

JÄRFÄLLA FÖRSAMLING:

# Tusen möjligheter

SEPTEMBER – OKTOBER

Drop in-dop sid 3  
KYRKOVAL sid 13–15  
KORSORD sid 19

## PICKNICK MED PAX

Tomas och Cecilia  
Bornestaf om livet, Järfälla  
och pilgrimsvandringar

sid 10

## ROBIN HANSON

Framtidslöfte inom  
simning sid 8



# KAYO SHEKONI: – Allt jag gör bygger på lust

sid 4–7

Svenska kyrkan   
JÄRFÄLLA

# Är sommaren kort?

”SOMMAREN ÄR KORT, det mesta regnar bort...” sjöng Tomas Ledin i sin populära sommarplåga från början av 1980-talet. Jag har hört den flera gånger på radion även denna sommar.

Även om några håller med om att sommaren är kort så vet jag andra som tycker att den är olidligt lång. Ingen av oss kan väl påstå att det mesta regnat bort i Sverige, men i Europa instämmer man säkert även i det. Där har hus, bilar, träd, vägar och broar regnat bort.

**NU NÄRMAR VI OSS** den meteorologiska hösten även om vi kan ha många sköna dagar kvar innan kylan tar över. Varför tycker vi så olika om sommaren?

Jag tror att det beror på erfarenheter och upplevelser. Har jag tråkigt och känner mig ensam kanske jag längtar till hösten då skolan,

arbetet eller föreningsverksamheten börjar på nytt. Älskar jag sol, bad och värme kanske jag tycker att semesterveckorna eller sommarlovet gick alldeles för fort.

**OAVSETT OM DU TYCKER** att sommaren gick för fort eller för långsamt så är du välkommen till alla aktiviteter i din församling i höst. Vi kommer att ha öppet och starta så mycket av vår verksamhet som pandemin tillåter utan att riskera smittspridning.

Det enklaste sättet för dig att hålla dig uppdaterad på vad som händer i Järfälla församling är att följa oss på hemsidan. Där har vi alltid den senaste informationen. Du kan också följa oss på sociala media.

**DEN 19 SEPTEMBER** är det kyrkoval. Då har du som tillhör Svenska kyrkan och är äldre än 16 år möjlighet att rösta på dem som du vill ska styra församlingen de närmsta fyra åren.

**NU HOPPAS JAG** att pandemin ska påverka församlingens verksamhet så lite som möjligt och att du ska hitta någon verksamhet som intresserar dig. Vi fortsätter med att tvätta händerna, hålla avstånd och stanna hemma och testa oss vid symtom.



KRISTER KAPPEL  
KYRKOHERDE OCH PROST

## Svenska kyrkan

JÄRFÄLLA

Utges av Svenska kyrkan i Järfälla. Denna tidning klassas som samhällsinformation och delas ut till samtliga hushåll i Järfälla kommun.

**Ansvarig utgivare:** Krister Kappel

**E-post till redaktionen:**

jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se

**Församlingsexpeditionen har**

**besöks- och telefonid:**

Må–tor kl 9–15, lunch kl 12–13

Fre kl 9–12

**Telefon:** 08-580 218 04

**Fax:** 08-580 218 25

**Postadress:**

Svenska kyrkan i Järfälla

Box 139, 177 23 Järfälla

Besöksadress:

Kyrkvägen 8, Barkarby

**På internet:**

Hemsida: svenskakyrkan.se/jarfalla

Facebook: jarfallaforsamling

Youtube: jarfallaforsamling

Instagram: @svk\_jarfalla

Krister Kappels blogg:

kyrkoherdenstankar.blogspot.com

**Våra kyrkor:**

Barkarby: Järfälla kyrka, Kyrkvägen 8

Jakobsberg: Maria kyrka, Sturevägen 3

Kallhäll: S:t Lukas kyrka, Svarvargränd 1

Viksjo: Viksjo kyrka, Agrargränd 2

**Omslag:**

– Jag själv och publiken ska lära något av det jag gör på scen. Annars avstår jag hellre, säger Kayo Shekoni.

**Foto:** David Lagerlöf

**Foto lilla bilden:** Nils Jakobsson

**Tryck:** Pressgrannar, Linköping

**Nästa nummer utkommer 30-31/10**



Klimatkomparerad  
Gruppårsändelse

DEN HÄR TRYCKSÅKEN ÄR  
KLIMATKOMPARERAD HELA VÄGEN  
FRÅN TRYCK TILL DISTRIBUTION  
AV SVENSK DIREKTREKLAM.



FOTO: MAGNUS ARONSON/IKON

## Drop in-dop mycket enklare, lika stort

Har det inte riktigt blivit av? Droppa in i Järfälla kyrka lördag 4 september kl 12–16. Kom som du är – allt stök är redan avklarat!

**OM DINA DOPPLANER** fått stå på paus under det senaste året är du inte ensam. Och om du önskat dig ett dopkalas av större modell kan det kännas för besvärligt att starta om... Och dessutom kanske planerna måste ändras igen! Ett drop in-dop är enkelt och spontant, och passar fint för dig som hellre semesterfirar än kalasplanerar.

**DU SLIPPER ALLT DET** praktiska runtomkring. Kyrkan är bokad, dopklänning finns att låna, fikat är uppdukat, dopfunten är påfylld, orgeln igångtrampad och prästen beredd! Du behöver bara vara där och ta emot själva dopet – Guds löfte om kärlek och omsorg, genom hela livet.

Kom som du är.  
Välkommen till dop!

**PRAKTISKT**

**Över 18 år**

Ta med legitimation till ditt dop

**Under 18 år**

Ta med barnets legitimation, samtliga vårdnadshavares legitimation, samt undertecknat samtycke för vårdnadshavare som inte kan vara med vid dopet.

**Var och när**

Järfälla kyrka (Kyrkvägen 8 i Barkarby), lördag 4 september kl 12–16.

**Kostnad**

Det kostar inget att döpas in i Svenska kyrkan!

### Bröllopstankar?

Välkommen till drop in-vigsel lördag 2 oktober! Läs mer på sid 16.

## Leta höstlov i tidningen...

Hösten är på väg och höstlöven faller i tidningen. Räkna lov i tidningen och var med i utlottning av pussel! Mejla ditt svar till

[jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se)

och skriv "höstlov" i ämnesraden.

