

N°2 JUNI 2023

patos

elle

ETT MAGASIN
OM SMÅTT & STORT
I TROLLHÄTTAN



DIAKONI
I LIVETS
VARDAG

BIRGER NICKLASSON

Äntligen lät han författaren ta plats

Svenska kyrkan 
TROLLHÄTTAN



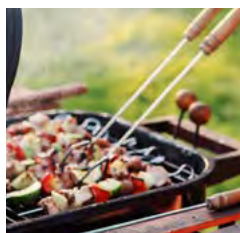
4

Författardebuten som dröjde
Pandemi och naturkatastrofer när Birger kom till skott



18

Fem färger som talar
Dyrt & Heligt med guiden till kyrkans egen skala



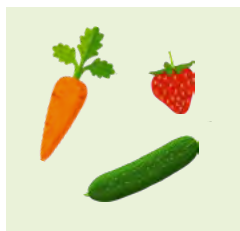
8

Sommargott bland Trollhätteborna
Shish kebab och fisk i paket är lokala sommarfavoriter



20

Debutanter på vandring
De följde med på premiären av Expedition Pilgrim



10

Kryssa och pyssla i landet
Klurigt knep och knåp med schyssta vinster



24

Vi ringde till Elias
Fallens dagar-generalen ser fram emot stjärnsommar



12

Tolv diakoner i kyrkans tjänst
Den sociala verksamheten är högt prioriterad i Trollhättan



25

Begravning i ensamhet
Begravningsentreprenören om att dö utan anhöriga



16

Gemenskap och reflektion
Att konfirmeras ger nya vänskapsband och perspektiv



32

20-åriga Musslan
Ett viktigt samspel för utsatta barn och unga

EN KVÄLL PÅ ORKNEY

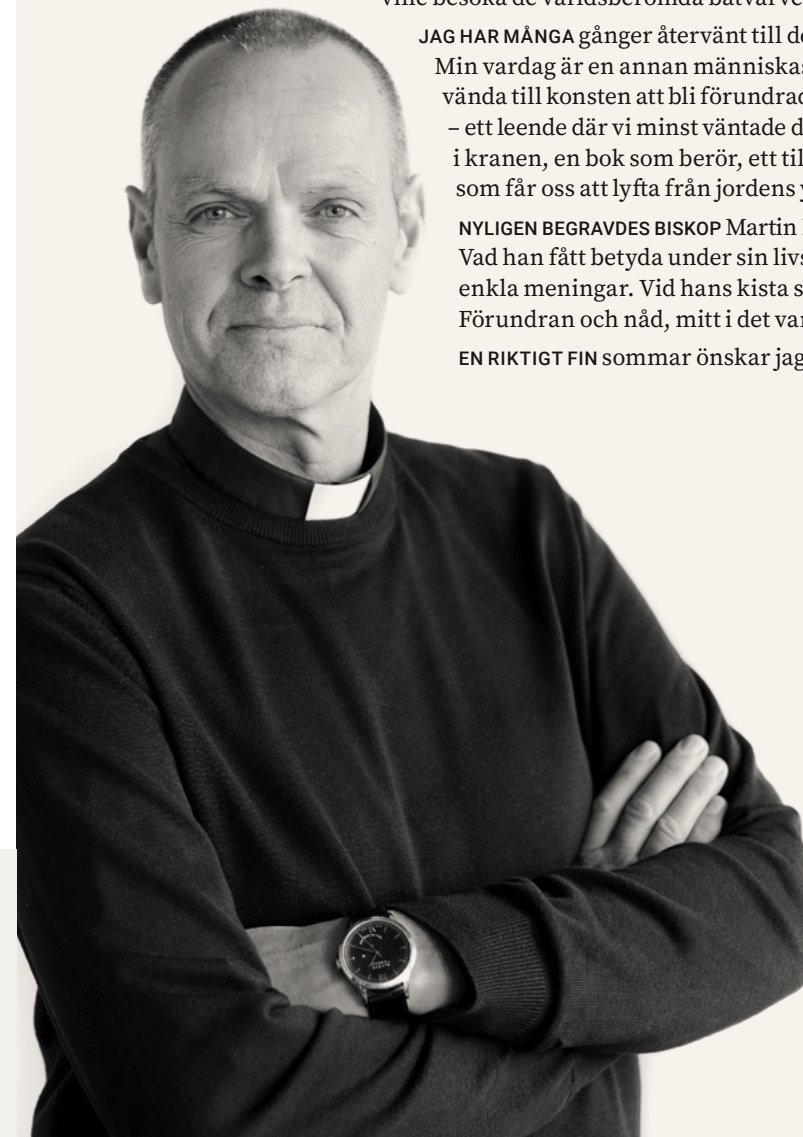
”VET DU VAD min dröm är?” Jag fick frågan en kväll i Kirkwalls hamn på Orkney. Vi hade seglat dit under en treveckors-segling över Nordsjön. Via Skagen och Kristiansand hade vi kommit till Lerwick på Shetland. Sedan Fair Isle, denna klippa mitt ute i havet med 65 invånare, och nu Kirkwall. Det var kulingvarning och då ger man sig inte ut över Pentland Firth, sundet mellan Orkney och Skottland.

DENNA KVÄLL VAR vi bjudna över till grannbåten, som hade en skotsk besättning. Vi jämförde sjökort och delade med oss av våra bästa historier. Så berättade jag att denna segling var en dröm som jag just förverkligade. Vi hade planerat länge, läst in oss på rutter och hamnar och förberett oss på alla möjliga och omöjliga scenarier. Då kom frågan från vår skotske värd: ”Vet du vad min dröm är? Det är att segla runt Orust!” Jag antar att han ville besöka de världsberömda båtvarven som ligger där.

JAG HAR MÅNGA gånger återvänt till den där kvällen i Kirkwalls hamn. Min vardag är en annan människas dröm. Tänk om vi kunde återvända till konsten att bli förundrade över det vanliga och vardagliga – ett leende där vi minst väntade det, en doftande syrén, rent vatten i kranen, en bok som berör, ett tilltal som värmer, ett musikstycke som får oss att lyfta från jordens yta under en liten stund.

NYLIGEN BEGRAVDES BISKOP Martin Lönnebo i Linköpings domkyrka. Vad han fått betyda under sin livstid är svårt att fånga i några enkla meningar. Vid hans kista sas orden: ”Allt är nåd”. Så är det! Förundran och nåd, mitt i det vanliga och vardagliga.

EN RIKTIGT FIN sommar önskar jag er alla!



BIRGERS SKRIVLUST BLEV KVARTETT MED UPPFÖLJARE

Han har alltid haft en äventyrlig ådra. Och hans förmåga att i bokform förutspå extrem värme, pandemi och krig har hittills visat sig ha en skrämmande träffsäkerhet. Nu släpper Birger Nicklasson uppföljaren till trilogin Exterminii.

– Kan jag skapa spänning och samtidigt bidra till reflektion i olika samhällsfrågor så är jag nöjd, säger Birger.

TEXT: ERIK TORSTENSSON | FOTO: JERRY LÖVBERG

HAN ÄR MITT uppe i att läsa in sina tre första böcker som ljudböcker när vi hälsar på honom i huset vid Öresjö, strax utanför

Trollhättan. All inspelning görs hemma och ifjol inreddes ett kombinerat gästrum, kontor och inspelningsstudio. Här är lugnt och idylliskt, i kontrast till allt som händer i hans böcker.

– Det tar sin tid att läsa in och jag vill ju att det ska vara så felfritt som det bara går inför slutmixningen. Till slut blir du lite trött på din egen röst. Samtidigt fasar jag lite inför sommaren med grannarnas gräsklippare, men jag får se till att hitta luckor när det är tyst i omgivningen, säger Birger och skrattar.

Vid inläsningen upptäcker han också formuleringar han vill ändra på.

– Så jag kommer att göra uppdateringar när jag gör nyutgåvor av de första böckerna.

VÄNERSNÄSSONEN GJORDE TILL slut slag i saken och gjorde allvar av sitt skrivande. Men det dröjde till pensionsåldern.

– Jag har alltid tyckt det varit intressant att intervjua människor och samla på mig livshistorier. När jag reste i Sydamerika träffade jag bland annat svenska immigranter i Brasilien och Argentina och många människor som levde under helt andra förhållanden än vi. Det gjorde starkt intryck på mig, men det var aldrig något som publicerades någonstans, även om jag hade en veckotidning som var lite intresserad, berättar han.

”

**DISCIPLIN ÄR VIKTIGT OCH ATT INTE HA FÖR
MÅNGA PROJEKT IGÅNG SAMTIDIGT**

RESAN SÖDERUT GJORDE han efter att ha stannat kvar inom militären och jobbat vidare efter den egna värnplikten. Tre år blev det som instruktör vid jägarpluton i Skövde, sedan han tog värvning som 17-åring.

– Jag var som regel yngre än de värnpliktiga som jag utbildade. Det innebar en hel del utmaningar och jag insåg att jag

var tvungen att ta rollen fullt ut, trots att de var äldre än jag. Det gav mig mycket erfarenhet och en del skinn på näsan.

Lusten att upptäcka Sydamerika fanns tidigt och han jobbade extra för att få ihop reskassan.

– Jag fick rådet att först ta ett år på sjön för att skaffa mig erfarenhet och det gjorde jag.



Birger har alltid burit berättarlusten inom sig och när han bestämde sig för att låta den blomma har produktiviteten varit minst sagt hög. Fyra böcker är klara och en till på väg.



Det är ett intensivt arbete att förvandla de tryckta böckerna till ljudupplevelser. Hemma i huset vid Öresjö utanför Trollhättan har Birger Nicklasson skapat sin egen kombinerade skrivaryla och inspelningsstudio.

Det var väl inte jättepulj hos mamma och pappa, men de hindrade mig inte.

De fem månaderna i Sydamerika under 1970-talet sammanföll med en orolig tid i den delen av världen.

– Ibland fick min skyddsängel slita ont. Jag lärde verkligen känna mig själv på djupet i alla de situationer jag ställdes inför.

Han har tillbringat merparten av sitt yrkesliv i säkerhetsbranschen. Det, tillsammans med åren inom militären och andra möten och upplevelser från olika resor, har givit en källa att ösa ur i författandet. Som nu äntligen blivit verklighet efter att Birger varvat ner när det gäller jobbet.

– Jag skrev mycket redan som barn och magistern läste upp min första berättelse inför klassen i fyran. Sedan kom livet

emellan. Men till slut hade jag inga ursäkter längre och under 2016-2018 tog jag tag i det på allvar.

