

# INTRYCK

NR 4 • ÅRGÅNG 97 • NOVEMBER 2018 – JANUARI 2019

## Tema: Att välja

CAROLINE AF UGLAS:

*Väljer clownnäsan*

DE SOM VÄNT TILLBAKA

KÄRLEK PÅ LANDET

Vändpunkten kom  
inte på grund av  
något utifrån,  
det kom inifrån.



Svenska kyrkan i Norge var på plats under valet på ambassaden i Oslo. Kanske du var en av de som fick smaka på nybakade bullar och en god kopp kaffe?



Även detta år blev det en lyckad kräftskiva. Över 60 personer kom för att äta gott, umgås och sjunga. Varför missa en svensk tradition?

## Tillsammans

Tack vare dig är Svenska kyrkan i Norge en självklar plats för många svenskar, både för liten och stor. Under hösten har många samlats och firat olika högtider tillsammans, ätit kanelbullar och umgåtts.



I september åkte kyrkans Ung kör till New York för att sjunga i Saint John the Divine och besöka Svenska kyrkan i New York.



I början av oktober besökte 15 glada damer från Margaretaföreningen Nationalgalleriet. De fick tillsammans uppleva utställningen Uendelige landskap av Harald Sohlberg. Vill du bli en del av detta gäng? Kontakta kristina.s.furberg@svenskakyrkan.se



I år arrangerades även en höstloppis vilket blev väldigt lyckat. Det var många som fyndade och njöt av en fika i kyrkan.

8

Reflektion i vardagen

Bild: Anders Magnusson

# INTRYCK

## Nummer 4-2018

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| Ledare                    | 4     |
| Vad är <i>Att välja</i> ? | 6-7   |
| Reflektion i vardagen     | 8-9   |
| Läsvärt                   | 10-11 |
| En medlem berättar        | 12-14 |

Tema: Att välja

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| <i>Tro</i>                      | 16-17 |
| <i>Djärv nog att ha tålamod</i> | 28-29 |
| <i>Att flytta hem</i>           | 30-33 |
| <i>Att välja sin framtid</i>    | 34    |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| På gång i Oslo           | 18-19 |
| På gång i övriga Norge   | 22-23 |
| Husmor tipsar            | 24    |
| Jul                      | 25    |
| Musik i Margareta kyrkan | 26    |
| Vännerna informerar      | 35    |

12

En medlem berättar

34

Att välja sin framtid

30

Att flytta hem

# ”AFTONBLADET ELLER EXPRESSEN?”

I den klassiska sketchen ”Aftonbladet eller Expressen” gestaltar Gösta Ekman och Tage Danielsson vändan av att behöva välja – det finns val att göra hela tiden. Läsare under 40 år kanske behöver kolla upp sketchen på YouTube, men det är värt besväret; det är ett stycke svensk humorhistoria. Men annars är beslutsvända inget att skratta åt. Vi ställs hela tiden inför val och det orsakar mycket oro. Dessutom kan våra val förfölja oss halva livet som plågsamma minnen, något vi grämer oss över, något vi ångrar.

”Att vara människa är att behöva välja”, sa tänkare vid 1800-talets slut. Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir och Søren Kierkegaard var några som kom att kallas existentialister. Bland annat menade de att valet var grunden för människans existens – att vi väljer moraliskt är det som gör oss till människor. Långt tidigare hade den judiska och kristna kulturen utvecklat tankar om vad som gör människan unik; människan har förmåga att välja mellan gott och ont, möjligheten att svara ja eller nej på en kallelse. Genom att kunna välja rätt eller fel så kan vi hållas ansvariga – vi blir myndiga människor.

Det är inte alltid vi känner att vi har möjlighet att välja; sjukdom och olyckor är exempel på sådant vi sällan väljer. Men i mycket kan vi välja – det kan ibland kännas som en förbannelse (tänk på sketchen jag nämnde inledningsvis) men mest är det en välsignelse. Det är en välsignelse för det ger oss frihet, och det är en välsignelse för att alternativet är så mycket värre – att inte ha något val är ofta en otäck erfarenhet.

Ett temanummer om att välja skulle kunna innehålla ”allt” för det finns väldigt lite som inte innehåller ett mått av val. Vi får i artiklarna möta personer som valt och väljer tydligt i sina liv, t ex en artist som väljer att måla sitt liv i ljusa färger eftersom hon upplever att paletten på insidan mest består av mörka och dystra färger. När vi arbetat med detta nummer har vi påmint om hur vi alla har val att berätta om – både om de val vi är tacksamma för att vi gjorde och de val vi ifrågasätter eller ångrar. Men det viktigaste i livet har vi inte valt själva; vi har inte valt att födas och vi har inte valt det sammanhang som vi växte upp i. Börjar vi tänka efter så kanske det är så att både personer och händelser som kommit att betyda allra mest snarare har kommit vår väg, eller valt oss, mer än att vi valt dem. Den Kristna tron framhåller att det viktigaste valet inte är det vi gör utan det Gud gjort; Gud har valt oss och det är mycket viktigare än att vi eventuellt väljer Gud. Gud älskar oss och det är viktigare än vår eventuella kärlek till Gud. Det betyder inte att våra egna val är



Det är inte  
den du är  
som håller  
dig tillbaka,  
utan den du  
tror att du  
inte är!

oväsentliga, absolut inte, men det kanske är en tröstande tanke att allt inte står och faller med våra ibland tveksamma val. Att tro är att lita på att Gud bär oss i kärlek oavsett vilka val vi gjort och gör.

Välkomna in i ett välmatat magasin

Per Anders Sandgren  
Kyrkoherde i Svenska kyrkan i Norge

## TYCKER DU OM ATT SKRIVA?

Det är alltid kul med nya skribenter i INTRYCK. Det spelar ingen roll var i landet du bor, du kan alltid bidra med något. Tillsammans kommer vi fram till format och vad som passar dig bäst.

*Låter det intressant eller vill du veta mer?*

Då är du välkommen att kontakta  
karolina.johansson@svenskakyrkan.se



Tema för nästa nummer:  
Ansvar

**Telefon: 23 35 32 50**

**oslo@svenskakyrkan.se**

**Expeditionens öppettider:**

Helgfri måndag – fredag kl. 9 – 12

**Kontaktuppgifter**

Hammersborg Torg 8B, 0179 Oslo

**Hemsida:** www.svenskakyrkan.se/norge

**Journalnummer:** 46 94 48 42

**Bank:** Handelsbanken

**Norskt konto:** 9046 05 05711

**Organisationsnummer:** 871436142

**VIPPS:** 10527

**Ansvarig utgivare:** Per Anders Sandgren.

**Omslagsbild:** Jan Tinneberg – Unsplash

**Redaktör och grafisk form:** Karolina Johansson

**Årgång:** 97

**Upplaga:** ca 13 500 ex.

**Tryckt av:** Zoom Grafisk.



Tidningen ges ut gratis till alla bekräftade medlemmar i Svenska kyrkan i Norge.