## Hur möter du hösten...?

... hoppas att vattengympapassen drar igång! Jag saknar det härliga gänget, skratt och varmt vatten – då känner man sig ung igen. *Griete*

... ut i naturen, plocka svamp och bär. Önskar att det blir ett bra lingonår, blåbären torkade inne. *Klara*

... inte på något speciellt sätt. Kanske kommer körlivet igång igen. *Roland*

... i en ny skola. Jag får en längre väg att åka, men ser fram emot gymnasiet och hoppas att vi får bli en klass. Ska bli kul att träffa nya kamrater! *Ebba*

... på något sätt återgår livet till det normala igen. Förskolan och skola börjar och familjen får åter rutiner, skönt efter en lång skön sommar. Våra arbetsplatser rekommendera arbete hemifrån till oktober. *Erica*

... hoppas att verksamheter för oss pensionärer kan sätta igång igen. Jag spelar bridge med ett gäng och ser fram emot att kunna träffas inomhus i höst. *Lennart*

... har bokat sex veckor på Kanarieöarna under november-december. Hoppas komma iväg och få en god start innan mörker och snö. *Gun*

... efter sommaren hemma är det dags att återvända till studierna i Göteborg. Har varit en härlig sommar med familj och vänner. *Linnea*

... ska flytta i september. Blir till att måla och tapetsera så det blir "mitt" hem nu. Varit på loppis under sommaren och handlat "nya" lampor för att lysa upp hösten. *Olof*

Siktat på  
OS 2024



8

Information om hur och var du röstar. De sju nomineringsgrupper som ställer upp till kyrkofullmäktige i Järfälla församling svarar på två frågor.

**Kyrkoval**  
19 SEP 2021

13–15

Kräftpaj  
till  
helgen?

20



Händer i Järfälla sid 16–17

*"Jag själv och publiken ska lära något av det jag gör på scen. Annars avstår jag hellre."*

# "Fantastiskt att få vara en förebild"

Med en outtröttlig energi är Kayo Shekoni en artist som hela tiden ger sig ut på okänd mark, startar nya karriärer och testar oprövade uttryckssätt. Som sångartist har hon flera gånger varit med om att vända upp och ner på svensk underhållning. Mötet med teatern blev livsförändrande. Kampen mot rasismen går som en röd tråd genom hennes val av pjäser. Nu är hon aktuell i två uppsättningar under hösten.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT FOTO: DAVID LAGERLÖF

**SÅNGARTIST, DANSARE, modell, discodrottning, programledare i tv, musikalartist, skådespelare på film och teater, röstdubbar.** Med mera. Det är en massiv upplevelse att göra research för en intervju med Kayo Shekoni. Under sin mer än 40 år långa karriär har hon gjort nästan osannolikt mycket. Hon förnyas sig hela tiden, inleder nya karriärer, söker oavbrutet nya vägar med en enorm energi. Hon tycker inte att det är något märkvärdigt med det.

– Jag och många andra i branschen arbetar så här och har gjort det i alla år, konstaterar hon. Jag är frilans. Läger inte någon ut uppdrag på mig får jag skapa mina egna arbetstillfällen och sammanhang. Fast månadslön, anställning, vad är det?

Alla olika roller har gett henne en väldigt stor scenvana. Det har också skapat en medvetenhet och styrka att avstå från sammanhang hon inte gillar eller inte ser som meningsfulla.

– Jag själv och publiken ska lära något av det jag gör på scen. Annars avstår jag hellre.

Kayo är född i Järfälla och bodde med sin familj i Jakobsberg. Musik och konst fanns i familjen. Fadern, Larry Shekoni från Nigeria, försörjde sig och familjen genom att spela jazz

på kontrabas och som konstnär. Sedermera har brodern Ayodele fått en karriär som producent och kompositör.

– Jag minns lägenheten i Jakobsberg, husen och gårdarna mellan dem där kusinerna lärde mig cykla. Jag hade en kanin som hette Pepito. Han skuttade runt i lägenheten och jag tyckte mycket om honom.

Men jorden kan vara en farlig plats, och under en tur på gräsmattan mötte Pepito sitt öde, sannolikt i gestalt av en räv. Spårlost borta var han i vilket fall.

När Kayo var fem år separerade föräldrarna och hon flyttade med mamma Ulla Söderberg till Solna.

– Jag minns Jakobsberg som en väldigt modern plats, berättar Kayo.

Föräldrarna satte dottern i dansskola. Hon sökte sig till Balettakademien och kom in på första försöket. Det blev nu inte så mycket klassisk balett, Kayo drogs mer till discomusiken. Även om hon hängde på Bobbadilla på Slussen var det inte i city hon lärde sig de senaste danserna. Pulsådern för Stockholms nya musik gick utmed tunnelbanans blå linje, till förorterna där de nya ställena och de häftigaste artisterna fanns.

– Det var i Tensta-Rinkeby vi lärde oss de nya låtarna och dansernas senaste moves. Sedan åkte vi in till Bobbadilla och Alexandra där vi regerade på dansgolvet. Inne i stan hade ingen sett något liknande.

– Jag bor i förorten igen, det finns en känsla här som jag gillar.

**DET VAR GENOM DANSEN** Kayo kom in i nöjesvärlden. Hon började sjunga kör bakom band och det gav mersmak. Hon fick kontrakt med studion Swemix, där en av grundarna, Dennis Pop, senare byggde upp den legendariska Cheiron-studion.

Kayo började sjunga med Freestyle, som fick ett genombrott med Vill ha dej 1980.

– Sedan dess har jag arbetat som artist i stort sett oavbrutet.

Efter en rad skivor släpptes Om natten 1993 och orsakade ett stort tumult. De upprörda känslorna gällde knappast Orups lugna bossainspirerade låt utan det faktum att Kayo i videon var spritt sprängande naken.

– Idag kan jag se min egen naivitet, säger Kayo eftertänksamt. För publiken var det nytt, men inte för mig. Jag hade gjort mängder av





modelljobb och nakenhet var inget jag såg som kontroversiellt.

Hon funderar lite och så glittrar ögonen av skratt.

– Men det var kul med så starka reaktioner också.

**UNDER RESTEN AV** 1990-talet arbetade Kayo mest internationellt, med grupper som Le Click och La Bouche. Tyskland var en bas, New York en annan. Med förebilder som Shirley MacLaine och Liza Minelli var det naturligt att Kayo skulle söka sig till USA.

– Det amerikanska sättet att arbeta passar mig och jag lärde mig jättemycket under de här åren.

Men Kayo återvände till Sverige och svensk underhållning hade inte en aning om vad som väntade. Kayo började arbeta med Gladys del Pilar och Blossom Tainton i gruppen Afro-Dite. 2002 vände de ut och in på hela Melodifestivalen när de vann med den glittrande discohit *Never Let it Go*. Att kalla det en vattendelare är en underdrift.