”

DET ÄR INGET LÖNSAMT PROJEKT, MEN DET GER OERHÖRT MYCKET

Resultatet blev trilogin som med skrämmande träffsäkerhet inleddes med en pandemi, skriven innan Corona slog till. De överlevande kämpar för att bygga upp ett fungerande samhälle igen. I uppföljaren handlar det om att hantera terrororganisationer och i del tre får vi följa huvudpersonen Lisas fortsatta kamp mot hennes förföljare, samtidigt som Ryssland försöker ta kontroll

över södra Sverige. Som om inte det vore nog så drabbas världen av en naturkatastrof som jorden inte upplevt på många tusen år.

Kopplingen till verkligheten är slående och många miljöer känns dessutom igen för oss alla som bor i Västsverige med omnejd.

– Det finns de som skojat med mig och sagt att de inte vill att

jag skriver om mer hemskheter nu, eftersom det verkar slå in, säger Birger.

PARALLELLT MED INLÄSNINGEN av sin trilogi är Birger nu på gång att släppa en fjärde bok i serien. Samtidigt har han påbörjat en fristående uppföljare.

– Då flyttar vi oss åtta år framåt i tiden, där samhället ser helt annorlunda ut, avslöjar Birger.

Han har hittat en särskilt intresserad läsekrets.

– En ganska tydlig målgrupp för mina böcker är människor som exempelvis är aktiva inom civilförsvaret eller har andra samhällsfunktioner som träder in när det uppstår svåra situationer som krig och katastrofer konstaterar Birger.

Röda korset, Lottakåren och Svenska kyrkan är exempel på organisationer som alltid finns där för ett samhälle i kris och alla som engagerar sig för andra vet vilka behov som uppstår när många människor drabbas.

Birger börjar samtidigt känna sig lite mätt på att skriva om död och elände.

– Jag har börjat nosa på en "feelgoodkriminalare", men det är på ett sätt svårare och en annan utmaning rent författarmässigt. Där handlar det om att skapa en spänning utan att vara hemsk, utan snarare lite rolig. Det är kul att prova sig fram och du lär dig hela tiden nya saker.

HAN GER UT alla böcker på egen hand, precis som väldigt många andra författare som inte slagit igenom på bred front ännu. Birger jobbar fortfarande extra på Securitas för att få författandet att gå ihop.

– Det är inget lönsamt projekt, men det ger oerhört mycket. Och varje gång någon hör av sig och frågar efter nästa bok eller säger att de gillar vad de läst, så känns det såklart fantastiskt roligt och man blir oerhört inspirerad att fortsätta.

I samhällsskildringar är kombinationen av fiction och fakta förstärkt central.

– Jag har ju personlig erfarenhet just av säkerhetsfrågor och militära frågor, men ibland går jag på djupet i min research för att exempelvis ange rätt beteck-



I Birgers första fyra böcker råder kaos, pandemi och katastrof. Kontrasten är total när våren och sommaren sprider ännu mer idyll över Birgers natursköna vardag.

ning på specifik utrustning. Det är viktigt att sådant stämmer så långt som möjligt. Samtidigt lyssnar jag in omgivningens insikter, åsikter och erfarenheter och bär med mig det in i skrivandet.

Efter pandemin har han föreläst och berättat mer om sitt författarskap i olika sammanhang.

– Det är en viktig väg för att nå fler läsare, samtidigt som det är utvecklande, säger Birger. Han känner att han nu hittat en bra arbetsstruktur för sitt skrivande.

– Disciplin är viktigt och att inte ha för många projekt igång samtidigt. Det är en utmaning i sig. Däremot har jag inget behov av att avskärma mig från allt annat för att kunna skriva. Det har jag förstått är ganska ovanligt, men jag sitter gärna på ett kafé inne i stan. Faktum är att jag blir nog mer störd av

tystnaden, och jag har inga problem att ta en paus för att sedan kliva in i handlingen igen. Att vara social och umgås ger mig kreativitet. ♥



Namn: Birger Nicklasson

Född: 17 maj 1954

Bor: Hus vid Öresjö

Familj: Fyra vuxna barn från tidigare relation, barnbarn och hustrun Tanaporn

Gör: Författare med eget förlag och jobbar fortfarande extra på ett säkerhetsbolag

Aktuell: Släpper i juni 2023 sin fjärde bok, som är sista delen i Exterminii-serien och uppföljaren till trilogin som började ges ut 2020-2022



DET GÅR HETT TILL MED VATTEN- MELON, YOGHURT OCH RÄKRÖRA

Färs på spett, grönsaker och nyfångad fisk i foliepaket. Men varför inte låta även vattenmelon och andra frukter ta plats över glöden? Så här inför sommaren vill vi förstås veta vad ni Trollhättebor helst tillreder på grillen. Smaka bara på yoghurtmarinerad kyckling... Och att hemmagjord glass dessutom ingår i utbudet gör ju bara saken ännu somrigare.



HUGO FORSBERG

– Jag gillar glass! Mest vanilj och päron. Och grillade Uddevallare med ketchup och bröd. Grillade kycklingklubbor är också jättegott.



POLINA SVENSSON

– Kyckling som är marinerad i yoghurt, vitlök och citron grillar vi gärna hemma. Det är gott med klyftpotatis, grillade grönsaker och tzatziki till. Dessutom gör vi egen glass av grädde, kondenserad mjölk och mixade bär.



TOBIAS PERSSON

– Jag grillar mest revbensspjäll med egengjord marinad, på det jag har hemma. Jag tycker inte att man ska förkoka dem, det vet jag att en del gör. Gasogrill funkar bäst med låg värme, men man får tänka på att det tar lång tid. Även pizza på grillen funkar bra.



MARIA PERSSON & DOTTERN JULI

– Hemma brukar vi grilla korv och hamburgare. Och grillspett och halloumi. Gärna med egen marinad. Gasogrill är enkelt och smidigt att ta med till stranden också, säger Maria. – Och vi äter massor med glass på sommaren också, säger Juli.



CAMILLA PERSSON

– Vi grillar färsk fisk i folie i vår båt, som vi har på Tjörn. Fisken äter vi med räkröra och till det dricker vi vitt vin. Att sitta i båten och äta är en höjdpunkt på sommaren som jag verkligen längtar till!



ROGER VENNBERG

– Jag gör Napolitansk pizza i min nya gasoldrivna pizzaugn. Antingen bianco (vit) eller tomatbaserad (röd) pizza. Toppingen på pizzan väljs sedan av familjen.



ALAN MORAD

– Jag gillar shish kebab. Det är färs som grillas på spett och serveras i libabröd med sallad och kikärtsröra, typ som en kebabrulle. Helst grillar jag ute på gården över öppen eld, men annars blir det på altanen.



KARIN KARLSSON

– Jag grillar mycket grönsaker och vill jag lyxa till det grillar jag persika och ananas. Det speciella med det är att frukten ger lite annorlunda smak som bryter av det mot övriga. Sommarens utmaning är att grilla vattenmelon.

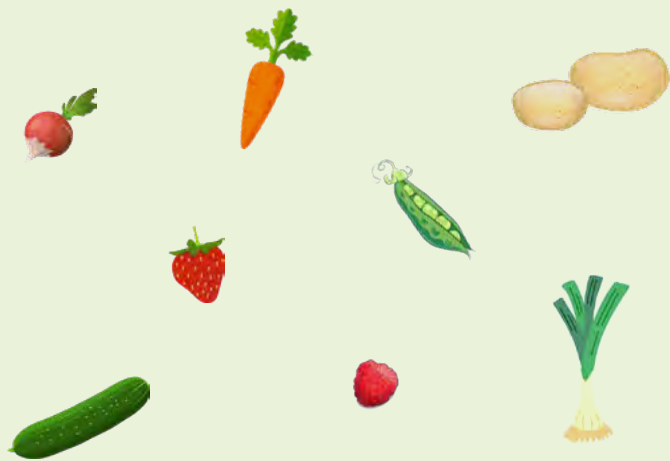


MARIA PETTERSSON SANDBERG

– Det var länge sedan jag grillade, men jag har ett starkt barndomsminne och det är från Skansens gård. Vi åkte dit på somrarna och plockade majs och kunde grilla majscolvarna på plats. De serverades sedan med en slags örtolja.

HITTA RÄTT I GRÖNSAKSLANDET

Nu växer det i trädgårdsland, balkonglådor och kolonilotter. Dra ett streck mellan bären/grönsakerna och rätt odlingsskylt.



MEJLA RÄTT SVAR TILL OSS TILLSAMMANS MED DITT NAMN OCH DIN ADRESS SENAST 31 AUGUSTI

ANGE "BARNPYSSSEL" I ÄMNESRADEN.

Först dragna rätta svaret ger två biobiljetter. Därefter ger de följande fem rätta svaren var sitt presentkort à 100:- i Fair Trade Shop.

Vinnare från Patos nr 1

Barkorsord

1:a pris Biobiljetter:

Adrienn och Noomi Lukacs

2:a pris – 100 kr Fair Trade Shop:

Alicia & Andrea Haglund, Majah Alsgren, Inez Leyon, Lukas Qvist, Ella Albertson

Patoskrysset

200 kr Fair Trade Shop: Britt Lindström

100 kr Fair Trade Shop:

Margareta Ahlberg, Jonas Eriksson, Ewa Trollheden, Marianne Andersson

Vinst av biobiljetter kommer med posten.

Vinst av presentkort hämtas i Fair Trade Shop, Kungsgatan 22, Trollhättan

Samtliga vinnare har meddelats.

SOMMAR 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.

31 AUGUSTI VILL VI HA DINA LÖSNINGAR

Skicka via mejl:

patos@svenskakyrkan.se

Skicka med post:

Svenska kyrkan Trollhättan, 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 31 augusti.



Oh, vad jag längtar till den svenska sommaren!