**Prenumerera?** Är du inte medlem men skulle vilja prenumerera på magasinet via post kostar det 200 kr/år. Du kan betala via VIPPS-nummer 10527 eller kontonr: 9046 05 05711. Märk betaningen "Prenumeration" följt av namn och adress. Du kan även få det gratis via epost. Sänd då ett mail till oslo@svenskakyrkan.se

## Personal

**Per Anders Sandgren** Kyrkoherde (präst)

**Mob:** 97 03 14 92

peranders.sandgren@svenskakyrkan.se

**Anna Runesson** Komminister (präst)

**Mob:** 41 29 14 56

anna.runesson@svenskakyrkan.se

**Kristina S Furberg** Diakon

**Mob:** 45 91 53 23

kristina.s.furberg@svenskakyrkan.se

**Benjamin Åberg** Kyrkomusiker/organist

benjamin.aberg@svenskakyrkan.se

**Nina Norrman** Kyrkomusiker/kantor

nina.norrman@svenskakyrkan.se

**Elias Pennström** Församlingsassistent

elias.pennstrom@svenskakyrkan.se

**Nathalie Fagerström** Församlingsassistent

**Louise Vinternatt** Husmor

louise.vinternatt@svenskakyrkan.se

**Nina Tombrock Hatt** Husmor

hatt.nina@gmail.com

**Mathilda Claesson** Församlingsassistent

mathilda.claesson@svenskakyrkan.se

**Daniel Löfgren** Vaktmästare

daniel.lofgren@svenskakyrkan.se

**Gints Kronbergs** Vaktmästare

gints.kronbergs@svenskakyrkan.se

**Karolina Johansson** Kommunikatör

karolina.johansson@svenskakyrkan.se

**Lena Hedmar** Kanslist

lena.hedmar@svenskakyrkan.se

**Hélène Tranell** Medlemsadministratör

helene.tranell@svenskakyrkan.se

## Kyrkorådet 2018

**Ordförande:** Mikael Strandberg

**Vice ordförande:** Beryl Wilhelmsson

Marie-Anne Sekkenes

Ulrika Löfgren

Gunnar Prytz Leland

Anita M. Hedén Johnsen

Kyrkoherde Per Anders Sandgren

Karin Ibenholt,

**Suppleanter**

Johnny Comstedt, Sara Svensson,

Mikael Bohgard, Barbro Ross

Se hemsidan för information om utskott och arbetsgrupper.

# Vad är att välja?

Val gör du flera gånger om dagen och ibland kan de vara överväldigande. Kanske inte valet i sig är så svårt men tankarna innan. Hur kommer det påverka dig och hur kommer det påverka andra? Här nedan kan du läsa fyra fria tolkningar om Att välja.

Vill du skriva en fri reflektion om nästa tema; Ansvar? Sänd ett mail till [karolina.johansson@svenskakyrkan.se](mailto:karolina.johansson@svenskakyrkan.se)

## JOHANNA ENGEN, BARNEHAGEASSISTENT, MYSEN.



Foto: Privat

Jag har blivit frälst i en japansk metod skapad av Marie Kondo (KonMari-metoden närmare bestämt) som innebär att välja saker som skänker mig glädje, och att välja bort de som inte gör det. Något som borde vara högtaktuellt i dessa tid-

er när miljö är i stort fokus.

Jag har kommit fram till att den goda lokalproducerade sylten skänker mig glädje, men inte den stickiga akrylkoftan köpt på halva reapriset.

En genialisk metod för att, i mitt fall bli lyckligare men inte minst för att begränsa min konsumtion. Metoden kräver inte att man ska sluta konsumera, men den är effektiv för att uppnå en känsla av belåtenhet. Belåtenhet har jag upplevt som svårt då mitt huvud alltid letat efter ”något mer” när jag egentligen behövt mindre.

Att aktivt välja vad jag vill behålla i mitt liv har inte minst gett mig en tydlig bild av vem jag är, men också vem jag vill vara och hur jag vill konsumera!

## CARL JOHAN BAHRE, RESTAURANGÄGARE, OSLO.

Spontant tänker jag att välja, det vill jag inte! Varför? Jo kanske därför att det är så ofantligt många val; varje dag, varje timme, varje minut och så vidare. Men vänta, varför måste jag välja? Det heter ju att välja. Här kommer verbet «att» in, som ger mig en känsla, en kraft att vilja välja.

Tänker också på hur jag vill välja? Som en reaktion på något eller efter att jag har tänkt till ordentligt, då blir kanske valet och resultatet ännu bättre.

Ofta tänker jag på ordet «tänkande». Hur har det förändrats? Det sägs bara «tänk» idag – vart har Anden tagit vägen? Och här kommer vi till kärnan av min livsfilosofi. Jag tror att det behövs två parter för att ett val skall bli bra.

Som människa skall jag gå ett stycke på vägen, välja riktning och samtidigt ha tillit att Livet och Gud kommer mig till mötes. Vi möts på mitten i harmoni. Anden är lika viktig som Människan.



Foto: Privat

För att det ska fungera i vardagen märker jag hur viktigt tid och rum är. Att ge valet tid och ett rum att växa fram i. Om det är i kyrkorummet, i naturen eller i relation till en medmänniska.



Foto: Privat

“Valet är ditt, valet är fritt?”. Färgen på strumporna, lunchen, väggdekorationer, kassan på Kiwi, dagisplatsen till barnen, investeringar och om du har lust att dela alla de här valen med någon.

Är det verkligen vi som gör alla de här valen eller är det samhället som gör dem åt oss? Modetidningar, skvaller, grannen i trapphuset, arbetskamrater och kampanjer på affären. Jag gillar i alla fall att tro på att många av de val jag gör idag och de jag gör i framtiden

kommer avspegla mig som person och inte samhällets påverkan.

Tänk gärna en gång extra innan du väljer nästa gång och fråga dig själv, ”är det verkligen det här valet jag vill göra eller är detta något som någon annan har bestämt att jag ska välja?”

Har du lust på ett mintgrönt kylskåp som var modernt på 50-talet så köper du det, även om grannen tycker att det är otroligt omodernt. Men gör det dig lycklig så får grannen tycka vad han vill.

Att välja: för mig handlar det om mitt liv och människorna i det. Jag väljer för min framtid. Vad väljer du för?