– Något liknande hade aldrig hörts i Melodifestivalsammanhang, säger Kayo entusiastiskt. Kritikerna hade ingen aning om hur de skulle förhålla sig till oss. Skulle de fokusera på att det var en discolåt och inte schlager, att vi var medelålders och utstuderat sextigt klädda, att vi var svarta eller vad?

– Jag är oerhört stolt över det vi gjorde i Afro-Dite. Att vinna Melodifestivalen var något vi aldrig trodde skulle hända, och så hände det med ett sådant brak.

– Det är fantastiskt att få vara sådana förebilder.

Då var det ovanligt med svarta artister, men på senare år har Melodifestivalen blivit bättre på att ta tillvara den mångfald som berikar Sverige och svensk underhållning. Kayo har kämpat mot rasismen under hela sin karriär. Hon har känt av den själv, mot föräldrar, syskon, kollegor och vänner.

– Det har varit en kamp, det ska man ha klart för sig, säger hon med eftertryck. Vi har kommit en bit, men det har tagit lång tid och det har varit slitsamt. Det går väldigt långsamt och är fortfarande slitsamt.

**NÄR KAYO VÄXTE UPP** var det inte många svarta barn runtomkring. Det fanns en lite naiv nyfikenhet på ett annorlunda barn som ett exotiskt inslag, på det hela taget ett ganska vän-



Kayo dras mer och mer till teatern.

### Kayos premiärer 2021

**17 september**

**Cyrano de Bergerac**

av Martin Crimp (baserad på Edmond Rostands pjäs från 1897)

Regi: Alexander Mørk-Eidem

Kulturhuset Stadsteatern, Stora scenen

**11 december**

**Bergets topp**

av Katori Hall (om Martin Luther Kings sista kväll på jorden)

Regi: Josette Bushell-Mingo

Dramaten (Målarsalen)

ligt intresse. Idag är det helt andra tongångar. Klimatet i Sverige har hårdnat rejält. Dagisfröknarna i Jakobsberg ville ta med sig Kayo hem för att visa upp den söta bruna ungen för familjen. Så är det knappast idag.

– Det är nästan så att jag saknar den där naititeten, säger Kayo. Nu behandlas inte svarta som maskotar precis.

– Det är som om empatin försvunnit och snällheten ökat. Idén verkar vara att om någon annan får något blir det inget över till mig. Därför måste alla roffa åt sig så mycket som möjligt, utan att tänka på andra.

– Så är det inte, det är ett tankefel. Vi kan få så enormt mycket från varandra om vi lyssnar och samverkar. Ta in människorna du möter så kan helt nya världar öppna sig. Minska din rädsla, öka din nyfikenhet. Det finns till alla.

– Samtidigt har det blivit lättare att få bekräftelse som artist idag, via sociala medier och liknande. Tidigare kunde det komma fram

folk på gatan och tacka när jag varit med i tv, äntligen såg deras barn en svart artist och kunde få en förebild.

**KAMPEN MOT RASISMEN** går som en röd tråd genom hennes val i den senaste karriären, teatern. 2012 gjorde hon tillsammans med Francesca Quartey, Vivian Cardinal, Gladys del Pilar och Blossom Tainton föreställningen *B.U.S. – Brun utan sol*. Det ledde till kontakt med regissören Josette Bushell-Mingo, som engagerade Kayo för Sverige-premiären av *En druva i solen* 2016.

Erbjudandet kom i ett mycket speciellt skede i Kayos liv. Två veckor innan repetitionerna började friskförklarades hon från cancer, som hon drabbats av i två omgångar.

– Arbetet med *En druva i solen* blev som en dubbel pånyttfödelse. Den föreställningen har betytt oerhört mycket, den var livsförändrande. En pjäs med nästan bara svarta skådespelare, bara en sådan sak.

– Föreställningen startade så mycket tankar och självvransakan. Hur ser min svarthet ut?

Hur ser min vithet ut? Hur ser min svenskhet ut? En massa frågor kom upp till ytan. Det var tårar och uppvaknanden på en mängd olika sätt.

I höst är hon aktuell med två teaterföreställningar, *Cyrano* på Stockholms stadsteater i september och *Bergets topp* på Dramaten i december.

– Det är ett sätt för mig att påverka. Att välja pjäser som har viktiga budskap.

Pjäser som *B.U.S.*, *En druva i solen*, *Cabaret*, *Varsel* och *The Door of No Return* innehåller alla ett tydligt tema om rasism. Var kommer en pjäs som *Cyrano* in i den bilden?

– Det är inte den klassiska texten på vers, berättar Kayo. En brittisk dramatiker som heter Martin Crimp har skrivit om och moderniserat texten totalt. Nu är det nästan rap eller spoken word. Här finns alla etniciteter, alla sexualiteter, ingen lång näsa. Och så är det Alexander Mørk-Eidem som regisserar. Det kommer att bli en kanonföreställning!

**DET SENASTE DECENNIET** har dominerats av teater och film. Hur ser planerna för framtiden ut?

– Det finns tankar på en ny föreställning med mina kära kollegor i B.U.S. och det blir mer teater som det ser ut.

Sedan *En druva i solen* är Kayo knuten till Josette Bushell-Mingos grupp National Black Theatre of Sweden. Där finns flera projekt på gång.

**Musiken?**

– Jag släppte en singel i november, *Do You Love Me*, en Nick Cave-cover.

Hon försunker en stund i tankar.  
– Kanske kommer jag tillbaka till musiken i större omfattning igen. Men det måste kännas rätt, jag gör inte något bara för att. Det måste ha rätt förutsättningar.

– Allt jag gör måste byggas på lust.