Korsordskonstruktör: Lars-Göran Ståhl ©		VAR HÖG-LJUDDA	DE ÅR NOMADER I SAHARA	DE FÅR FÖL	MAR-MORERAD BARA		OBESTÄMD ARTIKEL	FATTA
DET SÄLJS DET SAKER BAKOM								
SKAL-BAGGARNÄ ELLER HÅSTARNÄ				5				
SKOTT ELLER OSTADIGA							BRUKAR DET SPELAS PÅ I ROCKBAND	LÖST STYGN ELLER NÄRMÄST
FRÅGOR HOS MYDIGHET ELLER SMÅ UPPGIFTER								
VANÄRA							BLÄSER DET EJ I	
INTE KLART							LÄNGT OM LÄNGE	
LUKTAR GOTT							INNEHAS FLIT ELLER BULT LIKNAR SOLROS	
ÅSTAD-KOMMIT				2				FYND-PLATS
MYNDIGHET SOM KOLLAR ANDRA MYNDIGHETER	FÅR MAN LÖN FÖR	UGGLA	VASSASTE	OTUKTS-NÄSTE	I JÄM-FÖRELSE MED	SNOR ELLER LEKSAKER		
		6	SKÄR			TENN	KÄND MODER	
LIKNA BILJÄRD					4			FLYTER GENOM LEEDS STRÖMMEN
							KÄNNA RUELSE	7
							ALLTFORT	
STRYKER					MEST OND	DREV ELLER ILADE		SLYNGLAR
						FART		INTE BEREDD
DE ÅR EN TYP AV FÖRBAND							LINDAR ELLER TAR BEKLÄGANSVÄRT	
TONSPRÅK SOM TALAS AV CIRKA 50 MILJONER MÄNNISKOR	KÄRLEKSGUD						100 KVADRATMETER	NÄR ELLER EFTERSOM
	FÖRLED FÖR LUFT						DIKTAR	KARTONG & TUSENLAPP
FAST FETT FRÅN DJUR					1	FRÅGA ELLER PÅ TAL OM RÄCKER		
GÄR I KÄND VISA OCH KALLADES OLIVER HARDY I SVERIGE							BAND KRING NÄGOT	FÖRHANDLAR MED ARBETSGIVARE ELLER DJUR
SKRIKER EN DEL PÅ							VASSTRÄ	
HÄDE PÅ SIG ELLER NAKEN				BLES-SYREN				ÄNDPUNKT PÅ MAGNET
KAN MAN SE FILM PÅ				BÖRJADE TA SLUT		3		FÖRLED FÖR FÖR ELLER NÄGOT FÖR ÄLDRE

NYCKELORD

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

Fredagsträffarna hos Eva-Britt Zetterblad betyder mycket både för Eva-Britt och diakonen Louise Sahlén.

MED MÖTET OCH SAMTALET SOM HOPPETS VERKTYG

Vad döljer sig egentligen bakom ordet diakoni? Bland annat hittar du Louise Sahlén och Helena Bengtsson, två av tolv diakoner i Svenska kyrkan Trollhättan som i samspel med många av kyrkans ideella krafter varje dag bygger relationer och möter människor som sörjer, känner sig ensamma eller är barn och ungdomar som har det tufft hemma.

– Men det är ett jobb fyllt av energi och glädje som du får i mötet med andra, säger Helena.

Det är fredag eftermiddag och vi följer med Louise Sahlén på hennes återkommande korta promenad från Lextorpskyrkan över till ett av stadsdelens äldreboenden på andra sidan vägen. Här träffar hon Eva-Britt Zetterblad, som efter att ha drabbats av nervsjukdomen Parkinson för sex år sedan successivt blivit sämre. Idag åter hon via

en sond i magen och hon och behöver hjälp med det mesta. Men livsgnistan är det inget fel på och i sommar ser hon fram emot att få fira 70 år.

– Jag är nog sådan som person. Och jag har alltid haft det bra i livet och känt mig nöjd, även om jag haft en del krämpor, säger hon när vi slagit oss ner i rum 67.

Tidigare artiklar i serien

Patos #3 2022: Kyrkomusikerna Elina Bomström och Anton Hasselberg

Patos #4 2022: Pedagogerna Anette Melander, Anna Ristorp, Roos-Marie Oskarsson och Christian Åkervall

Patos #1 2023: Församlingsassistenterna Lena Petersson och Matilda Egenvall

PÅ VÄGGEN SITTEr ett litet kort av Louise Sahléns bortgångna kollega Agneta van der Poel, som var Eva-Britts tidigare kontakt bland Lextorps diakoner. När Agneta, som var mycket uppskattad inom Trollhättans församling, blev sjuk och dog i februari 2021 var det Louise som tog vid i hennes roll i Lextorp. Sedan dess har hon träffat Eva-Britt så gott som varje fredag, bortsett från semesterperioder.

– Jag kan inte ha det bättre och fredagsbesöket är något jag ser fram emot, säger Eva-Britt, som också får besök av sina vuxna barn. Och när barnbarnen hälsar på är förstås också högtidsstunder.

– Personalen här på boendet är dessutom väldigt bra, så jag klagar inte, säger Eva-Britt.

Både Louise och Eva-Britt saknar och minns Agneta.

– För mig var hon en förebild som inspirerade, berättar Louise.

När Louise och Eva-Britt inte kan ses, så hörs de av på telefon. Och att ha en extra vän att skratta med och prata med betyder mycket.

– Louise är snäll och bra på att lyssna och jag har alltid haft kyrkan som en trygghet i mitt liv, berättar Eva-Britt.

Hon flyttade från Borås till Trollhättan när hon drabbades av Parkinson.

– Min dotter Marie bor här och det känns bra att ha henne nära, säger Eva-Britt, medan den konstgjorda katten Zelda spinner och jamar i knäet. Också det är ett extra sällskap som finansierats med hjälp av kyrkans diakoniverksamhet genom medel från Britta Lundqvists stiftelse.

FÖRUTOM BESÖK VID flera äldreboenden med samtal, musikstunder och andakter tillsammans med kyrkans präster och musiker, så vill Louise Sahlén vara en relationsskapare i närområdet. Bland annat genom återkommande träffar med de två syriska ortodoxa kyrkorna och besök på Kronan Kulturhus. Där möts människor från världens alla hörn.

– Jag går dit så ofta jag kan. Vi har många beröringspunkter och jag vill bidra med min kraft för att bygga ett bättre samhällsklimat. Jag är övertygad om att det händer när människor möts utanför deras trygga zon. Det bottnar alltid i att vara trygg i sig själv för att skapa en god och trygg relation, säger Louise.

VI SLÅR OSS ner i Kronans café och bjuds på irakiskt te och träffar caféföretståndaren Jasim Ansari och verksamhetsutvecklaren Batul Boshi, som båda är engagerade i den ideella organisationen Support Group Network i Tvåstad och Göteborg. Organisationen har fokus på social integration, inkludering på arbetsmarknaden och utbildning. Initiativet kommer från flyktingar som bygger samarbeten i lokalsamhället. Utanför Kronan träffar Louise även denna fredag Kim Lindahl, som håller i fredagarnas After School. Då anordnas olika aktiviteter efter veckans sista skoldag, för alla som vill.

– Louise och Svenska kyrkan är ofta med kring våra arrangemang och vi har ett väldigt gott samarbete. Elever med andra religioner tycker också det är spännande att prata om hur Svenska kyrkan ser på olika saker utifrån kristendomen, berättar Kim, som precis som vanligt på fredagar klätt sig i sin färggrannaste mundering.

Louise bär som alltid sin gröna frimärksskjorta. Det är samma typ av plagg som används av präster och biskopar i Svenska kyrkan, men det är bara diakoner som bär den gröna färgen. När hon tänker tillbaka så kan hon se händelser i livet som påverkat henne och som på något sätt lett henne till diakonyrket. Hon minns särskilt i trean och fyran på Hjortmosseskolan när det först kom en tjej från Sudan och senare en klasskamrat som hade intellektuell funktionsnedsättning.

– De två blev mina bästa kompisar under alla åren fram nian. Det var något i mig som gjorde att jag såg dem precis som vilka andra klasskamrater som helst, på ett sätt som kanske inte alla andra gjorde.

Via en friluftslivsutbildning tog sedan Louise examen inom pedagogik med inriktning kultur och fritid. Att sedan söka sig till Svenska kyrkan knyter hon delvis an till sin farfars bortgång.

– Jag ville spela på farfars begravning och fångades upp i kyrkans dåvarande Ungdomsorkester. När det blev ett föräldravikariat ledigt i Trollhättan som församlingspedagog så fick jag det och blev kvar i fem år innan jag jobbade fem år som verksamhetsutvecklare inom studieförbundet Sensus. Sedan var det när jag själv var föräldraledig med min andra son 2017 som någon sa: "Men Louise, ska inte du bli diakon?".



Teexperten och caféföreståndaren Jasim Ansari och verksamhetsutvecklaren Batul Boshi, som båda är engagerade i den ideella organisationen Support Group Network, bjuder alltid på glada skratt och bra samtal när Louise besöker Kronan Kulturhus.

Så blev det. För två år sedan vigdes hon och hon känner att vigningslöftena i kärlekens och barmhärtighetens tecken verkligen går att relatera till hennes egen uppväxt.

– Farfar var verkligen en "connector". En människa som spelade roll för andra. Och jag trivs också väldigt bra med att få möta människor. Min mormor var trogen kyrkobesökare och hennes dröm var att något av hennes barnbarn skulle jobba inom kyrkan. Så det känns ju extra bra att jag gör det nu, säger Louise med ett leende.

– När pappa sedan dog i cancer för åtta år sedan visste jag mer om vad kyrkan faktiskt kunde erbjuda som hjälp och stöd.

JUST ATT TRÄFFA människor i sorg är något som alla diakoner gör i sin tjänst. Någon som finns där vid olika förluster, dödsfall, livskriser eller trasiga relationer kan spela en avgörande roll för den som drabbats.

– Vi finns där för att lyssna eller för att försöka hitta en väg till försoning. En del hittar till oss diakoner efter att vårdcentralen ibland tipsar om att vi finns när kuratorer eller psykologer inte har möjlighet att ta emot direkt. Man kan höra av sig till oss för att få någon att prata med, säger Louise kollega Helena Bengtsson.

Hon understryker att hennes och hennes kollegors vardag är fyllda av lust, fantastiska möten och en stark känsla av att göra nytta.

– Även om det kan vara jobbiga situationer så är det ett yrke fyllt av energi och glädje. Och även om du finns där för andra, så är det också viktigt att du intar en professionell hållning. För att orka i

”

DET HANDLAR OM ALLTING SOM PÅVERKAR LIVET OCH VI FINNS DÄR FÖR ATT LYSSNA

din roll som stöd så är det viktigt att kunna känna in och finnas där, men också stå tryggt i din egen vardag, säger Helena, när vi följer med henne på en av många återkommande rundor på stan.

Helena rör sig mycket bland utsatta och hon ser kyrkans många mötesplatser som särskilt viktiga. – Det vi gör varje vecka med dagverksamhet och andra träffpunkter har stor betydelse för människor som annars skulle leva väldigt isolerat, berättar hon och hejar på ett välbekant ansikte som kanske inte får så många hej av oss andra. Vi kanske snarare tar en liten omväg och riktar blicken åt ett annat håll.

HELENA VIGDES TILL diakon redan 1983 och sökte sig till yrket sedan hennes lillebror omkommit i en traktorolycka.

– Det var i samband med det som jag reflekterade över vad kyrkan gör för människor i kris och sedan dess har jag haft diakonitjänst i omgångar, berättar Helena.