---

## ANTE THORIN, FOTOGRAF, TRONDHEIM

Att behöva välja har varit bland det värsta i mitt liv då jag lider av beslutsångest.

Jag hamnar ständigt i scenarion då jag tror att vad jag än väljer så kommer det att bli katastrof på något sätt. Varför finns det inget facit här i livet för vad man bör välja? Tänk vad livet hade varit enklare då. Om man ändå kunde spå in i framtiden.

Ständigt möts vi av motgångar i de beslut vi tar och det kan vara svårt ibland att undvika de jobbiga tankarna som kommer smygandes innan man ska få sin nattssömn: gjorde jag fel och hur kunde jag ha valt annorlunda? Vad vi än gör för val så får det konsekvenser vi inte alltid kan styra över.

Helst av allt önskar jag att allting var fritt så man slapp fatta beslut. Eller att man hade någon form av osynlig “väljarassistent” med sig hela tiden som valde åt en.

Varje dag är en kamp med ständigt val. Allt från att stå vid chips-hyllan på ICA till att ta beslut om vilka patienter som är friska nog

att skickas hem från sjukhuset om man jobbar inom vården.

Jag har ett knep som heter “tre-sekunders regeln” då jag tänker att jag har exakt tre sekunder på mig att fatta ett snabbt men klokt beslut. Så får det bli vad det blir. Om du lider av beslutsångest så testa! Det kan hjälpa många gånger. Det är bara en av de säkert hundratals knep som finns. Det gäller bara att finna fram till det knep som passar just dig.

Sen kan man alltid tänka “jag gjorde rätt!” Oavsett vad efterföljderna blir så går det alltid att tänka “det andra valet hade gått snett ändå”. Så får man inte glömma att man lär sig av alla konsekvenser och att man blir klok av erfarenheter. Det är ju så vi människor växer.



Foto: Privat

# CAROLINE AF UGGLAS

Nerverna utanpå och en stor palett med färger. Känslomänniskan Caroline av Ugglas har i många år kämpat med ångest. Idag väljer hon ofta att ta på sig "clownnäsan" - för att skydda omgivningen och sig själv från sitt svängande humör.

Det är kul att intervju Caroline. Hon både ställer och svarar på frågor samtidigt, och det går fort. Efter bara några meningar begriper jag att engagerad och ivrig är begrepp som stämmer på hennes personlighet.

Caroline är bland annat konstnär, artist och körledare. Mest bekant är hon för sitt deltagande i några melodifestivaler och som upphovskvinna till TV-succén Körslaget. Hon har talat öppet om sin ångest, sin psykoterapi och sitt ständigt svängande humör. Det låter som en lämplig person att fråga lite kring detta med "att välja".

Vad tänker du när jag säger "att välja" - vad är att välja för dig?

- Jag vet inte om jag gör medvetna val, tänker jag just nu, men jag är som jag är och då blir valen utifrån det, svarar hon snabbt.

Men så kommenterar hon sitt svar i nästa sekund och nämner att hon har valt medvetet att inte vara superkommersiell, inte springa på varje boll det går att tjäna pengar på. "Men å andra sidan", fortsätter hon, "hur skulle jag kunna vara superkommersiell? Så e ju inte jag - då e det ju nästan inget val, eller?".

Jag frågar vilket val hon gjort som haft störst betydelse för henne. Svaret kommer utan en sekunds tvekan; "Att skaffa barn, det var ett medvetet val när jag var 27. Jag valde medvetet att ställa någon annan än mig själv i centrum".

Samtalet kommer in på hur hon hela livet kämpat

med depressioner och ångest. Hur har du gjort för att leva med det, undrar jag. "Jo, jag är ju en känslomänniska - känslorna utanpå, nerverna utanpå, och en stor palett med färger, så då får man välja vilka färger man skall måla med. Jag väljer det som är gott" säger hon. Caroline förklarar att hon upplever att hon har tillgång till hela "paletten" av känslor och att hon bestämmer sig för att inte måla tillvaron i mörka färger utan försöker att lyfta fram de ljusa - understryka det goda hela tiden.

På ena underarmen har Caroline tatuerat en clownnäsa. Den väljer hon att ta på sig ibland när hon skall in i ett socialt sammanhang. "Ibland sätter jag på mig den för att skydda andra från en dålig dag". Caroline säger att hon inte vill påverka andra negativt och tycker att det är lätt att skjuta på andra när ångesten härjar med en själv. När hon sätter på sig clownnäsan så väljer hon glädje; "det hjälper både mig och andra". Men hon duckar inte för det svåra. Caroline berättar att hon den senaste tiden både förlorat en vän i cancer och två av sina hästar. "Jag blir faktiskt lugn av sorg, då får jag något att vila min ångest på - en riktig anledning att sörja". Så berättar hon hur hon ändå mitt i sorgen söker efter det som är värt att tacka för, till exempel den fina tiden de fick tillsammans. Sorgen skall man inte vara rädd för, fortsätter hon. "Sorgen visar på kärleken, det e ju därför man sörjer, så då är både kärleken och sorgen något att tacka för".

**Namn:** Caroline af Ugglas **Ålder:** 46 år **Boende:** Stockholm **Familj:** maken Heinz Liljedahl och tre barn ( ett från Heinz tidigare förhållande ) **Bakgrund:** Sångare, konstnär, sång- och tallärare. Hon kom tvåa i Melodifestivalen 2009 med låten "Snälla Snälla".



Samtalet kommer in på frågor om tro och om Gud. Caroline blir ivrig och uttrycker att tron finns där hela tiden, hon samtalar och resonerar med Gud, eller God som hon hellre säger.

”Tro betyder allt – jag lever i det. Jag tror det är något ursprungligt för att vi människor skall orka. Jag tror på det goda, på God, och jag har massor av tillit till det”, säger Caroline. Hon berättar att hon knäpper händerna när hon ber, mest för att de inte skall tumma och fingra med annat. Caroline behöver tiden med sig själv, med Gud (God) och med sitt samvete.

Intrycket av Caroline från de första meningarna i intervjun håller hela vägen. Det finns så mycket jag vill fråga och så mycket hon vill berätta, men vi har avtalat med hennes manager att intervjun ska vara i 30 minuter. Efter 40 minuter avrundar jag motvilligt, trots att Caroline inte visar några tecken på att avsluta; avtal är till för att hållas.

Text: Per Anders Sandgren  
Bild: Anders Magnusson



...inte springa på varje boll det går att tjäna pengar på.