*Sångartist, dansare, skådespelare – Kayo har en mer än 40 år lång karriär bakom sig och är mer fylld av energi än någonsin. Hela tiden har hon aktivt kämpat mot rasismen. "Det har varit en kamp. Vi har kommit en bit, men det har tagit lång tid och det har varit slitsamt. Det går väldigt långsamt och är fortfarande slitsamt."*



### Skivalbum

- 1990 Kayo
- 1993 Kärleksland
- 1994 Kärleksland (japansk utgåva)
- 1996 Out There Featuring Kayo
- 1997 Le Click Featuring Kayo (enbart utgiven i USA och Tyskland)
- 2002 Never Let It Go (med Afro-Dite)

### Singlar

- 1980 Vill ha dej (med Freestyle)
- 1984 Time's On My Side (med Supereffect)
- 1988 Hot Stuff (med Stanton Klub)
- 1990 Hon sa (med Anders Glenmark)
- Natural Experience (enbart utgiven i England)
- Säg vad du vill/Tid för mig (med Jean-Paul Wall)
- Change of Attitude
- Another Mother
- 1990 Thing Called Love (med Natural Experience)
- Don't Leave Me (med Natural Experience)
- 1991 Gimme Your Love
- Brother
- Do You Know (med Lab 5)
- Om natten
- 1993 Sommar
- Kärleksland
- Torka dina tårar
- 1994 Om du vill ha mig som jag är
- 1996 Let It Begin - Peace in Mind (med Out There)
- These Honest Hands (med Out There)
- 1997 Call Me (med Le Click)
- Call Me-New Mixes (med Le Click)
- Don't Go (med Le Click)
- Voodoo Fever (med Le Click)
- Show Me (med Le Click)
- Tell Me That You Want Me (med Le Click)
- Something to Dream Of (med Le Click)
- 1998 If I Can't Have You/med LFO
- Wannabe (Somebody Special)
- 2002 Never Let It Go (med Afro-Dite)
- Rivers of Joy/Shining Star (med Afro-Dite)
- I Love Clubbers (med Clubbers International)
- Turn It Up (med Afro-Dite)
- Aqua Playa (med Afro-Dite)
- 2003 In Your Life (med La Bouche)
- 2006 Innan natten är över
- 2007 (If It Makes You) Feel Good
- 2012 You Got The Look (Foxy)
- 2020 Do You Love Me (Nick Cave)

### Filmografi

- 1994 Pillertrillaren
- 1994 Lejonkungen (röst till Nala)
- 1999 Lejonkungen 2 - Simbas skatt (röst till Nala)
- 2002 Snow Dogs (röst till Barb)
- 2004 Lejonkungen 3 - Hakuna Matata (röst till Nala)
- 2004 Den vilda familjen Thornberry - filmen (röst till Akela)
- 2006 Myrmobbaren (röst till Kreela)
- 2013 Turbo (röst till Flamman)
- 2019 Lego-filmen 2 (röst till Drottning Jabldeh Ja'wilwa och Mamma)
- 2019 UglyDolls (röst till Wage)
- 2020 Bäst i test (tv-serie)

### Teater- och musikalroller

- 2012 Brun utan sol
- 2016 En druva i solen
- 2017 Cabaret
- 2018 Taube Today
- 2019 Häxorna i Eastwick
- 2020 Varsel (inställd pga corona)
- The Door of No Return
- 2021 Cyrano de Bergerac
- Bergets topp

” Ta in människorna du möter så kan helt nya världar öppna sig. Minska din rädsla, öka din nyfikenhet.



FOTO: NILS JAKOBSSON/BILDVYRÅN

# Uppväxt i simhallen

Robin Hanson är ett stort framtidslofte inom simningen. Han deltog i Tokyo-OS och nu väntar collegestudier i USA där han kombinerar utbildning med simträning. Fokus är glasklart: vid OS i Paris 2024 tänker Robin vara på plats.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT

– **ALLT VAR FANTASTISKT!** Robin Hanson har just kommit hem från OS i Tokyo, där han kvalade i två grenar, 200 m och 100 m frisim. Entusiasmen lyser om honom och det syns att upplevelsen var något alldeles särskilt.

– Jag har deltagit i flera junior-OS, men ett riktigt OS är något extra, det är drömmen för alla som ägnar sig åt idrott.

Robin är i god form och befinner sig i stark utveckling. Han har förbättrat sina tider markant sedan junior-tävlingarna. I EM i maj gjorde han ett fantastiskt lopp inför semifinalen och slog med god marginal Anders Holmertz 29 år

gamla svenska rekord på 200 m frisim. Holmertz rekord låg på 1.46.76, Robin Hanson gick i mål på 1.46.50, vilket tog honom till final och samtidigt sänkte hans eget personliga rekord.

” Ett riktigt OS är något extra, det är drömmen för alla som ägnar sig åt idrott. ”

Tiderna säger något om hur konkurrensen utvecklats för simmare på elitnivå. Holmertz tid räckte till ett silver i OS i Barcelona 1992. Robin kom på 23 plats i Tokyo-OS.

– Det är en extrem konkurrens, säger Robin Hanson. Konsten är att klara av att fokusera på dig själv och din egen bana och inte ta in för mycket av det som händer runtomkring. Det har jag tränat på mycket.

**DET VAR INTE OTIPPAT** att Robin skulle ägna sig åt simning. Både mamma Anna och pappa Torbjörn har ett förflutet som elitsimmare och

tävlande på SM-nivå. Äldre systemen Isabelle har gått college i USA med inriktning på simning och lillebror Rasmus tränar i samma simklubb som Robin.

– Vi barn är mer eller mindre uppväxta i simhallen, bekräftar Robin. Babysim, knattesim. Från fem år gick jag i simskola.

Robin ägnade sig också åt fotboll och innebandy. Var han lika bra där?

– Hyfsad. Men det var i simning jag började vinna tävlingar och det var roligt. I femtonårsåldern blev jag tvungen att välja, att träna alla sporterna tog för mycket tid. Då bestämde jag mig för att satsa på simningen.

**ROBIN HANSON ÄR FÖDD** i Barkarby, och det var naturligt att träna i Jakobsbergs simhall.

– Det var jättefint där, säger Robin. Alldeles bredvid låg Järfälla gymnasium, så det var enkelt att gå mellan skolan och träningen.

Allteftersom simträningen utvecklades behövde han förnyelse i träningen. Han har lämnat Järfälla simklubb för Spårvägen, där pappa är hans tränare. Träning för att nå elitnivån kräver väldigt mycket tid, och Robin genomför omkring 11 träningspass varje vecka. Tillsammans med föräldrarna gjorde han en specialuppgörelse med skolan: han fick hoppa över vissa kurser och ta igen dem under ett fjärde år i gymnasiet.

– Skolan har hjälpt till jättemycket, betonar Robin.

Nu har Robin flyttat till San Francisco i USA, där han ska gå på University of California, Berkeley. Där har han möjlighet att under fyra år kombinera simning med studier.

– Berkeley har tränat fantastiska simmare, berättar Robin entusiastiskt. De har framstående lag och det blir väldigt effektivt, allt finns på campusområdet. Svenska simmare som Bengt Baron och Pär Arvidsson har studerat där, och båda har tagit OS-guld.