Hon är dessutom utbildad kantor och för 20 år sedan vidareutbildade hon sig inom socialpedagogik på Högskolan Väst. Sedan dess har hon jobbat som diakon fullt ut igen.

Hon sökte och fick tjänsten som fältdiakon. – Samhället förändras och utmaningarna är ganska stora, säger hon.

Helena har sina rötter i Hälsingland och kombinerade jobbet som kantor och diakon, eller diakonissa som det hette då, i Rengsjö i flera år. – Pappa var kyrkomusiker och mina föräldrar har alltid haft ett ideellt engagemang i flera församlingar.

Pappa Yngve finns inte längre men mamma Ulla, idag 87 år, är fortfarande engagerad i kyrkans ideella arbete i sina barndomstrakter hemma i Norduppland.

– Ditt redskap som diakon är mötet och samtalet och utgångspunkten är att varje människa ska känna sig sedd, betonar Helena Bengtsson, som förutom att återkommande synas i centrum också finns i Kyrkans hus för fika, samtal och kvällsmässa på onsdagar.

ATT SAMORDNA OCH handleda ideella medarbetare är också en stor del av diakonernas vardag.

– Vi jobbar tillsammans med många volontärer. Det är en förutsättning för att kunna göra allt det som vi som kyrka gör, säger Louise.

Vägen till jobbet som diakon

Svenska kyrkans sociala arbete kallas diakoni och är en av kyrkans fyra grunduppgifter. Genom delaktighet, respekt och ömsesidig solidaritet ligger det i kyrkans uppdrag och för alla som verkar inom den, att möta människor i utsatta livssituationer. Sedan år 2000 är diakonens uppdrag reglerat i Kyrkoordningen för Svenska kyrkan.

Diakon är ett ämbete du vigs till, på samma sätt som präst och biskop, och i rollen inspirerar och leder du andra. För att bli diakon ska du ha en fackutbildning från högskola eller universitet samt vara antagen som diakonkandidat i ett stift. Därefter studerar du pastoralteologi vid Svenska kyrkans utbildningsinstitut. Studierna omfattar två terminers studier på helfart.

För en blivande diakon krävs från och med höstterminen 2013 lägst kandidatexamen (180 högskolepoäng) varav hälften inom något av områdena psykologi, socialt arbete, vård, medicin eller folkhälsa. Alternativt yrkesexamen omfattande lägst 180 högskolepoäng inom motsvarande områden, exempelvis socionom eller sjuksköterska.



Helena Bengtsson får en trevlig pratstund med 96-åriga Lilly Runheim, som tagit en promenad och njuter av solen på torget.

Hon tänker ofta på en praktikant inom socialpedagogik som hon hade hos sig.

– Hon var ganska skeptisk till Svenska kyrkan, men efter praktiken var hennes bild en helt annan. Det är nog vår generella utmaning som kyrka, att faktiskt visa allt vi gör för människor i vardagen. Och det känns fantastiskt bra att vi i Trollhättans församling satsar så mycket på diakoni och har en stark tradition inom det området, säger Louise Sahlin. ♥

Exempel på diakoniverksamhet i Trollhättans församling

- Samtal och självvård för människor i livskriser
- Syföreningsverksamhet
- Studiecirkel där man samlas kring olika ämnen
- Öppna luncher som bjuder in till gemenskap
- Caféeer för alla som vill
- Kören Syskonringen för sångare med eller utan funktionsnedsättning
- Besök på äldreboenden med sång, musik och andakt
- Hembesök för samtal eller att motverka ensamhet
- Följeslagarverksamhet för äldre vid olika ärenden
- Verksamheten Musslan för barn och ungdomar som lever med psykisk ohälsa/missbruk i hemmet
- Brittias Salong, en mötesplats med livet i fokus med föreläsningar för äldre
- Samverkan med sjukvård, hemtjänst och socialtjänst
- Medverkan vid gudstjänster
- Utdelning av matkassar
- Diakonimottagning
- Insamlingar till ACT Svenska kyrkan
- Sjukhuskyrkan



OM TREENIGHETEN, MISS LI OCH ATT TÄNKA FRITT

TEXT: ERIK TORSTENSSON
FOTO: JERRY LÖVBERG

De har träffats så gott som varje vecka sedan i höstas. Och nu är det snart dags för "examen". Vi hälsade på konfirmanderna i Strömslund med en dryg månad kvar till konfirmationen i Trollhättans kyrka.

– Jag hade egentligen inga förväntningar innan, men det här har varit väldigt roligt och jag har lärt mig mycket, säger konfirmanden Emmie Stockman.

Emmie är en av cirka 20 konfirmander i en av de sju grupper som konfirmeras denna våren eller sommaren. Gruppen leds av församlingspedagog Anette Melander, prästen Annette Börjesson, organisten Anton Hasselberg och prästkandidaten Emma Simonsson.

Den här soliga tisdagen just i början av maj kommer alla konfirmander precis som vanligt direkt från skolan till Kyrkans gård i Strömslund. De går i 8:an på Slättbergsskolan, Strömslundsskolan och Paradisskolan. Emmie och hennes skolkompisar Alice

Torstensson, Nova Svensk och Emma Lundgren på Paradisskolan träffas nu även som konfirmander. Och det märks att de trivs ihop.

– När inbjudan kom så lyssnade man ju såklart lite med sina kompisar i skolan, säger Alice.

Kvartetten ger tummen upp till det halvår som de tillbringat tillsammans med Svenska kyrkan Trollhättan. Träffarna i Kyrkans gård i Strömslund har varvats med träffar i Trollhättans kyrka och studiebesök vid några av församlingens olika verksamheter.

– Jag tycker vi har lärt oss mycket som vi också har glädje av när vi läser religion i skolan. Och att konfirmera sig är ju något du bara kan göra en gång i livet, så varför inte testa det? Förutom att du lär dig nya saker så träffar du många nya kompisar, säger Nova Svensk och får medhåll av sina kompisar runt bordet.

Prästen Annette Börjesson tycker att de återkommande mötena med konfirmanderna är en väldigt inspirerande del i jobbet. Den här tisdagen ska de prata och lära mer om treenigheten: Fadern, Sonen och Heliga Anden.

Efter startfikat med mackor, saft, korv och bröd samlas gruppen i det större rummet, där det finns ett litet altare och ett piano.

INNAN DAGENS TEMA tar vid summeras förra träffen, då konfirmanderna sågs i Trollhättans kyrka. Temat var döden. Något som inte är självklart att prata om i vardagen.

– Men det är viktigt att komma ihåg att döden är en del av livet, även om det känns svårt. Var inte rädda för att gå på begravning och tänk också på att inte vika undan från dem som sörjer. En blick kan räcka för att visa att du ser och förstår och det betyder mycket att du visar att du finns där, påminner Anette Melander.

Tillsammans med Annette Börjesson, Anton Hasselberg och Emma Simonsson resonerar gruppen vidare kring treenigheten, som talar om Gud som en och tre på samma gång. I trosbekännelsen bekänner vi vår tro på Gud som Fader och skapare, Jesus Kristus som Guds son och den Heliga Anden. Guds treenighet är en del i trons mysterium.

– Det är svårt att greppa och är fint att tala om tillsammans, säger prästen Annette.

Teologin om treenigheten har sin grund i bibeltexter från Nya testamentet.

– Ni kan jämföra det med H₂O, som är den kemiska beteckningen för vatten, där också alla dess tre delar finns när temperaturen är vid nollpunkten. Vatten finns också i tre olika former och faser; ånga, flytande och is. Men i grund och botten är det ingen skillnad, förklarar Annette.

Hon tar Miss Li-låten "Hälsa Gud" som ett härligt exempel på att uttrycka tro, samtidigt som

den textmässigt rent formellt inte riktigt stämmer.

– Miss Li sjunger att hon träffar Jesus, som hon ber ska hälsa till Gud. Men sett till treenigheten är Jesus och Gud samma sak.

Oavsett det så är Annette Börjesson väldigt glad över att en låt på svenska, som faktiskt handlar om att söka hoppet hos Gud, fått ett sådant genomslag.

– Vi hör många engelska låtar med texter om tro på hitlistorna, men svenska är ovanligt.

DENNA TISDAG FÅR gruppen också med sig förklaringen till varför Annette Börjesson och en del av hennes prästkollegor sträcker ut sina armar och ser så glada ut när de ger välsignelsen.

– Det är ett sätt att visa att vi öppnar för alla att ta emot den. Och jag känner själv en stor glädje, eftersom välsignelsen är det finaste du kan ge till någon.

En del öppnar upp sina händer för att ta emot välsignelsen och visar på det sättet sin tro. Korset och korstecknet är kanske annars det tydligaste och vanligaste tecknet. Vi ser



Emmie Stockman, Emma Lundgren, Alice Torstensson och Nova Svensk ger konfirmationstiden högt betyg.

det exempelvis ofta hos många idrottare som gör det när de kliver in på arenan.

– Det är avslutet på deras bön inför matchen eller tävlingen, förklarar församlingspedagogen Anette Melander, som mött hundratals konfirmandgrupper genom åren.

– Jag upplever att ungdomar idag känner ett krav på att hela tiden prestera och nå ett resultat, men det är också viktigt att bara få vara och resonera, reflektera och tänka fritt. Och förstå att du duger precis som du är. Där känner jag att vi har en viktig roll att fylla. ♥

I höst startar sju nya konfirmandgrupper

- Det är du fyller fjorton får du en inbjudan till konfirmation från Svenska kyrkan
 - Konfirmation betyder bekräftelse av dopet och i kyrkan står det för att du hör ihop med Gud genom dopet och att just du är värdefull och viktig
 - Du behöver inte vara döpt för att börja i en konfirmandgrupp, utan döps då under din konfirmandtid
 - I Trollhättans församling erbjuds inför hösten 2023 sju olika konfirmandgrupper, som träffas på olika dagar och är knutna till de olika kyrkorna Lextorp, Götalunden, Skogshöjden, Trollhättans kyrka samt Kyrkans gård i Strömslund
 - En av konfirmandgrupperna är finskspråkig och sker digitalt i en nationell grupp
 - En grupp är anpassad för dig som är 14–25 år och har en intellektuell funktionsnedsättning
 - Att konfirmeras kostar inget, men det kan tillkomma en mindre avgift vid exempelvis läger, skidresor eller annat kul som ofta arrangeras under konfirmandtiden
 - Konfirmationsgudstjänsterna för grupperna som startar i höst hålls i maj, juni eller augusti 2024 och även du som är vuxen och vill konfirmeras är välkommen
- Läs mer och anmäl till höstens konfirmandgrupper senast 30 september på svenskakyrkan.se/trollhattan
Är det något du undrar, mejla till: trollhattans.forsamling@svenskakyrkan.se

elle DYRT & HELIGT

OM FÄRGERNAS BUDSKAP
MED ANDREAS PERVIK



DIN GUIDE TILL DE LITURGISKA FÄRGERNAS SPRÅK

Ibland säger vi saker utan att använda ord. En blick, en blomma, en gåva eller musik, kan vara sådant som säger något utan ord. I kyrkan använder vi många olika symboler, rörelser, blommor och textilier i olika färger för att berätta något utan ord. Om dessa färger berättar här prästen Andreas Pervik lite mer. Med ord.

