

# Kyrkbladet *Västra Frölunda församling*

Vinter 2024/2025



Svenska  
kyrkan

# Stjärnan som leder oss *hem*

Du är en stjärna, säger vi ibland till varandra för att visa på att någon verkligen gjort något bra. Precis som en stjärna som lyser på himlen. Vi ser dem lysa varje molnfri kväll.

Men vad är en stjärna och varför lyser den? Enkelt förklarat är det fusionen av atomkärnor inne i stjärnan som ger energi och som färdas genom stjärnan och strålas ut i rymden och lyser för oss, där vi befinner oss långt, långt bort från stjärnan.

Så var det också med stjärnan som kom upp på himlen och lyste över Betlehem, där Jesusbarnet fanns med Maria och Josef. Stjärnan lyste och blev ett tecken på att de vise männen hittat rätt. Plötsligt blev stjärnan inte något som var långt bort, utan något som ledde dem fram – och hem.

Vi hänger upp stjärnor i fönstret, för att markera advent och att det snart är jul. Stjärnan lyser i våra hem och får bli en symbol för att Gud kommer till oss i det lilla

Jesusbarnet och ger oss ljus, kärlek och gemenskap som vi alla så väl behöver. Precis som vi sjunger i en av psalmerna: Stjärnan från Betlehem leder ej bort men hem.

Hem, är där vi kan vara oss själva och ta emot Guds kärlek, ljus och liv. Hemma blir också vi som stjärnor. Inte för något vi gjort, utan för dem vi är; värdefulla och älskade av Gud. Guds ljus och kärlek värmer oss, så att vi lyser och blir som stjärnor för varandra. Stjärnor som strålar kärlek, ljus och gemenskap.

God advent och jul och ett välsignat nytt år!  
Önskar

**Ingrid Svensson**  
församlingsherde  
Västra Frölunda församling



**Tryck:** Sandstens Tryckeri AB  
**Foton:** Thomas Elg, Helena Windt, Josefin Casteryd/Ikon, Fredrik Bengtsson/Ikon, Rajat Verma/Unsplash, Vidar Nordli Mathisen/Unsplash, Jennie Gröning, Tim Umphreys/Unsplash, Magnus Aronsson/Ikon, Jen Theodore/Unsplash, Julia Kicova/Unsplash, Anjeli Lundblad/Unsplash

Foto: Josefin Casteryd/Ikon, Fredrik Bengtsson/Ikon, Rajat Verma/Unsplash

## En kyrka *att räkna med*

... för den som behöver  
gemenskap, omsorg och  
stöd på olika sätt i vår  
egen stadsdel och i världen.



### Julinsamlingen 2024 i Västra Frölunda pastorat

Vill du vara med? Din gåva delas lika mellan:

**Diakonimottagningens arbete** att stödja medmänniskor i utsatta livssituationer.

**Act Svenska kyrkan** som tillsammans med andra kyrkor och organisationer arbetar långsiktigt mot fattigdom och förtryck och agerar snabbt vid katastrofer i hela världen.

*Ljuset lyser i mörkret  
och mörkret har inte  
övervunnit det.  
Johannesevangeliet 1:5*



Swisha  
din gåva!  
123-409 35 63





# Advent & Jul i kyrkan

*Gudstjänster,  
julkonserter &  
gemenskap*



son, Wulfson Quartet och Frölunda Kyrkokör under ledning av Maria Lindqvist Renman.

## Julafton med alla sinnen

**Tisdag 24 december  
11.00 Västra Frölunda  
kyrka**

Kom och upplev julens budskap med alla sinnen! Välkommen på glögg och pepparkaka från 10.30.

Ingrid Svensson, präst  
Thony Sjöström,  
musiker.

## Julotta

**Onsdag 25 december  
07.00 Västra Frölunda  
kyrka**

*Ett barn är fött på denna dag!* Var med i den tidiga morgontimmen när vi firar Jesus födelse i Betlehem. Marianne Fogelqvist, präst, Aija Olsson, musiker.



## Musik & Stillhet

**Torsdag 26 december  
11.00 Västra Frölunda  
kyrka**

En stilla meditativ gudstjänst med musik och sång. Upplev julen medan du vandrar runt i kyrkan, tar en julig fika eller vilandes i kyrkbänken – filt och kudde finns att låna.

Medverkande: Lovisa Stenmark, sång, Thony Sjöström, orgel och flygel, Margreth Johansson, Jennie Gröning och Marianne Fogelqvist, läsningar.

## Mellandags- fest

**Söndag 29 december  
12.30–14.30 Tynnereds  
kyrka**

Vi bjuder på matigt fika, pyssel, lek, quiz och kravlös gemenskap för dig som önskar. (Klockan 11.00 firar vi mäsas i kyrkan för den som vill.)