**DET BLIR INTE SIMNING** för hela slanten, Robin riktar in sig på en Major-examen i business, administration eller ekonomi. Flytten till USA innebär inte att han slutar tävla för Sverige.

– Verkligen inte. Jag kommer att vara med i SM, EM och VM framöver. Och det blir ett nytt OS 2024, i Paris. Då siktar jag på vara med.

Det är ett krävande och ambitiöst program. Ett OS kräver ett helhjärtat engagemang. Hur tänker Robin ta sig dit?

– Fokus.



FOTO: NILS JAKOBSSON/BILDVYRÅN

## ROBIN HANSON

Simmare  
Född 2001 i Barkarby  
Studerar vid Berkeley i San Francisco, USA  
Favoritgren 200 m frisim  
Personligt rekord 200 m frisim 1.46.50

## Järva flickor ger framtidsstro

**FÖR ATT UNGDOMAR** ska lyckas komma in på arbetsmarknaden är det viktigt med tron på skolan som en väg till ett bra liv. I våras fick mellanstadieelever i en skola i Järva och en friskola på Östermalm uppdraget att skriva uppsats på ämnet "Mitt liv om 20 år".

**PROJEKTET BESKRIVS** i en studie av den beteendevetenskapliga analytikern Mårten Westberg (EIBA) som redovisas på DN debatt. Eleverna i Järvaskolan har främst somaliskt ursprung och är bosatta i Tensta-Rinkeby, medan Östermalm är ett av Stockholms mest välbärgade områden.

Skilnaderna är markanta, särskilt mellan flickorna. Medan var sjunde flicka på Östermalm såg sig som blivande designer eller ryttarproffs hade flickorna i Järva mer realistiska drömmar om att bli läkare, lärare eller egenföretagare.

I en skattning mellan 0 och 5 om skolans betydelse för drömyrket hade pojkar och flickor på Östermalm och pojkar i Järva ett genomsnitt på 3, medan Järva flickorna låg på 4,35.

**JÄRVAFLICKORNAS** inställning ger hopp och visar på en realistisk väg ut ur segregationen.

## Simundervisning med Halliwick

**HALLIWICK ÄR EN** av de föreningar som tar del av Järfälla församlings insamlade kollekt. Simträning bedrivs med barn enligt den engelska halliwickmetoden.

Varje simmare assisteras av en instruktör, och träningen bedrivs i lekform. Syftet är att simmaren ska behärska alla situationer och förflytta sig på egen hand.

Träningen bedrivs av entusiastiska föräldrar helt på ideell basis.

Läs mer på [halliwick.se](http://halliwick.se)

## Therese tipsar...



### Nackövning

Är du stel eller trött i nacken? Dessa enkla övningar mjukar upp och sätter igång blodflödet. Gör dem gärna varje dag!

1. Tippa hakan mot bröstet så att det sträcker ner i ryggen. Om det känns bra, lägg händerna mjukt på huvudet men utan att trycka.
2. Titta uppåt så att halsen blir sträckt (bara så långt det känns bra.) Gör 1 och 2 i följd några gånger.
3. Vrid ditt huvud och titta över din vänstra axel. (bara huvudet)
4. Vrid ditt huvud och titta över din högra axel. Gör 3 och 4 i följd några gånger.
5. Tippa ditt högra öra mot din högra axel.
6. Tippa ditt vänstra öra mot din vänstra axel. Gör 5 och 6 i följd några gånger.

THERESE SJÖQVIST, friskvårdskonsult i Järfälla församling

Emil Ericson arbetar som vaktmästare i S:t Lukas kyrka. Här visar han rörelserna.





1. Tomas och Cecilia Bornestafi i trädgården.
2. Picknickkorgen är central.
3. Pilgrimsdiplomet får man efter genomförd vandring.
4. Litteratur om pilgrimsleden.
5. Cecilia visar information om vandringens viktiga platser.
6. Cecilia och Tomas i samtal med Pax.



Picknick med Pax

är en ny artikelserie i Tusen möjligheter, som bygger på att journalisten Per Axel Nordfeldt (Pax) möter Järfällabor för samtal och tankeutbyten.



# ”Viksjö har utvecklats väldigt bra”

Familjen Bornestaf har bott i Viksjö sedan 1974. Tomas bor kvar i radhuset, dottern Cecilia har flyttat tillbaka och skaffat ett hus längre ner på gatan. Vi träffade dem för ett samtal om livet, Järfälla och pilgrimsvandringar.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT FOTO: DAVID LAGERLÖF

– **DET UPPSTÅR EN VÄLDIG KRAFT** när alla rör sig åt samma håll.

Så beskriver Cecilia Bornestaf den mäktiga känslan i att vandra pilgrimsleden till Santiago de Compostela i Spanien, El Camino. Det är mängder av människor som går leden, men man möter ingen, alla är på väg mot samma mål, aposteln Jakobs relikier i stadens katedral. Det blir som en framvällande flod av människor.

Vandringen gjordes i september 2010 och sträckte sig 10 mil från spanska Sarria till Santiago de Compostela. Förutom Cecilia deltog fadern Tomas och systemen Ulrika. Initiativet till resan togs av Tomas.

– Jag upplevde mig lite som en satellit till familjen, säger han. I mitt yrke som militär har jag ofta varit stationerad på annan ort och inte sällan haft utlandstjänstgöring. Pilgrimsvandringen blev ett sätt att samla familjen.

– Det är en mycket positiv atmosfär under vandringen som ger energi, fortsätter Tomas. Alla är glada, vänliga, hjälpsamma, hängivna och hälsar varandra med Bon camino.

– Pilgrimsvandringen ger en stark känsla av

sammanhang. För mig förstärktes också upplevelsen av att mamma gått bort tidigare under året, berättar Cecilia. Det finns mycket tid att fundera när du vandrar och det var en hjälp.

Intresset för vandring hade väckts och Tomas har vid flera tillfällen återvänt. I olika etapper har han vandrat hela den del av pilgrimsleden som börjar i Frankrike och går via Pyrenéerna till spanska Roncevalles och vidare till Santiago de Compostela. Han har också vandrat från Santiago de Compostela ut till Kap Finisterre, den halvö i Galicien som kallas ”världens ände” eftersom det därifrån bara är öppet hav. Cecilias intresse för vandring har tagit sig lite andra uttryck.

– Jag kan uppnå den meditativa känslan i att vandra redan när jag promenerar till eller från jobbet. Det handlar mer om en inställning. Andligheten och Gud kan finnas överallt, vi behöver inte uppsöka vissa platser.