De färgerna som vi använder i kyrkan kallas liturgiska färger. Liturgi är ett ord som betyder "sådant som hör till gudstjänsten", eller "hur vi gör när vi gör det." Färgerna finns där för att förstärka ett tema och peka på en grundton för en viss söndag eller för en period av kyrkoåret. Färgerna används på tyget som sitter på altarets framsida och kallas antependium. Det används också på tyget som hänger från predikstolen och på prästens och diakonens kläder, det band som

de har på sig och som kallas stola. Den större manteln (skrud eller mässhake) som prästen bär under nattvarden har också dessa färger.

SÅ VILKA FÄRGER finns det då? Här bredvid får du svaret och kan avkoda färgens budskap nästa gång du kommer till en kyrka. Varje söndag finns en färg som tillsammans med texter, musik och predikan lyfter fram ett budskap till oss. ♥



Prästen Annette Börjesson bär mässhaken som används vid nattvarden och diakonen Katharina Klingborg bär bandet som kallas stola. Altarets framsida bär ett antependium som också följer de liturgiska färgerna under kyrkoåret.

••• Rött

Kärlekens och blodets färg som talar om en intensiv kärlek och ett kompromisslöst ställningstagande för det goda, mot det onda. Det är den heliga Andens och lärjungaskapets färg. Rött används bara tre gånger om året: Annandag Jul, Pingst och Apostladagen, som infaller mitt i sommaren. Dessutom syns den röda färgen alltid på konfirmation, eftersom konfirmationen bland annat handlar om att ta emot den heliga Anden.

••• Grönt

Färgen som används i kyrkan flest söndagar under året. På alla "vanliga" söndagar, kan man säga. Nästan hela perioden från Pingst till första Advent används grönt. Den symboliserar växandet. Precis som naturen växer och mognar under gröna tider av året, så är tanken att vi påminns om att våra liv och vår tro får växa. I de tre stora högtiderna Jul, Påsk och Pingst firar vi allt som Gud har gjort för oss. Detta får vi växa i och låta mogna under de gröna tiderna.

••• Svart

Bara under en enda helgdag om året, Långfredagen, används svart i kyrkan. Det är naturligtvis för att denna dag talar om Jesu död och att svart är en sorgens färg. Den används även vid begravningsgudstjänster.

••• Violet

Symboliserar eftertanke, rannsakan och bot och påminner om att vi behöver tänka efter hur vi lever våra liv och kanske behöver vi påminnas om att be varandra om förlåtelse. Färgen används i förberedelsestider före jul och påsk, de så kallade fastetiderna, men även vid några andra söndagar.

••• Vitt

Symboliserar fest och glädje och påminner om himlen. Vitt används dessutom vid dop, konfirmation och ofta vid vigsel. Den vita färgen vill påminna om att allt inte är synligt här och nu. Den himmelska glädjen, där det inte finns ondska eller död, är lika verklig - men syns inte alltid här i vår gråa tillvaro. Vitt används vid de största helgerna; julveckorna och påskveckorna, och vid speciellt festliga dagar.





När: Lördag 6 maj 2023

Hur: En solig vandring på en dryg mil från Kyrkans Gård i Strömslund till Gräsvikens kurs- och lägergård vid Öresjö

Antal fika- och vattenstopp: Tre

Vandringens huvudtema: Frihet, med reflektion även kring de övriga nyckelorden i den svenska pilgrimsrörelsen som också symboliseras genom pärlorna på Pilgrimens krans: Enkelhet, Tystnad, Bekymmerslöshet, Längsamhet, Andlighet, Delande.

Bakgrund: Expedition Pilgrim är lite av en motvikt till alla "TV-expeditioner" där det gäller att prestera, mäta varandras styrkor och till och med rösta ut varandra. Svenska kyrkan Trollhättan erbjuder nyfikna som inte provat på att pilgrimsvandra att göra det.

10:05

Solen skiner och det är vårens första riktigt soliga majdag. Med hatt på huvudet och bra skor på fötterna får fotograf Jerry och jag äntligen träffa deltagarna som anmält sig till Svenska kyrkans Expedition Pilgrim. Vi samlas utanför Kyrkans Gård i Strömslund och har nu en dryg mils vandring framför oss. Expeditionen till ära har Thomas Ögren specialtillverkat vandringstavlar till alla. Grenar i asp har skalats från bark, men ett greppvänligt barkhandtag har lämnats innan stavarna oljats för att klara framtida strapatser.

– Temat för Expedition Pilgrim är Frihet. Vi vill komma bort från stressen och kraven som finns i vardagen. Vi kommer att gå i ungefär 45 minuter åt gången och göra tre längre stopp, berättar Kerstin Kaluza, som tillsammans med Annica Ericsson ska leda oss nybörjare på färden mot Gräsviken.

EFTER EN KORT presentationsrunda bär det av genom Strömslunds kvarter. De första hundra meterna slår jag följe

med Ulf, som är pensionerad pastor i Frälsningsarmén i Trollhättan.

– Medlemsantalet växer och det sociala arbetet är viktigare än någonsin, konstaterar han, samtidigt som smärtan från artrosen i höger knä gör sig lite påmind.

– Men det är bra att röra sig och jag förvärrar inget genom att hålla i gång. Tvärtom.

Kerstin tar täten och Annica går sist och ser till att alla är med. Det känns bra, roligt, soligt – och mobilen är undanstoppad djupt ner i fickan.

10:32

Vi gör ett första kort stopp. Annica berättar lite mer om pärlorna i Pilgrimens krans, knutna till nyckelorden som prästen Hans-Erik Lindström formulerat och som funnits länge i den svenska pilgrimsrörelsen. Annica skickar med oss några tankar att fundera på under den första längre 45-minutersstappen:

– Vad kan jag göra för att ge friheten mer utrymme i mitt liv? Och hur bunden känner jag mig av tidsbrist, relationer, arbetssituationen och ägodelar?

Innan vi vandrar vidare introducerar Kerstin även den lila pärlan, som står för enkelhet.

VI VANDRAR UT MED Edsvidsleden och möts av ihärdiga motionslöpare som njuter av att starta lördagen med en solig löprunda. Naturen tar över mer och mer och det småpratas intensivt. På något märkligt sätt känns det som att vi redan är en grupp som känner varandra

Marina konstaterar att några tuffa år som egenföretagare i byggbranschen slet hårt och satte spår.

– Det är snart tio år sedan och jag fick rådet då att gå ut och promenera mycket på egen hand, men då tyckte jag bara att man fick fler tankar. Att gå tillsammans så här känns mycket bättre.

11:19

Solen värmer alltmer och efter att ha passerat några spångar och lite kuperad terräng slår vi oss ner i solgasset och kränger av oss ryggsäckarna. Sigbrits ryggsäck bråkar lite så hon bär den i ena handen. Hon avböjer vänligt men bestämt bärhjälp.

– Jag går och handlar var och varannan dag och är van att bära. Inga problem, deklarerar hon på sin skönt klingande göteborgska.

Jag skryter lite lätt om min "hembakta" mjuka pepparkaka, men medger i nästa andetag

att den är köpt. Intresset för att smaka är ändå stort och när Aino dessutom bjuder på riktigt gott kaffe blir upplevelsen ännu bättre.

Innan vi går in på etapp två samlas vi i ring och reflekterar kring just frihet och enkelhet.

– Jag tänker på hur många runt om i världen som faktiskt måste oroa sig över att det kan ligga landminor utplacerade som direkt begränsar friheten på ett brutalt sätt, konstaterar Ulf.

Annica introducerar den gröna pärlan, som står för bekymmerslöshet.

– Vad betyder det för er? Och hur ofta får jag bara vila och bara vara, alldeles oansvarig?

Kerstin lyfter också fram tystnadens pärla, den blåa.

– Tystnad är nästan alltid helande, men ibland kan det också vara svårt med tystnad.

VI FORTSÄTTER OCH nu går vi med pratförbud. Tystnad gäller. Men ändå är vi tillsammans. Nu har den där "bubblan" att bara vara här och nu infunnit sig. Till skillnad från att som alltid annars ta närmsta vägen för att vinna tid, så väljer jag medvetet den längsta vägen när vandringleden svänger. Det här är ju inte jakten för att hinna med linjebussen varje morgon.

EN PILGRIMSBUBBLA MED SOL, EFTERTANKE OCH MJUK PEPPARKAKA

"När vi träffades kände de flesta inte varandra. En dryg mil senare kändes det helt naturligt att dela livets tankar och utmaningar. Det händer något när man vandrar tillsammans i naturen." Det här är fotograf Jerry Lövbergs och skribenten Erik Torstenssons skildring av Expedition Pilgrim.

Deltagare i Expedition Pilgrim 6 maj 2023

Forts. på nästa sida →



Birgitta
Pensionär som genom åren jobbat med personalfrågor



Pernilla
Pensionär och tidigare socialarbetare



Aino
Pensionär i Lextorpskyrkans finska verksamhet



Marina
Reklam- och dekorarbetare som drivit byggföretag



Den ensamma trappan som står kvar på skogsängen sedan det gamla torpet på platsen försvunnit, blir en perfekt fikaplats.

12:21

Vi samlas efter att ha passerat härlig natur, där det soldränkta tjärnet utmed leden bara var tvunget att fotograferas. Redan där var det också okej att bryta tystnaden, men vägen fram till nästa reflektionspaus blev fortsatt lugn och stilla. Jag berättar om mitt val av "längsta vägen" och utmaningen i att hitta balansen mellan alla måsten som du ofta själv skapar. Hur även med åtaganden som i grunden är roligt och ger mycket? När blir de ett bekymmer?

BIRGITTA BERÄTTAR OM den jobbiga tystnaden i sitt liv.

– Jag blev ensam för en tid sedan och när du levt ihop med någon i 50 år så är det svårt att vänja sig vid den nya typen av ofrivillig tystnad. Även om man inte alltid pratar med varandra, så vet man att det finns någon där.

VI TAR OSS ut på den större vägen en sträcka, innan vi ska vika in till höger i skogarna kring skjutbanan. Vi har gått ungefär halvvägs. Stämningen är god och Kerstin driver upp tempot en aning.

