



Aktuellt i Svenska kyrkan Västerås
måndag till söndag 13–19 januari 2025



Foto: Alex Giacomini /Ikon

Det finns samhörighet i körsång

Att sjunga i kör är en av svenskarnas mest omtyckta aktiviteter. Men det är inte bara roligt att sjunga tillsammans, det är även hälsosamt.

Att sjunga förbättrar fysiska aspekter såväl som mentala. Det förbättrar bland annat andningen, blodtrycket och magmusklerna och det frigör även endorfiner och sänker stresshormonerna.

– Många korister vittnar om att körsången gör att de känner sig mer mentalt alerta. Minnet tränas av att memorera texter och toner, berättar Kekke Waltersson som är körledare i Svenska kyrkan Västerås.

Det skapar även en känsla av samhörighet och tillhörighet, vilket Kekke får höra bland sina körsångare. För många är kören en fristad där de kan slappna av och dela musiken med andra.

– Musiken skapar en unik atmosfär som underlättar för människor att komma i kontakt med det andliga. Det kan också fungera som en pedagogisk funktion genom att förstärka och kommentera de teologiska budskapen som uttrycks i Bibelns texter, säger Kekke.

I Svenska kyrkan Västerås finns runt 50 körer med olika inriktningar och genrer, för människor i alla åldrar. Till några få körer behöver du göra ett sångprov för att bli antagen, men till de allra flesta av våra körer kommer du som du är, oavsett tidigare körvana eller hur "bra" du sjunger. Dessutom är alla våra körer kostnadsfria att vara med i. De flesta körer ses och övar varje vecka under terminen, och får också tillfälle att sjunga under högmässor, musikgudstjänster eller konserter.

Om du vill veta mer om våra körer, terminstarter och annat kan du läsa mer på:
svenskakyrkan.se/vasteras/sjung-i-kor



Foto: Kristin Lidell /Ikon

Kristen djupmeditation

Meditation i tystnad för att nå stillhet i sitt inre, bortom tankar och ord. Introduktion 18.30 för dig som kommer för första gången. Gratis.

Söndag 19 januari
klockan 19.00
Gideonsbergskyrkan
Kostnadsfritt



Foto: Henrik Mill

Nu söker vi årets "säsongare"

Trivs du med att arbeta tillsammans med andra samtidigt som du lockas av att skapa vackra och välskötta grönytor? Vill du spendera dina arbetsdagar utomhus i rofyllda miljöer där människor kan minnas, reflektera och hitta lugn? Då kanske en säsongsanställning på kyrkogårdsförvaltningen är någonting för dig.

När våren och sommaren är runt hörnet behöver personalstyrkan på kyrkogårdsförvaltningen nämligen stärka sitt arbetslag med ytterligare medarbetare. Under sommarsäsongen anställs runt 50–60 säsongarbetare för att hjälpa till att sköta om kyrkogårdarna. De som säsongarbetar erbjuds två olika typer av anställningar. antingen i 8 månader med

start i april eller 10 veckor med start i juni.

Arbetet på kyrkogårdarna innebär skötsel av grönytor och planteringar. Personalen ser också till att miljön är inbjudande samt att kyrkogården hålls ren och fin.

Om du vill arbeta på kyrkogårdsförvaltningen är det viktigt att du är flexibel och noggrann och du behöver ha körkort. Det är meriterande om du har arbetat i liknande arbeten men det är inget krav. Alla som börjar sin säsongsanställning får den utbildningen de behöver.

Rekryteringen är i full gång och ansöker gör du via svenskakyrkan.se/vasteras/jobb

Möten med minnen: Knutsdans

Visning för personer med någon form av demensdiagnos eller kognitiv svikt tillsammans med närstående eller följeslagare. Gratis.

Måndag 13 januari
klockan 13.00 & 14.00
Västerås domkyrka
Kostnadsfritt



Go Bach to sleep

Ett vilo- och lyssningstillfälle i nedsläckt kyrka med tända ljus samtidigt som du får höra vacker musik av J.S. Bach.

Söndag 19 januari
klockan 16.00
Önsta Gryta kyrka
Kostnadsfritt

Läs mer på webben, svenskakyrkan.se/vasteras eller ring vår växel: 021-81 46 00, vardagar 8–16



Följ gärna Svenska kyrkan Västerås i sociala medier



Alla gudstjänster hittar du i Kyrkguiden – finns där du hämtar appar



Du är älskad!