## ”PROBLEMET ÄR ATT JAG VILL LEVA SÅ MÅNGA LIV NU”

1976 utkom Gun-Britt Sundströms generationsroman *Maken*. Boken blev en stor succé och hittar ständigt nya generationer läsare. Nu ger författaren ut sina dagböcker från åren 1963–1978 i boken *Skriv Liv – Från första boken till första barnet*. Ett tidsdokument från en nära svunnen tid men samtidigt allmängiltigt aktuell i sina frågeställningar om val och identitet.

Gun-Britt Sundström (född 1945) är författaren som på 70-talet skrev generationsromanen *Maken* om de två studenterna Martina och Gustav som under sju års tid försöker få ett förhållande att fungera. Boken fick stor spridning men blev också författarens sista traditionella roman.

Efter arbete som journalist på Dagens Nyheter och Stockholmstidningen och utgivelse av bland annat flera barnböcker arbetade Gun-Britt Sundström sedan i 20 års tid för Bibelkommissionen. Hon är därmed den författare som kommit att betyda mest för den stilistiska utformningen av Gamla testamentets text.

Nu ger Gun-Britt Sundström ut sina dagböcker från 1963 till 1978 om tiden från universitetsliv och författar-debut på Bonniers – till arbete på Dagens Nyheter, journalisthögskolan och i fackligt engagemang. Boken avslutas när, som hon skriver, ”föräldraskapet gjorde slut på den tid som kunde ägnas åt självanalys i den här formen”.

På ett vis är boken ett tidsdokument, där vi får en initierad och spännande inblick i 60- och 70-talens kultur-, journalistiska- och akademiska

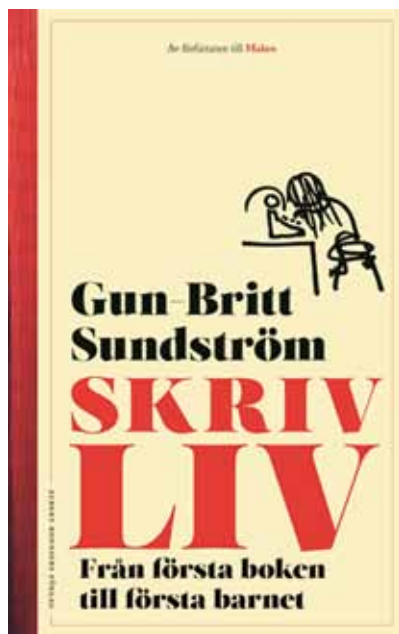
värld med mer eller mindre namnkunniga profiler från tiden som Olof Lagercrantz, Karl Otto Bonnier och andra. Centralt i dagboken är också relationen till R som skulle komma att bli förebild för Gustav i *Maken*.

Men *Skriv Liv* är på många sätt också en bok om ungdomens val, om sökandet efter en identitet och själva vuxenblivandet i sig. Ett tillstånd som nog många oberoende av generationstillhörighet kan känna igen sig i.

Den unga ambitiösa Gun-Britt är förutom åskådare till livet omkring sig också en ung kvinna som lever i ständig ambivalens om hur livet ska gestalta sig. Ska hon vara författare, journalist eller akademiker? Är hon en hustru eller älskarinna? Och hur ska man göra med barn, när man på sätt och vis vill göra allt?

*Jag levde visst viljelös, eller i tron att jag var viljelös, så länge att jag nu har en massa gammalt uppdämt viljande som jag inte hinner förverkliga – livslust utan livstid! Det är en lust att leva, men det grämer ihjäl mig att jag bara har ett liv. Och så det allra största stressmomentet: barnet.*

Text: Alberte Bremberg  
Förlag: Albert Bonniers Förlag  
ISBN/Art.nr: 9789100176952



# KONST OCH ANDLIGHET

Bland böckerna på bokbordet finns en med den spännande titeln *Konst och andlighet – Mystiker och särlingar i Norden*. Det är Lena Månsson, skribent inom området konst och religion som skrivit och förlaget är Artos.

Boken består av en rad kortare essäer där 15 konstnärer med andliga dimensioner i sitt skapande presenteras. Månsson inleder med Hilma af Klint, som hon också skrivit en akademisk uppsats om. Där återfinns också text Theodor Kittelsen, Ivan Aguéli och Helene Schjerfbeck. Om Hilma af Klint som levde 1862-1944 skriver Månsson bland annat att hon målade över tusen hemliga bilder att tydas av eftervärlden. Hon använder urgamla symboler, bokstäver och ord i sina verk och bryter mot traditionella normer, bland annat genom att hennes verk inte var till salu men också genom budskapet som hon förmedlade. En serie målningar har namnet Målningar till templet. Dessa kom till under en period av sträng askes och utgår ifrån tanken att allt är i rörelse, en utveckling från splittring tillbaka till enhet, till Gud. Af Klint skriver själv ”Bilderna målades direkt genom mig, utan föregående teckning och med stor kraft. Jag hade ingen aning om vad bilderna skulle föreställa och ändå arbetade jag fort och säkert, utan att ändra ett enda penseldrag.”

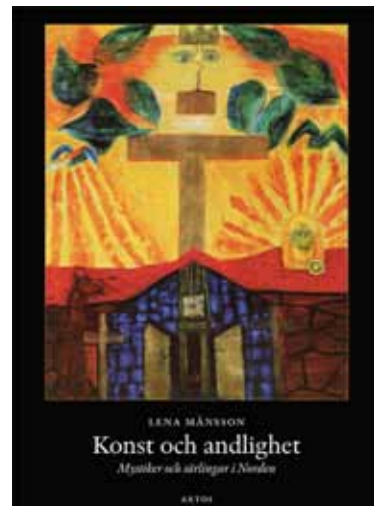
En annan intressant nordisk konstnär presenteras i den avslutande essän. Det är finländska Helene Schjerfbeck, självporträttens mästarinna. Hon föddes 1862 och fick sitt stora publika genombrott så sent som 1937. Då hade hon målat sina självporträtt under flera decennier. Månsson skriver ”De nästan upplösta, förenklade självporträtten som uttrycker en inre resa likaväl som konstnärens fysiska förändring kom att bli hennes stora mästerverk.

Schjerfbeck målade ett 40-tal självporträtt varav hälften kom till under hennes två sista levnadsår. De är självutlämnande, utmanande och starka och går mot det abstrakta och grafiskt avskalade. Schjerfbeck skriver själv i ett brev ”Men till slut är allt ett inre liv, det yttre blir bortom vårt medvetande.”

Text: Kristina F. Furberg

Förslag: Artos.se

ISBN/Art.nr: 978 91 7777 021-3



I Margaretakyrkan i Oslo finns två bokbord med en mängd spännande titlar. Det är biografier, berättelser om trosutveckling, bönböcker och mycket annat. Trots att böckerna är så olika har de en sak gemensamt; de handlar om den styrka som växer ur insikten om vår svaghet och vårt beroende av varandra och av Gud.