13:05

Vi stannar till och öppnar våra ryggsäckar igen, bara ett par hundra meter från såväl Annicas som Marinas frisör. Här ute! I bakgrunden hörs knallarna från skjutbanan. De letar sig över kalhygget, då vinden blåser i vår riktning. Lite vatten, en banan och resten av den mjuka pepparkakan ger energin som behövs för att snart avverka den sista dryga timmen mot Gräsviken.

Annica introducerar nästa pärla i Pilgrimens krans; den gula, som symboliserar långsamhet.

– Att jaga runt förlorar till sist sin mening. Och livet är ingen tävling och en inre långsamhet handlar om att göra prioriteringar, påminner hon och ber oss ställa oss frågan: "Hur ofta kan jag ta det lugnt?" Samtidigt vibrerar mobilen i fickan, men jag tvingar mig att inte svara.

13:32

Efter en lite kortare sträcka slår vi oss ner på en tjockt mossklädd gärdsgård bara för att få pusta lite extra. Nu är det inte långt kvar och Kerstin ger oss tankarna kring den orangea pärlans budskap om andlighet.

– För oss pilgrimer handlar det om en gemenskap mellan naturen och alla människor, förklarar hon. Kerstin knyter an till Pernillas lust att bara få slå sig ner på den grönklädda stenmuren, som generationer långt före oss byggt när åkrarna i ordningställdes för länge sedan.



Vi laddar för sista sträckan.

– Nu ska vi vandra på Öresjövägen en liten bit, sedan tar vi av in mellan husen så är vi snart vid Gräsviken, säger Kerstin.

INNAN AVGÅNG REPETERAR vi Heliga Birgittas Bön:

"Herre, visa mig din väg, och gör mig villig att vandra den."

Den är inspirerad av Birgittas uppenbarelser, men är inte ett ordagrant citat.

14:47

Framme vid målet! En träbro leder oss över bäcken som rinner ut i Öresjö. Och den soldränkta sjön nedanför Gräsvikens kurs- och lägergård välkomnar oss och lockar till och med Kerstin, Pernilla och Aino till att bada. Jag avstår, även

om det ser väldigt skönt ut. I köket har Margareta Andersson förberett pajer, sallad och fika. Väldigt nöjd och också lite stolt slår man sig ner och fyller på energipåerna. Även om det inte varit så



Pärlorna i pilgrimens krans symboliserar de sju nyckelorden och de små svarta pärlorna emellan är vandrigen.

mycket strapats, så känns det att du varit ute i skog och mark i nästan fem timmar. Vi avslutar med en samling i det lilla vackra kapellet och summerar dagen. Kerstin reflekterar över hur svårt det ibland kan vara att våga ta steget och göra en livsförändring för både kropp och själ.

– Men Annica och jag hoppas att vi har lyckats så ett litet frö för att förändra vardagens stress mot ett lugnare tempo.

KLART ÄR ATT det lär bli fler pilgrimsvandringar för flera av oss nybörjare.

– Det har varit en fantastisk dag och det här är ett väldigt trevligt sätt att träffa nya människor. Samtalen uppstår så naturligt när du går tillsammans i naturen på det här sättet, summerar Marina. ♥

Forts. från föregående sida



Sigbrit
Pensionerad kontorist och banktjänsteman



Erik
Patos-skribent med många järn i elden utanför jobbet



Jerry
Patos-fotograf och filmare, som bor naturskönt i Hjärtum



Simba
Portugisisk Vattenhund, husse är Marinas son



Julia
Ingenjör som också gjorde sin första pilgrimsvandring



Ulf
Pensionerad pastor inom Frälsningsarmén



Annica
Vandringsledaren som gick sist i Expedition Pilgrim



Kerstin
Vandringsledaren som gick först i Expedition Pilgrim



ELIAS LEIJON

Evenemangsansvarig på Trollhättans Stad och med full koll på allt spännande som händer i Trollhättan. Det blir en fullspäckad sommar med en efterlängtdad duo till Fallens dagar och det nya initiativet Sommarpuls.



Fallens dagar är välkänt för Trollhätteborna, men vad händer mer i sommar?

– Nytt för i år är ett initiativ som går under namnet Sommarpuls Trollhättan. I samverkan med City Trollhättan, Folkets Hus Kulturhuset, Visit Trollhättan-Vänersborg, näringsidkare och föreningsliv kommer det bland annat att bjudas på konserter, allsång, standup, utomhusbio och olika barnaktiviteter. Vi vill skapa sommarpuls i centrum, hela sommaren. Sedan har vi såklart våra fasta återkommande inslag varje år; Fallens dagar, Slussdagen och Action week, för att nämna några.

Vad får Trollhättebor och besökare absolut inte missa i sommar?

– Det finns en duo som många önskat länge till Fallens dagar och som det varit ett högt tryck på de senaste 10 åren, egentligen sedan de slog igenom. Det är den norska tvillingduon Marcus & Martinus som spelar på lördagen den 22 juli under Fallens dagar. Men jag vill gärna slå ett slag för alla konserter under Fallens dagar, det är inte så ofta som chansen ges att gå på konsert helt gratis.

Sommaren är evenemangens högtid, men vad händer under vintern, våren och hösten?

– Under mina drygt två år som anställd i Trollhättan så har jag verkligen imponerats av kraften här. Jag tror verkligen att den är unik för en stad av den här, ändå mindre, storleken. Här händer det alltid mycket. Under våren har vi återkommande inslag som Hela Kronan Gungar och Smaka på Trollhättan. Och under oktober anordnas Trollhättan Jazz- och Bluesfestival, med en härlig bredd på programmet.

Blir det något ledigt för dig?

– Efter Fallens dagar i slutet av juli ska jag försöka vara ledig några veckor och spendera tid med min fru och våra barn. Jag och min fru har lite dålig synk med semestrarna i år, men vi gör det bästa av det. Vi har ett sommarställe i Jämtland, där vi alltid brukar spendera någon vecka.

Läs mer om evenemang i Trollhättan på trollhattan.se, vastsverige.com/visitrollhattanvanersborg eller i [GoTrollhättan-appen](#)

Träffa Svenska kyrkan på Fallens dagar
Läs mer om var du hittar oss på svenskakyrkan.se/trollhattan



INGEN SKA VARA ENSAM PÅ VÄGEN TILL SISTA VILAN

TEXT: ERIK TÖRSTENSSON | FOTO: JERRY LÖVBERG

Alla har rätt till en fin begravning. Och när det inte finns anhöriga som tar hand om den, så ser begravningsentreprenören och Svenska kyrkan till att vi alla förs till sista vilan på ett värdigt sätt.

– En begravning utan en enda deltagare gör förstås ont i hjärtat och känns tragisk, men tyvärr förekommer det, säger Trollhättans kyrkogårdschef Frank Thorén Hall.

SVERIGE REGLERAS BEGRAVNINGSVERKSAMHETEN av begravningslagen, som slår fast vilka rättigheter och skyldigheter som finns. Alla som är folkbokförda i Sverige och har en beskattningsbar inkomst betalar också en obligatorisk begravningsavgift, oavsett om man är medlem i Svenska kyrkan eller inte.

Det är däremot Svenska kyrkan som har statens uppdrag att hantera all begravningsverksamhet, förutom i Stockholm och Tranås. I Trollhättan finns två begravningsplatser; Håjum och Götalunden. En begravning innebär oftast att familj, släkt och vänner samlas och tar avsked och att anhöriga tillsammans utformar begravningsgudstjänsten i samspel med kyrkan och begravningsentreprenören.

– Men det är inte alltid det finns anhöriga eller vänner som tar hand om det praktiska. Det är inte så ofta, men det händer att vi genomför begravningsgudstjänster enligt den avlidnes vilja utan en enda besökare. Då blir det väldigt påtagligt att det finns människor som levtt väldigt ensamma, säger Frank Thorén Hall.

Har den döde inte angivit några önskemål om sin begravning och det inte finns anhöriga, så tas det praktiska arbetet först om hand om begravningsentreprenören. Sedan placeras askan efter kremeringen i en minneslund, eller i en befintlig familjegrav om sådan finns. I minneslund, som blir allt vanligare i Sverige, finns inte en uttalad plats för anhöriga att besöka i form av en sten eller

namnplatta. Det är istället själva lunden som är minnesplatsen.

– Ensambegravningar i minneslund är inte ovanliga. Oavsett om det finns anhöriga eller inte så är det viktigt för oss att alltid genomföra en urnsättning med värdighet. Över huvud taget innebär det här jobbet att vara en medmänniska i stunden, utöver det praktiska arbetet med att exempelvis gräva en grav eller gräva hålet där urnan sänks ner, betonar kyrkogårdsarbetaren Andreas Molin.

Begravningslagen säger att man i största möjliga mån ska utforma begravningen som de anhöriga vill ha den, om det inte finns något nedskrivet av den som dött.

– Det enklaste och bästa för alla är att du och jag skriver ned våra tankar om hur den egna begravningen ska vara, men samtidigt är det något som vi kanske inte vill tänka så mycket på, konstaterar Frank Thorén Hall.

DET HÄNDER ATT Frank i sin roll som medlare måste försöka jämkta samman anhörigas olika viljor, när det inte finns något skrivet om ceremonin eller var och hur den döde ska begravas.

– Det är ingen rolig situation för någon och kan skapa en hel del osämja, vilket är väldigt tråkigt. Kan inte jag som medlare få anhöriga att enas, så är det i slutänden Länsstyrelsen i rollen som tillsynsmyndighet som får fatta beslut. Ibland går det så långt, berättar Frank, som nyligen hanterat ett ärende som pågått i nästan ett år.

Både Frank och Andreas konstaterar att vi i Sverige generellt har ett lite annat förhållnings-sätt till begravningar än i flera andra länder.

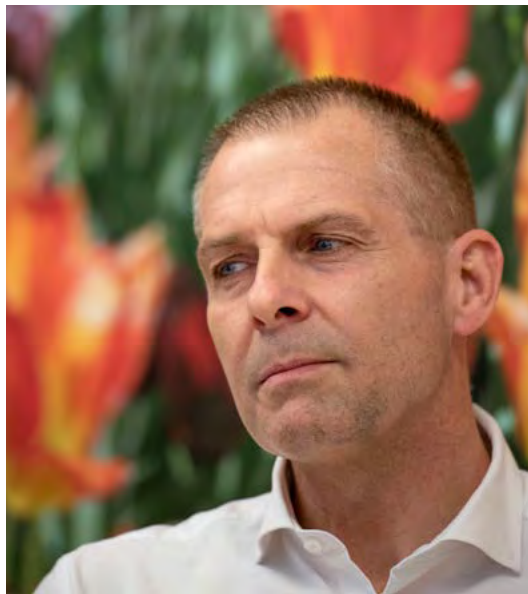
– I Sverige blir begravningen lite krasst ibland en del av vardagen på ett annat sätt. Den planeras in utifrån hur kalendrarna ser ut och det är ingen tillfällighet att vi har väldigt många begravningar på fredagar. Vi har mycket runt oss och det är ofta stressigt, så att inte ens en begravning alltid har högsta prioritet. Det känns inte riktigt bra tycker jag, men det är samtidigt så vårt samhälle ser ut, konstaterar Frank Thorén Hall.