## Fredsguds- tjänst

**Söndag 1 januari 18.00  
Västra Frölunda kyrka**

*Fredsgudstjänst med insamling för barnen i Ukraina.* Vi börjar det nya året med en fredsgudstjänst som vi firar med ljusständning, sång och musik och textläsning. Kollekten kommer att gå till UNICEF och deras arbete med de krigsdrabbade barnen i Ukraina. Medverkande: Frölunda kyrkokör Maria Lindqvist Renman, organist och körledare Ingrid Svensson, präst

## Mellandags- träff

**Fredag 3 januari  
13.00–16.00**

**Västra Frölunda  
församlingshem**

Vi öppnar upp församlingshemmet för att mötas, fika, pyssla, leka, sång och musik, bingo och mycket mer. Alla är välkomna, gammal som ung.



## M43 i vår

M43 är en mötesplats på Frölunda kyrkogata 2, i bottenvåningen på Västra Frölunda församlingshem. Där pågår en mängd olika aktiviteter under veckans alla dagar. Välkommen att delta eller hålla i kurser, att fika i caféet och att vara med på våra olika happenings. Hör gärna av dig till Magnus om du har frågor.

Tisdagar en gång i månaden klockan 14.00–16.00 samlas vi och gör något trevligt tillsammans. I vår blir det följande datum:

21 januari: Bingo  
18 februari: Pizza & pingis  
18 mars: Våfflor  
15 april: Påsk  
27 maj: Sommaravslutning  
Söndag 8 juni: Fest i parken gemensamt med församlingen

Läs mer om M43 här:  
[svenskakyrkan.se/vastrafrolundapastorat/frolundafrivilligcentralm43](http://svenskakyrkan.se/vastrafrolundapastorat/frolundafrivilligcentralm43)

Magnus Myrberg,  
samordnare på M43  
[magnus.myrberg@svenskakyrkan.se](mailto:magnus.myrberg@svenskakyrkan.se)  
0733-37 35 25

## Första Advent

**Söndag 1 december  
Västra Frölunda kyrka  
11.00** Adventsgudstjänst med körsång, trumpetare och alla de vackra adventspsalmerna t.ex. Hosianna och Det är advent. Vi tänds det första ljuset som en förberedelse till julens ankomst.  
**16.00** Upplev adventsfirande med musik från

## Julkonsert

**Söndag 15 december  
18.00 Västra Frölunda  
kyrka**



*Frid på jorden.* Änglarna sjunger för herdarna i julnatten: "Åra åt Gud i höjden och frid på jorden bland människor som Gud älskar". Budskapet om frid och fred når in i vår tid och präglar årets julkonsert i Västra Frölunda kyrka. Lyssna till de vackra julsångerna och sjung med i julpsalmerna. Medverkande är solisterna Helena Sjöstrand Svenn och Mats Pers-



trumpet, orgel, flygel och sång. Glögg och pepparkaka.



# Mötesplatser våren 2025 i Västra Frölunda församling

## Sittgympa

**Måndagar 10.00–10.45**

**Västra Frölunda församlingshem,  
ingång baksidan**

Gympa för alla, enkla rörelser så att de flesta kan vara med. Ingen kostnad. Ta med vattenflaska! Ledare: Ing-Marie Nilsson. Terminsstart 10/2.

Kontakt: Floid Gumbo, 031-731 81 23.



## Språkcafé

**Måndagar 11.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Vill du öva på svenska? Välkommen till språkcafé! Ledare är Marita och Tobias. Språkcaféet behöver volontärer, hör av dig om du vill vara med som ideell. Terminsstart 10/2.

Kontakt: Floid Gumbo, 031-731 81 23.

## Sopplunch

**Onsdagar 12.00–14.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Välkommen till sopplunch som inleds med en andakt vid 12.00 i stora salen. Soppa med bröd, kaka och kaffe/te för

50 kr. Terminsstart 8/1.

Kontakt: Ulrica Espenholt,  
0702-47 84 44.



## Körsång

**Onsdagar 18.00–20.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Välkommen att sjunga med oss i Västra Frölunda kyrkokör! Vi är en blandad kör med drygt 40 medlemmar som övar på onsdagar. Terminsstart 15/1. Kontakt: Maria Lindqvist Renman, maria.renman@svenskakyrkan.se, 0737-73 89 88.

## Promenad

**Torsdagar 10.00**

**Utanför församlingshemmet**

Vill du promenera tillsammans med andra? Vi ses på torsdagar 10.00 utanför församlingshemmet. Kom gärna i god tid! Promenaden varar cirka en timme. Efter promenaden fikar vi tillsammans i församlingshemmet. Terminsstart 6/2. Kontakt: Floid Gumbo, 031-731 81 23.

## Café Himmel & Jord

**Torsdagar 11.00–13.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Välkommen till gemenskapen där vi fikar och samtalar om livet och tingen. Vi avslutar med en andakt. Ingen anmälan behövs. Hoppas vi ses! Terminsstart 6/2.

Kontakt: Marianne Fogelqvist, 0730-72  
60 58 och Floid Gumbo, 031-731 81 23.