**VI SITTER I** Tomas Bornestafs trädgård till radhuset på Andebodavägen i Viksjö. För några veckor sedan kom ett brev till redaktionen, där han beställde stickmönster till Pilgrimsvanten. Mönstret skulle skickas till Cecilia, och i brevet nämnde Tomas deras vandring. Vi ville veta mer om dem och höra deras berättelser om livet i Viksjö.

– Området har utvecklats enormt mycket under den tid vi bott här, säger Tomas.

Husen är en del i miljonprogrammet och

byggdes 1969. Familjen Bornestaf flyttade hit 1974 och Cecilia är uppväxt i huset. En period bodde hon i Nynäshamn, men har flyttat tillbaka till Andebodavägen, bara några hus från Tomas. Varför Nynäshamn?

– Kärleken. Min man kommer därifrån, så vi testade att bo där. Men när chansen dök upp att köpa ett hus här i Viksjö nappade vi. Jag kände de vi köpte huset av sedan barndomen.

– Viksjö var en fantastisk plats att växa upp på. Det är så fina grönområden alldeles intill, det är viktigt. Nu går mina barn i samma skolor som jag själv gick i, det känns bra.

När Bornestafs flyttade hit fanns det i stort sett bara grönområden. Tomas pekar rakt ut från trädgården.

” Jag kan uppnå den meditativa känslan i att vandra redan när jag promenerar till eller från jobbet. Det handlar om en inställning. Andligheten och Gud kan finnas överallt.



– Gick man ut här fanns ingenting, bara skog och fält. Nu finns det vägar, nya bostadsområden, idrottsanläggningar.

– Det har varit en enorm utveckling i Viksjö. Jag har inte bara sett mina barn växa upp här, utan även hur Viksjö expanderat från nästan ingenting till ett fullt fungerande samhälle. Nu finns all service här. Viksjö har utvecklats väldigt bra.

Tomas och Sonja Bornestaf fick en lång tid tillsammans i huset i Viksjö. När Sonja gick bort i mars 2010 hände mycket inom Tomas. Under sorgarbetet fick han lättare för att släppa fram sina känslor och tala om dem som gått bort.

– Nästa vecka ska jag åka på en väns begravning. Hans fru bad mig komma. Vi hade ett långt samtal och jag ska också hålla tal på minnesstunden. Det hade inte den yngre Tomas Bornestaf vågat.

**NÄRHETEN TILL NATUREN** betyder mycket för Cecilia. Hon har också ett stort intresse för djur, vilket lett till hennes yrke som biolog och expert på försöksdjursfrågor på Jordbruksverket.

– Jag tycker mycket om djur och har gjort det ända sedan jag var barn. Forskningen måste kunna använda sig av djurförsök, men vi behöver ha tydliga lagar och bara tillåta de djurexperiment som är absolut nödvändiga. Då med så lite lidande som möjligt för djuren, menar hon.

Maken Ove är kemist på SLU (Sveriges lantbruksuniversitet) och att det finns ett naturintresse i familjen märks i deras trädgård, som för tankarna mer till djungel än Järfälla.

Tomas Bornestaf är nu pensionär, efter en lång karriär inom det militära. När han gjorde värnplikten började Berlinmuren byggas och det kändes naturligt för honom att välja en militär bana. Med tiden uppnådde han överstes grad, och därefter har han bland annat undervisat på Militärhögskolan Karlberg. Där hette en av eleverna Krister Kappel, numera kyrkoherde och prost i Järfälla församling.

– Det var flera av eleverna från Karlberg som gick vidare till arbete inom kyrkan, berättar Tomas Bornestaf.

– Det finns beröringspunkter i livsställningen hos dem som söker sig till kyrkan eller det militära. I båda fallen är det människor med en stark kallelse som tänker mycket på sitt förhållande till samhället och sina medmänniskor.

– Du måste ha en väldigt klar uppfattning om vem du är och vilka värderingar du står för om du ska lyckas i arbetet, oavsett om det är inom kyrkan eller i det militära.

Tomas Bornestaf har också haft flera utlandsuppdrag i FN-regi, bland annat på Cypern, i Indien och Pakistan.

– Jag tror oerhört starkt på idéerna som ligger till grund för FN, säger han med eftertryck.

– Ett FN-uppdrag är förstås ett militärt uppdrag, men det är också mycket diplomati. Vi finns där för att reda ut svåra situationer. Jag har förmågan att blixtnabbt läsa av stämningar och hur människor förhåller sig till varandra. Det har varit en stor hjälp under uppdragen.

**PÅ SENARE TID** har intresset för veteranerna som varit på utlandsuppdrag ökat. De uppmärksammas och

hyllas mer. Tomas och Cecilia är ense om att detta är positivt.

– Det är viktigt att veteranerna känner samhällets uppskattning och stöd, menar Cecilia. Många har haft tunga upplevelser och kan behöva hjälp med att arbeta dem.

Tomas visar sin blå FN-basker. Vackert sliten och "blekt av tropikernas sol", som det står i den gamla sjömansvisan. Tomas sätter baskern elegant på huvudet.

– Den här är jag väldigt stolt över.



Tomas väl använda FN-basker.



Den blå baskern bärs med stolthet och elegans.



Cecilia om att växa upp i Viksjö: Det är så fina grönområden alldeles intill, det är viktigt.

## Jakobsleden

**EL CAMINO** eller Jakobsleden är en europeisk vallfartsled som egentligen är ett nätverk av olika leder med ett gemensamt mål, aposteln Jakobs relikskrin i katedralen i Santiago de Compostela. Mest kända sträckningar är den franska, med en viktig startpunkt i Le Puy-en-Velay och den spanska, med startpunkt i Roncesvalles. De många lederna som sammanstrålar i en punkt kan symboliskt tolkas in i apostelns tecken, pilgrimsmisslan.

Den förste som gick leden var Gottskalk, biskop i Le Puy, år 950. Mängder av pilgrimer har följt honom, bland andra den heliga Birgitta och hennes make Ulf Gudmarsson. Uppskattningsvis vandrar varje år 250 000 pilgrimer längs Jakobsleden.

Leden är totalt ca 160 mil lång. De två huvudsträckningarna har utsetts till separata världsarv av UNESCO, 1993 (spanska delen) och 1998 (franska delen).

## Aposteln Jakob

**EN AV JESU APOSTLAR**, bror till Johannes Evangelisten. Jakob avrättades av Herodes Aprippa (Apostlagärningarna 12:2) och var den förste apostel som led martyrdöden.