”

JUST ENSAMHETEN VI MÖTER IBLAND SÄTTER SIG DJUPT

Bland dem som tydligt anger hur de vill att den egna begravningen ska vara, finns önskemål om allt från utvalda psalmer till att fira livet.

– Jag minns särskilt en sådan begravningsguds-



Begravningsentreprenören Thomas Schmidt hjälper återkommande till med att skriva ner enskildas önskemål om sina begravningar.

tjänst förra året, där temat var just att fira livet. Det var hög musik och mycket glädje. Och det var väldigt fint att se att den som avlidit fick sin vilja uppfylld, säger Frank.

THOMAS SCHMIDT HAR jobbat som begravningsentreprenör i Trollhättan i 17 år. Det händer att han hjälper ensamma att fylla i sin sista önskan i det som hans begravningsbyrå kallar för Vita arkivet.

– Jag minns särskilt en man som kom in och berättade att han var döende och ville ha hjälp med det. Vi träffades flera gånger, innan han sa: "Thomas, nu ses vi inte mer". Men jag fick ta hand om honom efter att han avlidit och det kändes väldigt fint.

SAMME PERSON HADE barn, men de hade ingen kontakt sedan länge och pappan ville inte att de skulle närvara vid begravningen.

– Men sådana krav kan du inte ställa. Kyrkan stänger inte dörren för någon och det förklarade jag för honom. Och efter att han dött så hörde barnen av sig och ville självklart ta farväl av sin pappa. Det var en hjärtskärande historia på många sätt. Och just ensamheten vi möter ibland sätter sig djupt, säger Thomas.

Sommarkvartalet på våra kyrkogårdar

I juni är det fullt fokus på att tusentals sommarblommor ska ner i jorden, samtidigt som gräsklippningen rullar på. I semestertider är säsongsarbetarnas främsta fokus underhåll, ogrärensning, vattning, gräs- och häckklippning utöver gravgrävning. Förutom den löpande sommarskötseln så klipps kringtytor och ängsmark.

Vita arkivet eller liknande tjänster är formellt ingen juridiskt bindande handling.

– Ibland händer det att anhöriga vill justera något med musik eller blommor, men det vi trycker väldigt hårt på och som är etiskt riktigt är att åtminstone följa önskemål om gravplats eller kremering. Det avviker vi inte gärna ifrån, betonar Thomas.

Begravningsentreprenörerna har ett nära samspel med Svenska kyrkan, sjukhuskyrkan, kyrkogårdsförvaltningen och Trollhättans Stad kring begravningsverksamheten.

– Sjukhuskyrkan hanterar dödsfall när det gäller foster och spädbarn och gör det på ett fantastiskt sätt. När det gäller ensamma som dör på sjukhus hjälper ofta Trollhättans Stads socialförvaltning till med att eftersöka anhöriga och släktingar och tar sedan kontakt med oss begravningsentreprenörer.

Skriv ner önskemålen om din begravning

Det finns flera möjligheter att på ett smidigt sätt berätta för anhöriga hur du vill ha din begravning, utan att du behöver prata med dem om det. De får ta del av informationen efter din död.

Prata med en begravningsbyrå. Här är några exempel på tjänster som finns.

Livsarkivet är en kostnadsfri tjänst som tillhandahålls av Sveriges Begravningsbyråers Förbund. Du kan när som helst logga in och uppdatera informationen. Läs mer på livsarkivet.se

Vita Arkivet är Fonus kostnadsfria tjänst där du kan berätta för dina nära och kära vad du vill ska hända dagen du inte längre finns. Läs mer på vitaarkivet.fonus.se

Trestads Begravningsbyrå i Trollhättan hjälper dig också att teckna ner dina önskemål och förvara handlingen. Läs mer på trestadsbegravning.se

SEPTEMBER

AUGUSTI

JULI

JUNI

Thomas Schmidt minns en annan begravning speciellt. Det var en musiker som dött och som inte hade några anhöriga. Thomas och hans kollegor valde dock att sätta in en dödsannons, eftersom det fanns lite pengar till det i dödsboet.

– Vi anordnade en enkel ceremoni i ett kapell med bara musik. Det kom femton vänner för att ta ett sista avsked. Efteråt kändes det så fint att vi ordnat med annons och ceremoni, trots att det inte fanns anhöriga.

På samma sätt är det bra att ha det nedskrivet även i den bästa familjegemenskapen, med många anhöriga, påpekar Thomas.

– Finns det många olika uppfattningar så är det till stor hjälp och bidrar till att undvika onödiga slitningar. ♥

Därför betalar du en begravningsavgift

Begravningsavgift är en avgift som betalas av alla folkbokförda i Sverige som har en kommunalt beskattningsbar inkomst. Sedan 2016 är den enhetligt för hela landet, förutom Stockholm och Tranås, och motsvarar 25,8 öre per hundralapp.

För en person som tjänar 350 000 kronor om året är begravningsavgiften 903 kronor per år, eller drygt 75 kronor per månad.

Det spelar ingen roll vilken tro du har eller om du inte tillhör något trossamfund. Begravningsavgiften omfattar oss alla och bekostar bland annat rätt till gravplats i 25 år, kremering och lokal för begravningsceremoni utan religiösa symboler.

Svenska kyrkans församlingar och pastorat har statens uppdrag att se till att det finns begravningsplatser för alla som är folkbokförda inom förvaltningsområdet.

I uppdraget ingår också att tillhandahålla särskilda gravplatser för dem som inte tillhör något kristet trossamfund.

Läs mer om begravningsavgiften på kammarkollegiet.se

KALENDARIUM

TROLLHÄTTANS FÖRSAMLING



SOMMARENS MÖTESPLATSER OCH CAFÉER

GRÄSVIKEN

Mellan 27 juni och 10 augusti.
Tisdagar kl. 11-16, andakt kl. 15.
Ons-tor kl. 14-19, andakt ons kl 18, mässa tor kl 18.
Gudstjänster på söndagar kl. 15 (ej den 23 juli).
Hembakat fikabröd i vacker miljö. Vandra i omgivningarna och ta en fika med dopp. Det finns även möjlighet till "riktiga dopp" på den fina badplatsen. För mer information, ring 0520-47 29 69 eller 47 29 00.

GÖTALUNDENS KYRKA

Onsdag den 14 juni. Måndagar mellan den 26 juni och 21 augusti, kl 10.30-12.00.
Sommarcafé för alla åldrar. Fika, lek, sång och musik.
Lekrummet är öppet från kl. 10.

SKOGSHÖJDENS KYRKA

Tisdagar mellan den 27 juni och 22 augusti, kl. 13-15.
Sommarcafé med kaffe och goda samtal.

LEXTORPSKYRKAN

Tisdagar mellan den 20 juni och 22 augusti, kl. 14-16.
Sommarcafé med kaffe och dopp. Sång och samtal om allt mellan himmel och jord.

KYRKANS HUS

Onsdagar mellan den 21 juni och 23 augusti, kl. 10-12.
Andakt kl 12. Sommarcafé i god gemenskap till självkostnadspris.

FINSKT SOMMARCAFÉ/ SUOMALAINEN KESÄKAHVILA

Lextorpskyrkans innergård, kl. 13-15
15 juni, 22 juni, 29 juni och 6 juli



PILGRIMSVANDRINGAR

Välkommen att vårda både kropp och själ.

- 21-23 juli anordnas vandringar i samband med Fallens dagar
- 12-13 augusti kl 9. Tvådagarsvandring till Hjärtum med temat "Goda förvaltare". Anmälan senast 7 augusti. Först till kvarn!
- 16-17 september. Kontraktsvandring från Rommele församling till Vänersborg.
- Vandring till Edsleskog i flera etapper vid olika datum, innan man når Edsleskog den 9 september.

Läs mer på: svenskakyrkan.se/trollhattan/pilgrimsvandring

MUSIK

MUSIK I SOMMARKVÄLL

Trollhättans kyrka kl. 19.
Varje onsdag mellan den 5 juli och 2 augusti.

MUSIKVECKA MED ORGELN I FOKUS

Är du mellan 12 och 16 år, musikintresserad och vill testa instrumentens drottning?
Välkommen mellan tisdag den 15 augusti och fredag den 18 augusti kl. 9-15.30.
Anmäl dig till organist Elina Bomström senast 12 juli.
Mejla: elina.bomstrom@svenskakyrkan.se eller ring/sms:a 0761-175 335

ORGELSPA - AVKOPPLING TILL SOFTA TONER

Den 5 september kl. 18-19 i Lextorpskyrkan.
Välkommen att koppla av till mjuk orgelmusik.
Lyssna till musiken liggande eller sittande i kyrkbänken. Det viktiga är att det finns rum för en paus i vardagen. En paus för att slappna av, hämta kraft och bara ta det lugn. Precis som på spa!

MUSIKGUDSTJÄNST I SKOGSHÖJDEN

Söndag 10 september kl. 18.

ÖVRIGT

ÖPPEN KYRKA

Trollhättans kyrka är öppen varje dag kl. 10-18 under juni, juli och augusti. Lextorpskyrkan är öppen varje vardag kl. 8.30-16.

MIDSOMMARFIRANDE

Onsdag 21 juni kl 10-12 i Kyrkans hus.
Emanuel Karlsson sjunger och Midsommartårta serveras.

Onsdag 21 juni kl. 10.30-12 i Götalundens kyrka.
Vi klär midsommarstången, dansar och fikar tillsammans. Avslutas med andakt.

Fredag 23 juni kl. 14-16 i Lextorpskyrkan.
Dans kring midsommarstången, fika, fiskdamm för barn och andakt.

SOMMARSÖNDAGAR PÅ GRÄSVIKEN

Söndagarna 2 juli, 9 juli, 16 juli, 30 juli och 6 augusti.
Gudstjänst kl. 15. Kyrkaffe (30 kr) och program.

Buss till Gräsviken avgår kl. 13.50 från Lextorpskyrkan, kl. 14 från Drottninggatan nedanför Kyrkans hus, kl. 14.10 från Götalundens kyrka och kl. 14.25 från Skogshöjdens kyrka. Buss tillbaka ca 17.30.

