del ligger i hur du formulerar löftet. Det är enklare och större chans att lyckas om du börjar med något nytt, i stället för att sluta med något gammalt.

– Lovar du exempelvis att du ska sluta äta godis och gå ner i vikt, så har du med allra största sannolikhet större framgång om du i stället säger: ”Jag ska äta frukt flera gånger om dagen”. Därmed ersätter du godis med något nyttigt, som förmodligen innebär att du går ner i vikt och därmed kan hålla ditt löfte. Man kan inte

sudda ut ett beteende, men man kan ersätta det med något annat, påpekar studiens handledare Per Carlbring vid Psykologiska institutionen vid Stockholms universitet.

6 tips för ett löfte som håller:

- * Sätta tydliga och konkreta mål
- * Sätta delmål så att det stora målet inte blir för långt borta
- * Skriva ner och berätta om ditt löfte för andra
- * Göra din nya vana i samband med en inarbetad
- * Påminna dig själv regelbundet
- * Belöna dig själv, fira varje framgång

Nätvandrarchatten

För dig mellan ungefär 12 och 25 år.



Alla vuxna är ju helt dumma i huvet!

Ja ibland kan vi vuxna vara jobbiga, är det nåt särskilt som har hänt?

Nä. Ingen bryr sig. Jag bryr mig inte.

Vad jobbigt det måste vara att ha det så. Vill du berätta mer?

**Här finns vi och vill lyssna på och prata med dig.
Måndag, onsdag och söndag kl 19-22. Året om.**

Du är välkommen om du bara vill småprata med någon trygg vuxen, eller om du vill prata om något som känns svårt och jobbigt för dig. De som chattar är personer som jobbar i Svenska kyrkan. Alla har tystnadsplikt och du är helt anonym.

kyrkanssos.se/natvandrarchatten

 **KYRKANS SOS**



JUL- OCH NYÅRSKALENDARIUM

TROLLHÄTTANS FÖRSAMLING

MUSIK

Tisdagsorgel i Trollhättans kyrka kl 12.15

- 6/12 Goda grannar. Anton Hasselberg spelar musik från Norge och Finland av bl a B Sjögedal och M Hakanpää.
- 13/12 Musikaliskt gästspel: Stephen Craig, Lidköping. Adventsmusik av bl a O Olsson, J S Bach och M Dupre.
- 20/12 Julrapsodi. Mattias Eklund spelar festlig julmusik, bl a Gigout: Rhapsodie sur des Noels samt musik ur Disneyklassikern "Santas's workshop".

Julhälsningar från Dal

Den 4 december, kl. 17.00 i Götalundens kyrka

Dekorerade med dragspelsgirlanger och orgelbrus, kommer årets julkort med berättelser om glittrande skogar och krusiga julsånger som ger en livfull och fridfull stämning med kärleksfulla hälsningar i jultid. Med Erica Wendt och Anna K. Larson, sång, Henrik Mossberg orgel och piano, Stefan Wenerklang dragspel.

Mässa med musik

Den 18 december, kl. 18.00 i Skogshöjdens kyrka

Mässa med julmusik. Christina Hasselqvist- Sång, fiol och piano, Jonna Ydenius- Sång, percussion och piano, Maria Jern- Sång, fiol och piano. Skogshöjdskören under ledning av Helena Cervin.

Country-gospel i Götalunden

Annandag jul den 26 december, kl. 17.00 i Götalundens kyrka

En projektkör tillsammans med musiker kommer att medverka tillsammans med Petra Waller som sångsolist, Dennis Waller, gitarr Philip Ohlsen, steelgitar Håkan Andersson, bas och Thorigny Skantz, klaviatur.

Countrymusiken är ofta känslofyll. Sångerna handlar om livet, familjen, och kärleken.

Gospelsången är inspirerad av de afroamerikanska slavarnas sång. Där slavarna uttryckte sin förtvivlan eller sitt hopp och gemenskap i musik. Om gospeln är de svartas kyrkomusik, så är Countryn de vitas kyrkomusik. Ordet gospel betyder evangelium och texterna handlar om Jesus och den kristna tron.

Nyårsmusikcafé

Nyårsdagen den 1 januari 2023, kl. 16.00 i Lextorpskyrkan

Sång och musik med Elisabet Öman och Elina Bomström.