# HURRA FÖR kärleken

*En vacker historia om att välja*

Hon står med båda fötterna i varsin kultur och ställdes inför valet att öppna sitt hjärta för en tredje. Det krävdes mod, mod att våga välja. Möt Joanna som gifte sig med en odelsgutt i Norge.

Att bo på landet eller i stan, that's the question! Det är lite som hund eller katt, det är antingen eller. Joanna och jag ska göra en resa bakåt i tiden och prata om det att välja i livet.

Joannas mamma mötte Joannas pappa på Rhodos under en semesterresa. Ljuv musik uppstod och mamman valde att lämna Sverige för att flytta till Rhodos och kärleken. Joanna, och sedan hennes lillebror, föddes in i den grekiska kulturen men de höll också kontakt med den svenska. När Joanna var 12 år flyttade familjen till Hedemora i Dalarna, ett kulturbyte som inte bara var enkelt. Joanna genomförde svensk skolgång och högre studier inom statsvetenskap följde. Det var genom dessa studier som Joanna fick möjlighet att, via Erasmus utbytesprogram, ta ett år av studierna i Bryssel. Redan andra dagen i Bryssel träffade Joanna Hans Kristian, en charmig norrman vars språk hon hade svårt att förstå. Här kunde historien ha slutat som en helt vanlig kärlekshistoria, men den skulle komma att förändra hela Joannas liv och ställa henne inför ett stort och svårt val.



**Namn:** Joanna  
**Boende:** Lier  
**Familj:** mannen Hans Kristian  
**Yrke:** Statsvetare  
**Motto:**

”  
Ibland måste man  
bara ta ett beslut

Foto: Privat

## ODELSRETT

Odelersrett är en särnorsk rätt som ger en bestämd arvinge förtur till att överta en jordbruksfastighet när ägaren säljer eller avlider. Odelersretten får inte upphävas enligt Grunnloven §107 och den innebär att jordbruksfastigheter förblir i familjens ägor utan att försvagas, vilket hade varit tillfället om den styckats upp och sålts i delar. Fastigheten måste ha varit i familjens ägo i minst 20 år. Det ställs också vissa krav på storleken på fastigheten. Odelersretten ger förstfödda och deras barn rätt att arva hela fastigheten till ett fördelaktigt pris. Barn till äldsta son/dotter har förtur före näst äldsta son/dotter och dennes barn.

Vi sitter i "dagligstuen", som Hans Kristian uttrycker det. Miljön är fridfull och harmonisk med ett sus av historiens vingslag. Mellan uppslagsverk som Norges Dyreliv och Det Norske Store leksikon i bokhyllan har det smugit sig in lite modern svensk litteratur à la Guillou, Mankell och Zlatan. Joanna har bakat en kaka till vårt samtal, ute skiner höst-solen över äppelodlingen.

Vi backar till de där första dagarna i Bryssel 2009. Mötet med Hans Kristian skulle medföra fem år av grubberier för Joanna. Hon fullföljde sina studier i Statsvetenskap och Hans Kristian tog en master i Europastudier. Joanna och Hans Kristian bodde växelvis i Sverige, i Norge på gården med Hans Kristians föräldrar och i Grekland, hos hennes föräldrar som nu hade flyttat tillbaka till Grekland. Hans Kristian hade tidigt i deras relation berättat att han var odelsgutt. Detta var en term och en institution som Joanna aldrig hade hört talas om och än mindre visste vad det skulle innebära för henne. Joanna, som inte hade någon som helst relation till

Norge eller ens hade varit i landet, ställdes nu inför det faktum att mannen i hennes liv var bunden till ett ansvar att ta över en gård på landet i Norge.

Hans Kristian har genom hela sin uppväxt vetat om att ansvaret för gården en dag skulle bli hans, inte hans yngre syskons. Joanna tror att han upplevde det som en press, trots att hans föräldrar har varit positiva till att han först provade på annat i livet. Till slut var han tvungen att ta ett beslut om han skulle överta gården eller låta odelsretten gå vidare till en syster. Gården ifråga har funnits i familjen i tio generationer. Årligen producerar den ca en miljon salladshuvuden, ca 400 ton gurka samt äpplen. Produktionen sysselsätter ungefär 10 personer året runt.

-Jag har alltid haft svårt att välja, säger Joanna. Ibland har jag blivit stående i vägkorsningar eftersom jag inte kan bestämma mig för om jag ska gå åt höger eller åt vänster. Det kan vara jättejobbigt! Genom hela livet har jag fått frågan om jag känner mig mest svensk eller mest grekisk. Där kan jag inte välja, så är det bara.

- Jag grubblade och tänkte, väntade. Tiden gick men på vad väntade jag, fortsätter Joanna. Under de där fem åren önskade jag nog att det skulle finnas någon som sa hur jag skulle göra men ingen annan kan ta ett sådant viktigt beslut åt någon annan. Hans Kristian hade förklarat för mig att han gärna ville överta gården om jag ville följa med honom. Han gjorde allt han kunde för att det skulle kännas rätt för mig. Beslutet att flytta till Norge var tillräckligt svårt. Att det dessutom var till landet med ansvar för en gård gjorde det ännu svårare. Ansvaret för gården gjorde att beslutet kändes mer definitivt. Vändpunkten kom inte på grund av något utifrån, det kom inifrån.



- Ibland måste man bara ta ett beslut. Jag kunde inte hålla på så där och tveka. Det fick bära eller brista, säger Joanna. Hon visste att hon ville dela resten av livet med Hans Kristian så när han friade 2014 var valet lätt.  
- 2015 gifte vi oss på Rhodos, i Svenska kyrkan i Grekland. Det har varit en gåva till mig att Hans Kristian har varit så förstående och stöttande i denna process. Men, fortsätter Joanna, jag kommer aldrig bli norsk eller ge upp mina två ursprung. Det är ett privilegium att få ha en fot i den svenska kulturen och en i den grekiska. Nu har jag dessutom fått ta del av en tredje kultur. Det berikar mitt liv. Joanna berättar att hon känner sig lyckligt lottad som kan få bo på odelsgården och hon trivs bättre och bättre för varje dag som går. Nu har hon det fint. Välja, valde, valt... Valet var rätt!

Vi går ut i den vackra höstsolen. Vi ska strosa lite på gården och Joanna ska visa mig produktionen. Vi går längs enorma växthus, tar vägen in i ett av dem. Joanna stannar upp vid ett slags ogenomsiktligt plastskynke som hon för åt sidan. En intensiv grönska slår mot mig, som i en djungel.