Enligt en legend ska hans relik ha förts till Santiago de Compostela. Jakob (spanska Santiago) är pilgrimernas och Spaniens skyddshelgon.



är en ny artikelserie i Tusen möjligheter, som bygger på att journalisten Per Axel Nordfeldt (Pax) möter Järfällabor för samtal och tankeutbyten.

# Kyrkoval

19 SEP 2021

## Söndagen den 19 september är det dags för Kyrkoval!

Med möjlighet att förtidsrösta mellan 6–19 september

Kyrkoval hålls vart fjärde år och här väljer du som är medlem i Svenska kyrkan och över 16 år vem/vilka som du vill se som företrädare i Kyrkofullmäktige i Järfälla församling, i Stiftsfullmäktige i Stockholms stift och i Kyrkomötet på nationell nivå.

### DET FINNS FLERA OLIKA SÄTT ATT RÖSTA:

▶ **Rösta i din vallokal på själva valdagen söndagen den 19 september mellan kl. 9–20**  
På röstkortet som du får hem innan 1 september står vilken som är din vallokal. **Obligatoriskt att ta med legitimation. Ta även med röstkort.**

▶ **Förtidsrösta**  
Mellan 6–19 september kan du förtidsrösta i någon av de lokaler som finns här nedan. Du kan gå till vilken lokal som helst, oberoende av var du bor. **Både röstkort och legitimation är obligatoriskt att ha med.**

▶ **Budrösta**  
Innebär att någon lämnar över dina röster i ett särskilt kuvert antingen på valdagen eller förtid.

▶ **Brevrösta**  
Du brevropar och postar dina valsedlar i ett speciellt brevrostningspaket.

▶ **Kuvert och material till Budröstning och Brevröstning**  
kan beställas from 15 augusti från Järfälla församling:  
jarfalla.forsamling@svenskakyrkan.se  
alternativt på tel. 08–580 218 04

### FÖRTIDSRÖSTNING:

<b>Viksjö kyrka</b> Må 6 sep 13–15 Tis 7 sep 13–20 Tors 16 sep 13–15	<b>S:t Lukas kyrka, Kallhäll</b> Ons 8 sep 13–15 Tors 9 sep 13–20 Fre 17 sep 13–15
<b>Barkarby församlingshem (vid Järfälla kyrka)</b> Fre 10 sep 13–15 Lör 11 sep 13–15 Lör 18 sep 13–15	<b>Maria kyrka, Jakobsberg</b> Må 13 sep 13–15 Tis 14 sep 13–15 Ons 15 sep 13–20 Sön 19 sep 9–20

Läs mer om Kyrkovalet på [svenskakyrkan.se/kyrkoval](https://svenskakyrkan.se/kyrkoval)

Svenska kyrkan  
JÄRFÄLLA







...hänt  
sen  
sist

## Vilken sommar vi haft!

Äntligen har allt nästan känts  
som vanligt!

**VI HAR KUNNAT** fira gudstjänst – nästan som vanligt!  
Vi har kunnat genomföra konfaläger på Gotland och Äventyrskonfa på hemmaplan – precis som vanligt!  
Vi har haft våra caféer öppna i Maria, S:t Lukas och Viksjö – precis som vanligt.

**ALLT HAR NÄSTAN** känts som förut, utom i Viksjö där vi lånat ut vår kyrka för vaccinationer mot covid19. I Viksjö har vi istället firat gudstjänst och haft vårt café i förskolans lokaler och utomhus när vädret tillåtit, vilket det gjort nästan varje dag.  
Vi har också haft Musik i sommarkväll varannan söndag i våra olika kyrkor – nästan precis som vanligt. Nu också livesända på webben!  
Under hela sommaren har vi också fortsatt med våra andakter på webben precis som vanligt.

**NU HOPPAS VI BARA** att allt ska bli som vanligt också i höst!  
MARIA BJERLE



### Kyrkrättebingo

**UNDER SOMMAREN** har man kunnat gå på kyrkrättebingo i S:t Lukas kyrka och i Maria kyrka. Kyrkrättorna har varit gömda både högt och lågt. När bingobrickan varit fylld har man kunnat hämta ett pysselkuvert och en glass.

MICHAELA PERSSON



### GRATTIS till förra numrets vinnare!

CD med Järfälla  
spelmän går till...  
Villen Öberg  
Ingall Samuelsson  
Birgitta Wanhainen



### Kaffe under parasoll

**CAFÉ MARIA** har haft öppet under hela sommaren, och det är många glada besökare som har tagit tillfället i akt och besökt oss.

Vi har bjudit på kaffe och de som har velat har kunnat sitta ute på vår innegård under parasoll, för det har varit ett fantastiskt fint sommarväder i år.

KRISTINA ERIKSSON  
Husmor, Maria kyrka



## Göran på toppen – Seven Summits genomfört

**GÖRAN RNEBRING KLARADE DET.** Tidigare i år antog han utmaningen att bestiga Seven Summits – de sju högsta bergstopparna i världen – på ett ovanligt sätt: genom att i olika trapphus gå eller springa sträckor som motsvarade bergens höjd. Idén bakom projektet var att samla in pengar till Hjärnfondens forskning kring dyslexi.

Nu är han klar. I början av juni besteg han den sista toppen, Denali (McKinley), i Turning Torso i Malmö.

– Anledningen till att det blev Turning Torso var att jag ville ha variation på hus för olika toppar, berättar Göran Runebring. Det dröjde innan jag fick tillgång till Turning Torso, annars hade jag planerat att avsluta projektet på min födelsedag 10 maj.

Det blev 33 vändor i Turning Tosors ca 190 meter höga trapphus för att nå upp till Denalis topp på 6 194 meter. Seven Summits- projektet inleddes i Victoria Tower Hotel i Kista



i januari. Därefter har Göran gått och sprungit i andra hotell (Solna och Upplands Väsby), höga böningshus och nu alltså final i Malmö.

**SYFTET MED PROJEKTET** var att samla in pengar till Hjärnfondens forskningsprojekt kring dyslexi. Pengarna har satts in av privatpersoner som gillat projektet.

– Det blev 6 525 totalt, säger Göran Runebring. Målet var 10 000, så det blev mindre än jag hoppats. Flera har satt in pengar, några personer har donerat större belopp. Det har dock varit trött att hitta företag villiga att sponsra.

Men Göran är ändå nöjd med projektet.