LUCIAFIRANDE

DEN 11/12, KL 10.00 I SKOGSHÖJDENS KYRKA

Gudstjänst med Lucia. Höjdarna sjunger.

DEN 13/12 KL 14.00 I LEXTORPSKYRKAN

Personalen går traditionellt luciatåg och därefter fikar vi tillsammans.

DEN 13/12 KL 18.00 I GÖTALUNDENS KYRKA

Luciafirande med luciatåg av ungdomarna.

DEN 13/12 KL 19.00 I LEXTORPSKYRKAN

Luciakonsert med Magnus Åberggymnasiets esteter och blockflöjtsensemble från N3.

DEN 13/12 KL 19.00 I TROLLHÄTTANS KYRKA

Luciakonsert med kören "Englarna".





GÖTT MED GRÖTFEST

JULAVSLUTNING AV GÖTT I LUNDEN MED GRÖTFEST

Den 12 december kl. 14.00

Underhållning, gröt, gemenskap m.m.

ANMÄLAN till Församlingsexp. 0520-47 29 00 senast 7/12.

ONSDAGSCAFÉER I KYRKANS HUS KL. 10.00

14/12 Jul-kul med "Lilla bandet"

21/12 Julgröt

28/12 Julgröt

MANSGRUPP

Trollhättans församling genomför under hösten ett försök att starta en mansgrupp med bas i Lextorpskyrkan. Det handlar om en grupp som är helt icke-konfessionell och därmed öppen för deltagare oavsett livsåskådning och tanken är att man delar det vi kallar livsnära berättelser, något som berört oss starkt på ett känslomässigt plan. Tystnadsplikt gäller och deltagande är helt öppet – du kan sluta när du vill.

Hör av dig om du är intresserad - kanske först av ett enskilt samtal med mig som präst så att du därefter kan bestämma dig för om du vill vara med eller inte. Du kan också läsa mer på församlingens hemsida – klicka på bifogade länk!

Stefan Risenfors




0767-633800

stefan.risenfors@svenskakyrkan.se

svenskakyrkan.se/trollhattan/mansgrupp



GUDSTJÄNSTER

11 DECEMBER	10.00	Skogshöjdens kyrka	Gudstjänst med Lucia, Höjdarna sjunger
	11.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst
		Trollhättans kyrka	Högmässa, Seniorkören medverkar
		Götalundens kyrka	Regnbågsmässa
	16.00	Sjukhuskyrkan NÄL	Ekumenisk gudstjänst
Lextorpskyrkan		Finsk julsångsgudstjänst 	
14 DECEMBER	16.00	Sjukhuskyrkan NÄL	Mässa
	18.00	Hannakapellet Kyrkans hus	Kvällsmässa
15 DECEMBER	18.00	Götalundens kyrka	Mässa
18 DECEMBER	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa, Motettkören sjunger
		Götalundens kyrka	Gudstjänst
		Lextorpskyrkan	Högmässa
	14.00	Lextorpskyrkan	Finsk mässa 
	16.00	Sjukhuskyrkan NÄL	Ekumenisk gudstjänst
	18.00	Skogshöjdens kyrka	Mässa med julmusik
21 DECEMBER	16.00	Sjukhuskyrkan	Mässa
	18.00	Kyrkans hus Hannakapellet	Kvällsmässa
22 DECEMBER	18.00	Götalundens kyrka	Mässa
JULAFTON 24 DECEMBER	10.00	Götalundens kyrka	Gudstjänst vid julkrubban
		Sjukhuskyrkan	Gudstjänst. Kören Höjdarna sjunger
		Kyrkans gård Strömslund	Gudstjänst vid julkrubban
	11.00	Skogshöjdens kyrka	Gudstjänst vid julkrubban. Höjdarna sjunger
		Lextorpskyrkan	Gudstjänst vid julkrubban
	17.00	Trollhättans kyrka	Julbön. Ensemble ur Motettkören sjunger
	23.00	Götalundens kyrka	Julnattsmässa
		Skogshöjdens kyrka	Julnattsgudstjänst. Ensemble ur Skogshöjdskören sjunger
		Lextorpskyrkan	Julnattsmässa
JULDAGEN 25 DECEMBER	08.00	Trollhättans kyrka	Julotta. Kyrkokören, Seniorkören och Motettkören sjunger
		Götalundens kyrka	Julotta
	09.00	Lextorpskyrkan	Finsk julotta 
ANNANDAG JUL 26 DECEMBER	11.00	Lextorpskyrkan	Högmässa
29 DECEMBER	18.00	Götalundens kyrka	Mässa
NYÅRSAFTON 31 DECEMBER	16.00	Trollhättans kyrka	Nyårsbön