- Gurkorna omplanteras fem gånger om året. Det betyder att plantorna rivs ut och det planteras nya. Från och med att fröet sås till man kan plocka en gurka går det cirka sex veckor. På en planta växer det nya gurkor kontinuerligt tills den byts ut, berättar Joanna som också arbetar i ett norskt företag.

Med mig i bilen när jag har lämnat Joanna har jag äpplen, sallad och gurka, allt skördat för ca 20 minuter sedan. Jag kör genom bördig och vacker natur, omgiven av gröna åsar och med en strålande utsikt över Drammensfjorden... Jag är en livshistoria rikare!

*Text och bild:  
Hélène Tranell*




Å la carte meny  
Dagens 3- og 5-retter

Reserver bord på [www.klosteret.no](http://www.klosteret.no)  
Tel: 23 35 49 00  
Facebook: [@klosteretrestaurant](https://www.facebook.com/klosteretrestaurant)

Fredensborgveien 13, 0177 Oslo

## KONST I MARGARETAKYRKAN

I Margareta kyrkan i Oslo finns ett flertal konstnärer representerade. I det här och kommande nummer av INTRYCK har vi valt att fokusera på den kvinnliga konsten i Margareta kyrkan. Först ut är textilkonstnären Anita Grede.

### MÖTE MED MARIA

I Margareta kyrkans kapell, Mariakapellet, hänger två bildvävar av den svenska konstnärinnan Anita Grede. De föreställer Maria, som konstnärinnan själv uttrycker det; "...kyrkokonstens kanske rikaste motiv...". Men just därför kanske också ett av de svåraste att gestalta.

Anita Grede har i sina två vävar hämtat inspiration från såväl medeltidens Maria-bilder som från människor och miljöer på gatan utanför, för att skapa ett uttryck där konsten i kyrkorummet får samverka med arkitekturen, musiken, orden och liturgien. Det har givit konstnären möjlighet att, som hon uttrycker det, få



hamna på "andra sidan" likt föregångare inom den moderna konsten, som Chagall och Matisse. Kyrkorummet inspirerar Anita Grede till nya uttryck i den moderna profana konsten, men ger också enligt henne möjlighet till ett äkta möte, som inte de vanliga finkulturella arenorna har samma förutsättningar för.

Anita Grede, född i Sollefteå, bor i en gammal prästgård utanför Nyköping. Hon är utbildad inom slöjd och konst, har en bakgrund inom folkbildningen och är representerad på bl a Nationalmuseum, Röhsska museet och i Ingmar Bergmans biograf på Fårö.

*Text: Alberte Bremberg*

## OSLO – EN SVENSK HISTORIA

**Pris: Kr. 299**

ISBN: 9788281042988

post@orkana.no  
www.orkana.no

Claes Arvidsson

### SÖTE BROR

På spaning efter det svenska Oslo

Orkana



Mina fötter springer fort uppför trapporna. Jag kastar ett öga på uret på min arm och hör de stora klockorna ringa. Jag öppnar porten, den knarrar lite, sådär som den alltid gör. Jag tar ett djupt andetag, tar bort en hårlock från ansiktet, torkar en svettdroppe från pannan och går sedan in. Jag möter ett leende som viskar välkommen, jag får en psalmbok i handen och jag sätter mig längst bak i kyrkan. Det är tid för gudstjänst.

Året var 2004, jag var 14 år och jag skulle för första gången åka på läger i ett större kyrkligt sammanhang. Det var Skärtorsdag och unga människor från Värmland och Dalsland samlades för att fira påsk tillsammans. Det var där det började på riktigt.

Det var då jag aktivt började fundera på frågor jag inte tänkt på innan. Det var då jag kände något. När 140 personer samlades i kyrkan för att fira gudstjänst. Hela helgen var vi tillsammans för att äta, leka, skapa, prata, vara med på workshops, lära känna varandra och upptäcka påskens mysterium. En kväll spelades *Du måste finnas* med Helen Sjöholm från musikalen Kristina från Duvemåla i en av andakterna. Musiken satte tonen för min relation med Gud. Den avslutas med orden

”Du måste finnas. Jag vore ingenting om du inte fanns”. Jag kommer ihåg att jag blev uppfylld av en värme. Både av gemenskap med de andra som var där men också av det större sammanhanget.

Det blev första påsken av många på samma gård. I 10 år var jag ledare för påsklägret på Sandvikengården utanför Edane i Värmland. År för år växte jag som människa och som kristen.

Utan min tro hade det varit svårt för mig att kunna leva fullt ut. Jag försöker ha tillit till något bortom mig själv.

Min relation med Gud har många slitningar. Den är inte alltid självklar. Trots att jag de senaste 13 åren har arbetat på olika sätt i kyrkliga sammanhang glömmar jag ofta bort Gud. Det blir lätt ett jobb där jag skapar sammanhang där andra människor får utrymme att möta Gud, men där jag själv stressar runt med annat och



glömmer bort att söka. Det har blivit viktigt för mig att finna mina egna sammanhang där jag och Gud fördjupar vår relation. Ofta blir det genom musikaliska upplevelser. Psalmbooken har för mig varit ett ovärderligt instrument att sjunga mig till en relation med Gud. Kanske är det så för dig också? Ibland har det varit på en skogspromenad. Ibland är det i gudstjänster när jag ger mig själv tid att vara närvarande i stunden. Ofta är det när kärleksfulla handlingar sker, när någon gör något gott för någon annan. Då känner jag att Gud är där.

Tro är komplext av flera anledningar men för mig är det främst för att det handlar om just tro och inte vetenskap. Det handlar om att lita på något större än mig själv. När jag tänker på tro tänker jag på att det finns något som är större än jag. Jag har alltid någon att luta mig mot, vända mig till. Jag kan fortfarande inte förstå varför det sker hemska saker i världen. Varför någon får cancer. Varför ett barn dör före sina föräldrar. Men! Jag tror att det finns något efter döden. Jag tror att det kommer ljus efter mörkret. Utan min tro hade det varit svårt för mig att kunna leva fullt ut. Jag försöker ha tillit till något bortom mig själv.

Jag har Svenska kyrkans unga att tacka för att min tro fick utrymme att gro. Det har blivit många ideella uppdrag och resor genom åren. Att få möta människor i Italien, England, Frankrike, Ecuador, Sydkorea, USA och Palestina har gett mig många olika bilder av Gud. Det har utmanat min tro och fått den att bli starkare. Jag fann min fristad i kyrkan, och även om många olika grupperingar fanns där så suddades linjerna ut litegrann. Det där litegrann, det var tillräckligt för mig. Det var det som gjorde att jag växte och hittade en början till det som är jag idag. Tänk att



en plats, som många uppfattar som stängd, kunde lära mig om hur det är att vara öppen. Kyrkan har absolut saker att jobba på, saker att utveckla och arbeta framåt kring, men kyrkan är också en plats där många förändringar sker. Framförallt hos människor. I kyrkan kan jag möta andra som också vill prata om livet svåra och stora frågor. Där får jag möta livets stora känslor; kärlek, hopp, sorg och tvivel.