FALLENS DAGAR 21-23 JULI

Med olika aktiviteter, musik och café i Trollhättans kyrka.
Ekumenisk gudstjänst på Hojumstunet söndag 23 juli.
Se vårt program på svenskakyrkan.se/trollhattan

DROP-IN-DOPP

Lördag 29 juli i Götalundens kyrka kl. 11-15.
Alla är välkomna att döpas; barn, unga och vuxna.
I dopet får vi ett löfte om att Gud alltid har omsorg om oss. Det är en vacker och glad tradition, som bjuder in till gemenskap.
Läs mer på svenskakyrkan.se/trollhattan/dop

DROP-IN-VIGSEL

Drop-in-vigseln är personlig och individuell. Det är enkelt och nära, och ni kommer som ni är. Vi ordnar präst, lokal, musik, vittnen och till och med datum!
Gäster, bukett, högtidliga kläder är valfritt.
Ni bestämmer själva hur ni vill göra.

Boka en vigseltid under drop-in-tiden kl 11-15.
Kontakta expeditionen för mer info, tel 0520-47 29 00.

SUICIDPREVENTIVA DAGEN

Söndag 10 september kl. 17.
Välkomna till Missionskyrkan i Trollhättan och en minnesstund med ljusständning.
Arrangörer är Svenska kyrkan och TER-kyrkorna i Trollhättan, Spes och Suicidezero m fl.

För mer information:
nusjukvarden.se/om-nu-sjukvarden/sjukhuskyrkan/

PRIDETÅG & REGNBÅGSMÄSSA

Lördag 1 juli från kl 12

Som Guldspansorer finns vi på plats på torget från kl 12. Gå gärna med oss i Pridetåget kl 14.30.

Söndag 2 juli kl 11

Regnbågsmässa i Trollhättans kyrka. Håll utkik på vår hemsida eller Facebooksida för mer information i samband med Pride.

GÖTALUNDENS DAG

Lördag 9 september kl 10-13

Lotterier – Chokladhjul – Körsång med Harmoni – Fika – Käpphästar – Hoppborg – Åk med häst och vagn mm.

Alla intäkter från serveringen, aktiviteter, lotterier etc. går till Svenska kyrkans diakonala arbete i Trollhättan. Vi tar tacksamt emot saker som kan bli fina priser i våra lotterier. Så vill du skänka något till våra lotterier? Kontakta Magdalena Stålhandske, tel 0520-47 29 39.

50-ÅRSFIRANDE AV LEXTORPSKYRKAN

Söndag 24 september

Festmässa kl. 11
Konsert



BRITTAS SALONG HÖSTEN 2023

Välkommen tillbaka i höst till succén Brittass Salong, där vi tillsammans med inspirerande föreläsare får nya perspektiv på livet och vardagen. Brittass Salong, som arrangeras av Svenska Kyrkan i Trollhättan och finansieras av Britta Lundqvists Stiftelse, är en mötesplats där det alltid finns trevliga människor och spännande föreläsare, som gjort olika resor i livet.



Brittass Salong startar med Afternoon Tea, bestående av en uppsjö av godsaker, innan våra namnkunniga föreläsare intar scenen. Evenemanget riktar sig till dig över 60 år som har lämnat yrkeslivet bakom dig. Biljetterna till Louise Hoffsten släpps 21 augusti. Information om biljettsläpp till övriga salonger i höst kommer senare. Pris/pers: 110 kr inkl Afternoon Tea.

Biljetterna bokas enbart direkt via svenskakyrkan.se/trollhattan

14/9 LOUISE HOFFSTEN



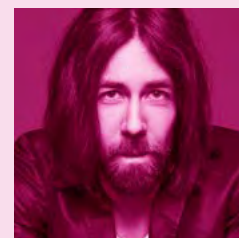
19/10 DANIEL LANGKILDE



16/11 NILS VAN DER POEL



14/12 MICAEL DAHLEN






Fair Trade Shop flyttar til Kyrkans Hus

Under sommaren går flyttlasset från Kungsgatan 22 till Kyrkans Hus för Fair Trade Shop. Exakt när shopen, där Svenska kyrkan Trollhättan säljer rättvisemärkta produkter från hela världen, nyöppnar och vilka öppettider det blir är inte helt klart. Men klart är att alla Trollhättebor ska kunna handla rättvist även i fortsättningen, såklart!

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

GUDSTJÄNSTER I SOMMAR

	Tisdagar 15.00		Andakt	
27 JUNI - 10 AUGUSTI	Onsdagar 18.00	Kyrkans Gård Gräsviken	Andakt	
	Torsdagar 18.00		Mässa	
	Söndagar 15.00		Gudstjänst (ej den 23 juli)	
			Andakt med ljusständning, levande musik. Sista onsdagen i månaden firas även en enkel mässa	
VARJE ONSDAG	15.00	Sjukhuskyrkan Näl	Mässa	
15 JUNI	18.00	Götalundens kyrka	Högmässa	
		Trollhättans kyrka	Högmässa	
18 JUNI	11.00	Götalundens kyrka	Högmässa	
		Lextorpskyrkan	Gudstjänst	
			Finsk gudstjänst 	
		Skogshöjden kyrka	Mässa	
22 JUNI	18.00	Götalundens kyrka	Mässa	
24 JUNI	11.00	Götalundens kyrka	Midsommardagshögmässa	
		14.00	Skogshöjden kyrka	Midsommardagsmässa
25 JUNI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		14.00	Lextorpskyrkan	Finsk mässa 
2 JULI	11.00	Trollhättans kyrka	Regnbågshögmässa	
		18.00	Skogshöjden kyrka	Mässa
9 JULI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		Götalundens kyrka	Gudstjänst	
	18.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst	
16 JULI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		Lextorpskyrkan	Gudstjänst	
	18.00	Skogshöjden kyrka	Mässa	
23 JULI	10.30	Hojumstunet	Ekumenisk gudstjänst	
30 JULI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		Götalundens kyrka	Gudstjänst	
		Lextorpskyrkan	Mässa	
		Skogshöjden kyrka	Mässa	
6 AUGUSTI	18.00	Götalundens kyrka	Mässa	
	11.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst	
13 AUGUSTI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		Götalundens kyrka	Gudstjänst	
	18.00	Lextorpskyrkan	Mässa	
		Skogshöjden kyrka	Mässa	
20 AUGUSTI	11.00	Trollhättans kyrka	Högmässa	
		18.00	Götalundens kyrka	Mässa
	11.00	Lextorpskyrkan	Gudstjänst	
27 AUGUSTI	11.00	Götalundens kyrka	Gudstjänst	
		14.00	Lextorpskyrkan	Finsk mässa 
		18.00	Lextorpskyrkan	Mässa
		18.00	Skogshöjden kyrka	Mässa



ÖPPET HUS HOS 20-ÅRIGA MUSSLAN

I varje svensk skolklass finns det enligt statistiken fyra-fem barn och ungdomar som lever i en familj med missbruksproblematik eller psykisk sjukdom. I 20 år har Svenska kyrkan Trollhättan i samverkan med Trollhättans Stad drivit verksamheten Musslan som stöd för just dem.

Namnet symboliserar en mussla som sluter sig, men inuti finns en pärla. Hit kan alla barn och ungdomar som har en anhörig med psykisk sjukdom och/eller ett beroende av alkohol, droger eller spel vända sig för att få råd och stöd. Musslan vill förmedla hopp. Barnen och ungdomarna får lära sig vad ett beroende eller psykisk sjukdom innebär och mycket handlar om att stärka självkänsla och självförtroende – och minska skam, skuld och ansvar.

Det är viktigt att inse att det inte är mitt fel som barn att situationen är som den är och ingenting du kan ta på dig att försöka bota. I stället är det viktigt att få hjälp att fokusera på sig själv och sina egna behov. Att träffa andra barn och ungdomar i liknande situation betyder mycket, eftersom det är vanligt att känna sig ensamast i världen. Att få träffas och fika, pyssla, leka, skratta och ha roligt tillsammans ger ny kraft och blir samtidigt en paus från allt det jobbiga.

Varje termin startar Musslan nya grupper i åldrarna 7-9, 10-12 och 13-18 år. I höst planeras också att starta en föräldragrupp. Syftet är att även de vuxna ska få kunskap

om beroendets eller den psykiska ohälsans inverkan på barnen i familjen, och att föräldrarna också får möjlighet att utbyta erfarenheter.



Musslan startades i september 2003. Bakom satsningen stod kyrkorna i Trollhättan genom Trollhättans ekumeniska råd och initiativet var resultatet av en behovsanalys 2000. Efter en inventering av den diakonala verksamheten beslöt Svenska kyrkan att starta stödgrupper för barn och ungdomar. Två församlingsmedarbetare utbildades som ledare i verksamheten. De första åren lånades en lokal av kommunens Nätverkscentrum, men snart uppstod behov av egna lokaler. Musslan hyr sedan 2005 en centralt belägen lokal av Lundqvist Byggförvaltning.

Idag är hälften av ledarna anställda av Svenska kyrkan Trollhättan och hälften av Trollhättans stad. Samtliga har gått stödgruppsledarutbildning på Ersta Vändpunkten i Stockholm och utgår från deras pedagogiska program med 12-15 träffar under en termin.

Öppet hus i Musslans lokal

Lördag 16 september kl 11-14

Adress: Staveredsgatan 10 i Trollhättan
Musslanledarna berättar om verksamheten och bjuder på fika. Välkommen!

Vill du veta mer om Musslan?

trollhattan.musslan@svenskakyrkan.se
Tel: 070-390 86 88
Facebook: Musslan Trollhättan
Hemsida: musslan.info

Behöver du någon att prata med?

Vi för inga journaler och har tystnadsplikt.

Samtalsmottagningen:
0520-47 29 85

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

svenskakyrkan.se/trollhattan/samtal

Palveleva puhelin

KUN TARVITSET KESKUSTELU-TAI KRIISITUKEA



PUHELIN

Joka ilta klo 21-23
020-25 25 00



CHATTI

Torstaisin ja sunnuntaisin
klo 18-20



NETTIKIRJE

Vastaus 24 tunnin
kuluksessa

svenskakyrkan.se/palvelevapuhelin

Ruotsin kirkko

Svenska kyrkans jourtelefon på teckenspråk

Svenska kyrkan erbjuder dig som är döv, samtal med en teckenspråkig präst eller diakon. De präster och diakoner som svarar i bildtelefonen är fullt teckenspråkiga och har tystnadsplikt.

Adress till jourtelefonen:
svenskakyrkan@ectalk.se

Jourtelefonens öppettider:
mån 10-16, ons 10-19, fre 10-16