## Second hand-butik

**Tisdagar och torsdagar 10.00–15.00**

**Västra Frölunda församlingshem,  
ingång baksidan**

Välkommen in för att handla kläder och skor i butiken i Västra Frölunda församlingshem. Vi säljer kläder till förmånligt pris och intäkterna går till pastoratets diakonala arbete. Öppnar för våren 11/2. Kontakt: Floid Gumbo, 031-731 81 23.

## Babyrytmik

**Torsdagar 10.00–10.45**

**Västra Frölunda församlingshem,  
ingång baksidan**

Sjung och dansa till svängiga låtar, träffa gosdjuren, spela på lilla trumman, digga loss med rytmikäggen. Vi har öppet 9.00–12.00 för lek i lekrummet och fika för den som önskar. Ingen anmälan, bara att dyka upp! Terminsstart 9/1. Kontakt: Thony Sjöström, 031-731 64 88.

## Existentiella samtal i grupp

**Torsdagar 13.30–15.30**

**Västra Frölunda församlingshem**

Att leva i en föränderlig värld är inte alltid lätt. Genom att dela tankar om t.ex. tillhörighet och ensamhet, mening och tomhet, begränsningar och frihet kan det bli mer hanterbart. Vi träffas vid nio tillfällen i en grupp om cirka åtta personer och samtalar om frågor som kan beröra oss på djupet, men som vi sällan sätter ord på. Terminsstart 13/2. Anmälan krävs. Kontakt: Ulrica Espenholt, 0702-47 84 44.

## Mötesplatsen Tilliten

**Fredagar 9.00–12.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Har du ett litet barn med funktionsnedsättning eller en sjukdom som leder till anpassningar i det dagliga livet? Då är Tilliten mötesplatsen för ditt barn och

dig. Välkomna! Terminsstart 10/1.

Kontakt: Anna-Karin Nilsson,  
031-731 64 53.

## Nyhet: Fredagsfika

**Fredagar 13.00–15.00**

**Västra Frölunda församlingshem**

Välkommen på fika och gemenskap i Regnbågsrummet. Terminsstart 10/1. Kontakt: Anna-Karin Nilsson, 031-731 64 53.



## Morgonmessa och morgonbön

Välkommen till morgonmessa tisdagar 8.30 och till morgonbön onsdag–fredag 8.30, i Västra Frölunda kyrka.

## Öppna rum

Västra Frölunda kyrka är öppen 9.00–15.00 tisdag, torsdag och fredag och 9.00–18.00 på onsdagar. Församlingshemmet är öppet 9.00–15.00 tisdag till fredag. Det finns kaffe, te och kaka i församlingshemmets foajé.

## Diakonimottagningen i Västra Frölunda pastorat

Du som är bosatt eller vistas i Västra Frölunda pastorat är välkommen att kontakta vår diakonimottagning för att samtal om din sociala och/eller ekonomiska situation med en diakon. Boka tid via hemsidan: [www.svenskakyrkan.se/vastrafrolundapastorat/diakonimottagning](http://www.svenskakyrkan.se/vastrafrolundapastorat/diakonimottagning) eller ring 073-773 68 20. Kontakt: Ulrica Espenholt, 070-247 84 44.

Avsändare:  
Västra Frölunda pastorat  
Frölunda kyrkogata 2  
421 47 Västra Frölunda

**B PP** Sverige, Port Payé

Ej retur

## Adventspåsar

Adventspåsar delas ut till alla som vill ha, på kyrkkaffet första advent. Har du inte möjlighet att komma då, kan du hämta en inne i kyrkan. Påsarna innehåller symboler som ska hjälpa oss att stanna till och fundera över adventets och julens budskap och vad det kan få betyda i våra liv idag.

Påsens innehåll är samlat kring fyra ledord; hopp, kärlek, glädje och frid. I varje påse finns symboler och texter för dessa ledord; ett värmeljus, en piprensare, ett hjärta, en stjärna och ett litet Jesusbarn i trä.

När vi plockar upp värmeljuset ur påsen, kan vi tända det och fundera på vad vi hoppas på och be Gud sända sitt ljus och hopp till människor som har det svårt.

Hjärtat som finns i påsen, kan få påminna oss om vem vi älskar och vi kan få tacka Gud för alla de människor som vi

älskar och som älskar oss. Sedan plockar vi upp piprensaren ur påsen och böjer den till en symbol för något som ger oss glädje och ber Gud hjälpa dem som är för ledsna för att känna Guds glädje.

De vise männen följde stjärnan för att söka Jesus. Därför kan vi hålla i stjärnan och be för alla dem som söker fred och frid in en snårig värld.

När julafton kommer plockar vi upp Jesusbarnet ur adventspåsen. Låter det ligga i vår hand och tänder värmeljuset. Det är jul och vi får tacka Gud för att han sände Jesus att vara ljus i en mörk och snårig värld och be att vi också får vara ett ljus i mörkret tillsammans.



**Svenska kyrkan**