– Det har varit otroligt givande och jag har träffat många fantastiska människor. Jag har fått jättestor respons och vid ett par tillfällen har hotellen bjudit på övernattnig. Jag har lärt mig väldigt mycket och fått öva på att driva projekt på ett sätt jag inte gjort förut.

**SEVEN SUMMITS HAR GETT** Göran energi och han ser fram mot att skapa nya utmanande projekt för olika ändamål.

– Jag brinner för miljöfrågan och vill gärna skapa uppmärksamhet kring den. Arbetet mot mobbing är ett annat område som jag känner mycket för. Om jag gör ett projekt i framtiden. Vill jag göra det tillsammans med någon annan.

Seven Summits är en stor utmaning för vilken bergsbestigare som helst. Med den erfarenhet detta projekt gett, vilket är Görans bästa tips till andra som vill skapa egna projekt? Göran Runebring funderar en stund.

– Gör projektet. Man lär sig under tiden. Har du ett mål går du inte fel.

– Genomför den idé du brinner för.

**En förteckning över vilka bergstoppar som ingår i Seven Summits finns i Tusen möjligheter nr 1 2021.**

BILD: PIXABAY.COM

Psalm 202  
De blomster ...

GRÖNT UTERUM	SÄR- DRAG	SYNS I LEKEN BAKOM ORAT	PÅ NYTT	JORDRAS	SKOGS- FIGUR	STYRKA	KÄRLEKS- FULLT	FÖRSÖKA HITTA	DAGS- TIDNING
↔				FÄRDIG					
FRÄM- MANDE					SYSTER TILL LEA				
↔			GÖR DEN SOM HÖR EFTER	OKOMPLI- CERADE SEGT VIRKE			NYHETS- BYRÅ VÄRME- KÄLLA		BAR- HUÄLP
AN- VÄNDE KLORNA		VILL EREMITEN VARA I			LITEN TYP			LÖV- GÅNG	
PÅ VILKET SÄTT			KÖ- FORMAT	FIN- KÄNS- LIGHET	↔				
SOM- MAR- DRÖM		SKRIDER FRAM KORT- SPEL			ÖVER- FART	↓		KLAR- TECKEN	FRANSK GATA
↔				SÖT- VATTENS- FISK					FÖRST VID RÄKNING
EN SORTS FRONT				PIRAT- KAPTEN				INIFRÅN	
AN- VÄNDER ÅROR			GIGAN- TISK					HAR KUNSKAP OM	

# täv- ling

Skicka in meningen i de blå fälten på ett vykort till  
Tusen Möjligheter,  
Järfälla församling,  
Box 139, 177 52 Järfälla  
eller på e-post:  
jarfalla.tusenmojligheter  
@svenskakyrkan.se  
senast 4 oktober.  
Vinnaren presenteras i nästa nummer. Varmt lycka till!



Rätt svar i nummer 3  
Fulla av blommar

**Grattis**  
Urban Norstedt,  
Gerd Westman,  
och Ann-Britt Borling  
som får ett  
presentkort var.

## Anmälan om inträde i Svenska kyrkan

Kryssa för lämpliga alternativ

- Jag vill bli medlem i Svenska kyrkan
- Jag är döpt i Svenska kyrkans ordning  Jag är döpt i någon annan evangelisk-luthersk ordning
- Jag är inte döpt, men vill ha mer information om Svenska kyrkan
- Jag är konfirmerad i Svenska kyrkans ordning  Jag är konfirmerad i annan kristen kyrkas ordning

Namn

Personnummer

Gatuadress

Postnr och ort

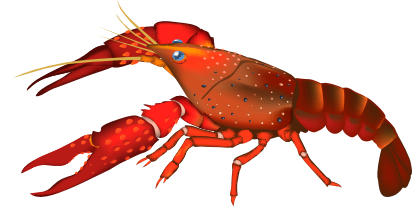
Ort och datum

Namnunderskrift

Lägg talongen i  
kuvert, frankera och  
adressera till  
Järfälla församling  
Box 139  
177 23 Järfälla

# Kräftpaj med västerbottensost

Till pajen använder vi kräftstjärtar på burk, ett bra alternativ för de som gillar kräftor men inte vill pilla och skala själva. Receptet är för fyra personer.



## Ingredienser

### Pajskal

125 gram smör  
3 dl vetemjöl  
1-2 msk kallt vatten  
Hacka ihop smör och mjöl, tillsätt kallt vatten och arbeta snabbt ihop en deg. Tryck ut i pajform och ställ i kylen ca 15 min. Förgrädda sedan pajskalet i 200 grader i 10 min.

### Fyllning

1 purjolök eller 5 små salladslök  
1 msk smör  
½ röd paprika  
1 burk kräftstjärtar (360 gram)  
Skölj och skiva purjo- eller salladslöken och stek den mjuk i smör. Tillsätt paprikan och låt det bli mjukt. Håll av spadet från kräftstjärtarna.

### Äggstanning

2 ägg  
1 dl grädde  
1 dl mjölk  
1 dl crème fraîche  
150 gram västerbottensost  
1 krukla färsk dill

½ tsk salt  
1 krm citronpeppar  
1 krm vitpeppar  
Blanda ihop ingredienserna till äggstanningen, hacka dillen och håll i hälften av osten.

Lägg fyllningen i det förgräddade pajskalet och håll på äggstanningen, ställ in i ugnen i 200 grader i 20 min. Tag ut pajen efter 20 minuter och strö över resten av osten, ställ tillbaka in i ugnen i ca 10 minuter.

Servera pajen med en blandad grönsallad och gärna en krämig dressing till.

### Krämig dressing

Blanda ihop 1 dl crème fraîche med ½ dl majonnäs, krydda med persiljor, lite salt och svartpeppar.

KRISTINA ERIKSSON  
HUSMOR I MARIA KYRKA



## Sticktid?

Kanske hinner du ägna lite tid åt att sticka? Beställ hem mönster- och materialsats för Järfälla-mössan, eller ett par av församlingens egendesignade kyrkvantar! Designen är inspirerad av kyrkobyggnadernas interiörer, och följer traditionella nordiska sticktekniker.

### Du beställer genom att maila

[jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se)

och swisha till numret nedan, så löser vi leveransen. Glöm inte att skriva vilket av de sex stickprojekten din beställning avser (se bilderna till höger).



Järfälla kyrkmössa



Pilgrimsvanten



Järfälla kyrkvante



Mariavanten



Viksjövanten



S:t Lukasvanten

Pris per påse med garn och mönster är 140 kr. Betala med Swish till 123 006 77 93. Märk "kyrkvanten".