För mig är tro aldrig enkel, men utan den hade jag inte varit just Frida med allt vad det innebär. Det är en tro på Gud som är kärlek över all kärlek som gör att jag tror och hoppas på att godheten i slutänden har makt över ondskan.

*Text: Frida Johansson*

*Bild: Privat*

## VILL DU FÖRDJUPA DIN TRO?

Funderar du på hur du kan lära mer om tro eller vill du kanske fördjupa din egen tro? I kyrkan finns flera möjligheter att utforska trons värld. Varje söndag kl. 11.00 och onsdagkväll kl. 18.30 firas det gudstjänst i Margaretakyrkan. Det finns även en bibelstudiegrupp och en samtalsgrupp där vi delar erfarenheter och tankar om tro och liv.

*Mer information på hemsidan eller kontakta expeditionen.*

# PÅ GÅNG I OSLO

I Svenska Margareta kyrkan finns det något för alla. Från musik och sång till samtal och möten. Här kan du hitta ett axplock av det som är på gång i Oslo, med reservation för ändringar.

Se hemsidan eller kontakta expeditionen för de senaste uppdateringarna: [www.svenskakyrkan.se/norge/oslo](http://www.svenskakyrkan.se/norge/oslo).



## KOM OCH SJUNG GOSPEL

10 november klockan 13.00

### LÅT SJÄLEN SJUNGA

Tillsammans träffas vi och sjunger gospel. Oavsett om du har sjungit mycket tidigare eller är helt ny är du varmt välkommen. Dagen efter sjunger vi i högmässan kl. 11.00. Anmälan senast måndag 5 november.

*Mer information och anmälan på hemsidan.*

## JULBASAR

23 november klockan 11.00 – 18.00

24 november klockan 11.00 – 17.00

### EN STÄMMINGSFULL JUL

Den svenska julbasaren i Margareta kyrkan är en traditionsrik mötesplats, med härlig atmosfär, för tusentals besökare. Med den goda och varma stämningen på basaren är det ett populärt startskott inför den kommande julen.



## ONSDAGSTRÄFF

5 december klockan 12.00

### LÄKANDE KOST

Kyrkans husmödrar tipsar om läkande kost. Det serveras även ett litet julbord och vi sjunger några julsånger.

*Anmälan senast söndag 2 december.*

*Mer information och anmälan på hemsidan.*

## JULPYSSSEL FÖR HELA FAMILJEN

8 december klockan 10.00

### TILLSAMMANS PYSSLAR VI IN JULEN

Den mest uppskattade julklappen är den du gjort själv sägs det. Denna lördag tömmer vi pysselskåpet på allt vad vi kan hitta. Vi skapar allt från tomtar, stjärnor till granar och allt det där juliga du kan komma på. Alla är välkomna - liten som stor.

*Mer information på hemsidan.*





## JULGRANSPLUNDRING

6 januari klockan 11.00

### DAGS ATT DANSA UT JULEN

Denna söndag är det familjegudstjänst med julgransplundring för små och stora. Kom för att tillsammans dansa ut julen, fira gudstjänst och umgås. Vem vet, kanske någon kommer med en gåva?

*Mer information på hemsidan.*

## EKUMENISK BÖNEVANDRING

24 januari klockan 18.30

### TILLSAMMANS I GUDS TECKEN

Under tredje veckan i januari firas Böneveckan för kristen enhet. Detta firar vi med en gemensam bönevandring mellan församlingarna på Hammersborg.

Vandringen startar i Svenska Margaretakyrkan där det är den svenska, finska och lettiska församlingen som är värdar.

*Mer information på hemsidan.*



## TACKFEST

30 januari klockan 19.00 (mässa klockan 18.30)

### TILLSAMMANS SKA VI FIRA

En helkväll för alla frivilliga medarbetare i Margaretakyrkan. Du som under 2018 bjudit på din tid och engagemang i körer, vid basaren och andra aktiviteter hälsas välkommen. Vi tackar varandra och firar ett gott samarbete.

*Mer information och anmälan på hemsidan.*

## DOPFEST

3 februari klockan 11.00

### FEST FÖR ALLA DÖPTA

Denna söndag är det dopfest och familjegudstjänst i kyrkan. Barnkörerna leder oss i firandet av dopet. 2017 års dopbarn med familjer hälsas särskilt välkomna och alla barn som döpts får ta med sin dopängel hem.

*Mer information och anmälan på hemsidan.*



## FETTISDAGSFEST

5 februari klockan 18.00

### SEMLOR, SEMLOR, SEMLOR

Tillsammans frossar vi i semlor. Tillsammans träffas vi, äter semlor, umgås och har det trevligt. Alla är välkomna, ung som gammal.

*Mer information på hemsidan.*



# OSLO

## BARN OCH FAMILJ

### KYRKIS

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-12.00*

### BABYCAFÉ

*Tisdagar klockan 13.00-16.00*

*Torsdagar klockan 10.00-13.00*

### BARNKÖRER

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-13.00*

## TRO OCH LIV

### GUDSTJÄNST

*Söndagar klockan 11.00*

### KVÄLLSMÄSSA

*Onsdagar klockan 18.30-19.00*

### TYST MEDITATION

*Onsdagar klockan 18.00-18.30*

### BIBELSTUDIUM

*En onsdag i månaden klockan 19.15-21.00*

### SAMTALSGRUPP – TALA TRO TALA LIV

*En onsdag i månaden klockan 19.15-21.00*

## UNGA VUXNA

### UNG I OSLO

*Se hemsida för mer information.*

## KÖRSÅNG

### BARNKÖRER

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-13.00*

### UNG KÖR

*Måndagar klockan 19.00-21.00*

### KAMMARKÖREN

*Tisdagar klockan 19.00-21.00*

## ÖVRIGT

### LÖRDAGSCAFÉ

*Två lördagar i månaden klockan 10.00-12.00*

### ONSDAGSTRÄFFEN

*En onsdag i månaden klockan 12.00-14.00*

### MAJKLUBBEN

*Första måndagen i månaden klockan 18.30-21.00*

*Med reservation för ändringar. Se hemsidan för de senaste uppdateringarna: [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge).*



Gilla sidan

**Svenska kyrkan i Oslo**

Facebookgrupper:

*Babycafé Oslo*

*Kyrkis Oslo*

*Ung i Oslo*

*Ung kör Margareta kyrkan*

*Kammarkören Margareta kyrkan*

**facebook**

# DIN FRÅGA.....

Går du runt och funderar på något om kyrkan eller kanske om tro? Nu har du chans att få ställa din fråga helt anonymt och få ditt svar publicerat i INTRYCK. Inför varje nummer dras en fråga som sedan besvaras av lämplig person i kyrkan. Sänd din fråga till [karolina.johansson@svenskakyrkan.se](mailto:karolina.johansson@svenskakyrkan.se)

## OM GRAVAR OCH BEGRAVNING

Förr eller senare väcks frågan om begravning – och som utlandssvensk är det sällan enkla svar på de frågorna.