FORTS. GUDSTJÄNSTER

NYÅRS DAGEN 1 JANUARI	11.00	Göotalundens kyrka	Högmässa
		Trollhättans kyrka	Högmässa
	16.00	Sjukhuskyrkan	Ekumenisk gudstjänst
		18.00	Skogshöjdens kyrka
5 JANUARI	18.00	Göotalundens kyrka	Mässa
TRETTON DAGEN 6 JANUARI	10.00	Skogshöjdens kyrka	Gudstjänst med julfest
		11.00	Trollhättans kyrka
	15.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst
		18.00	Kyrkans gård Strömslund
8 JANUARI	11.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst med små och stora. Julgransplundring
		Göotalundens kyrka	Högmässa
		Trollhättans kyrka	Högmässa
	14.00	Lextorpskyrkan	Finsk gudstjänst 
	16.00	Sjukhuskyrkan	Ekumenisk gudstjänst
	18.00	Skogshöjdens kyrka	Gudstjänst



Julfika och julens sånger.

Göotalundens kyrka

Den 21/12, 28/12 och 4/1, Kl. 10.30–12.00

VINTER PÅ MACKENS LEKPLATS II DECEMBER

Hjärtligt välkomna både stora och små.
Svenska kyrkan är på plats kl. 11.00–14.00.



JUL PÅ GRÄSVIKEN

Välkommen till Gräsviken på Adventscafé
Traditionella julkakor och julmusik i mysig miljö.
Den 7 och 14 december, kl. 14.00–19.00.

DET STORA JULBADET

Välkommen till Gräsviken den 18 december
för att ta ditt julbad.
Bastun är varm mellan kl. 13.00–15.00 och caféet
är öppet mellan kl. 13.00–16.00 och där serveras
bl.a mackor, våfflor, varm choklad och kaffe.

SE MER PÅ
WEBBEN:

Det här är bara ett axplock av alla aktiviteter och evenemang.
Allt som händer hittar du på: svenskakyrkan.se/trollhattan/det-hander

BRYT EN TRADITION

Fler än
30 000 flickor
gifts bort
varje dag

Legenden om Lucia berättar om en flicka som vägrade bli bortgift. Hon hävdade rätten till sin kropp, sin tro och sina egna val. Än i dag kämpar flickor runtom i världen för sina rättigheter.

SWISHA DIN
GÅVA TILL
900 1223



Vi lever alla under samma
himmel och tillsammans
kan vi göra skillnad.

act
Svenska kyrkan

Ge bort ett presentkort:
Var med i Julklappen!



I december hittar du granar i kyrkans lokaler med möjlighet att ge pengar till diakoniverksamhetens insamling "Julklappen".

Gåvan blir presentkort som Svenska kyrkans diakoner ger till Trollhättebor som behöver extra stöd kring julen.

Postgiro:
118574-3

Swish:
123 429 75 78

Märk
betalningen:
"Julklappen"

Behöver du någon att prata med?

Vi får inga journaler och har
tystnadsplikt.

Samtalsmottagningen:
0520-47 29 85

Tis kl 09-10, övrig tid röst-
brevlåda (vi ringer upp).

[svenskakyrkan.se/
trollhattan/samtal](http://svenskakyrkan.se/trollhattan/samtal)

Palveleva puhelin

KUN TARVITSET KESKUSTELU-
TAI KRIISITUKEA



PUHELIN

Joka iltä klo 21-23
020-25 25 00



CHATTI

Torstaisin ja sunnuntaisin
klo 18-20



NETTIKIRJE

Vastaus 24 tunnin
kulusessa

[svenskakyrkan.se/
palvelevapuhelin](http://svenskakyrkan.se/palvelevapuhelin)

Ruotsin kirkko

Musslan är en kostnadsfri
stödgruppsverksamhet för
barn 7-18 år som har en
närstående med beroendeproblema-
tik eller psykisk sjukdom. Musslan är
ett samarbete mellan Svenska kyrkan
och Trollhättans Stad.



Kontakt: 070-390-86-88
trollhattan.musslan@svenskakyrkan.se