### Här i Norge

Är du folkbokförd i Norge har du rätt att få en fri gravplats på kommunens begravningsplats. I fråga om gravplats spelar alltså medlemskap i ett tros- och livssynssamfund ingen roll. Kostnader kan uppstå vid svepning, kremering, inköp av kista, transport och liknande, men sådana kostnader är inte heller kopplade till medlemskap i ett trossamfund – det får alla betala för med privata medel. Det är enbart i samband med ceremonier, det som i kristen tradition heter begravningsgudstjänst, som trossamfundstillhörighet har betydelse. Här i Norge är den Norska kyrkan ofta generös och låter medlemmar av Svenska kyrkan få använda kyrkorumen och inte sällan bistår de med gudstjänsten. En avgift för präst, kyrkorum och eventuellt vaktmästare och musiker kan uppkomma. Som medlem i Svenska kyrkan har du självklart möjlighet att ha begravningsgudstjänsten i Margareta kyrkan i Oslo utan kostnad. I

Trondheim, Bergen och Stavanger är det också möjligt att ha begravning, dock bara vid de tillfällen som präst och kantor är på plats. Den avlidne kan kremeras i utlandet och sedan fraktas hem för en begravningsgudstjänst. Detta alternativet kan bli billigare än att frakta kistan.

### I Sverige

Önskar man ha gravplats i Sverige ska man vända sig till den församling som man önskar gravsättas i. Är man medlem i Svenska kyrkan och har anknytning till platsen är oftast församlingarna mycket generösa med att erbjuda plats. Som utlandssvensk betalar man inte svensk gravavgift, vilket är den avgift alla boende i Sverige betalar för begravningsväsendet, oavsett trossamfundstillhörighet. Det innebär att det kan tillkomma avgifter för gravöppning eller liknande, men erfarenheten är att församlingar är mycket flexibla och generösa mot utlandssvenskar som önskar gravsättas i hembygden. Tag kontakt med den lokala kyrkogårdsförvaltningen för mer information.

*Per Anders Sandgren, kyrkoherde*

## UR KYRKOBOKEN

### DÖPTA

|              |                                      |
|--------------|--------------------------------------|
| 18 augusti   | Bianca Saga Jasmin Langhammer Valo   |
| 18 augusti   | Theodor Frederik Thomas Bergöö       |
| 2 september  | Leah Marie Kuvik                     |
| 15 september | Tyra Swea Sara Wahlstedt             |
| 23 september | Malaya Koivisto Calinao              |
| 29 september | Jonathan Liljenkvist Reinholt Jensen |
| 30 september | Sayon Paskual Diaz-Lundahl           |
| 30 september | Helmer Bo Örthagen                   |

|           |                           |
|-----------|---------------------------|
| 6 oktober | Gabriel Lenny Rosén Obam  |
| 6 oktober | Örn Edemar Bergsson Briem |

### VIGDA

|             |   |
|-------------|---|
| 11 augusti  | Frida Cecilia Therese Bentes och Gabriel Vieira         |
| 1 september | Adèle Cecilia Antonia Jänis och Morten Kristian Eriksen |

# TRONDHEIM

## FÖRSTA ADVENT

2 december kl. 11.00

### BERED EN VÄG FÖR HERRAN

"Bered en väg för Herren. Berg, sjunken, djup, stå opp!" Kom och sjung in adventstiden tillsammans med svenska församlingen och Ilen menighet.

## LUCIA

15 december kl. 16.00

### MED LJUS I MIN KRONA

Tillsammans firar vi Luciahögtiden. Du önskas välkommen till Ilen kirke då vi gästas av Jämtlands musikgymnasium. Dörrarna öppnas kl. 15.30.

### När ses vi?

2 december Vi firar 1 advent (obs tiden kl. 11.00).

15 december Lucia (obs tiden kl. 16.00).

2019

27 januari

24 februari

### Vad gör vi?

14.00–16.00 Familjekyrkis och öppet café  
17.00 Gudstjänst med efterföljande fika.

### Var ses vi?

Vi träffas en söndag i månaden i Ilen kirke (Kongens gate 99).

# BERGEN

## LUCIA

9 december kl. 15.30

### TILLSAMMANS SKA VI FIRA

"Jag hälsar er alla som förr mången gång  
Med ljus i min krona och stämningsfylld sång".  
Tillsammans med Hagakyrkans ungdomskör från Göteborg välkomnar vi Lucia och det ljus som hon sprider i vårt mörka Norden.

*Mer information på hemsidan.*

### När ses vi?

4 november Tänd ljus!

9 december Lucia (obs tiden kl. 15.30).

2019

13 januari

17 februari

### Vad gör vi?

14.00–16.00 Familjekyrkis

16.00 Kör – för både vuxna och barn.

17.00 Gudstjänst med efterföljande soppa.

### Var ses vi?

Vi träffas en söndag i månaden i Johanneskirken (Nygårdshøyden).

## STAVANGER

## LUCIAFIRANDE

8 december kl. 15.30

## MED LJUS I MIN KRONA

"Jag hälsar er alla som förr mången gång  
Med ljus i min krona och stämningsfylld sång".  
Tillsammans med Hagakyrkans ungdomskör från  
Göteborg välkomnar vi Lucia och det ljus som hon  
sprider i vårt mörka nord. Barnen från Familje-  
kyrkis och Kampen kirke pikekor medverkar också.

*Mer information på hemsidan.*

## När ses vi?

3 november Tänd ljus!  
8 december Lucia  
(obs tiden kl. 15.30).  
2019  
12 januari  
16 februari

## Vad gör vi?

Lördag kl. 10.00-13.00  
Öppet café & Familjekyrkis.

## Var ses vi?

Vi träffas en lördag i månaden  
i Kampen kirke (Seehusensgate 47).

## Kontakta oss om du har frågor

## Anna Runesson

Präst  
anna.runesson@svenskakyrkan.se  
Mobil: 41 29 14 56

## Nina Norrman

Musiker  
nina.norrman@svenskakyrkan.se  
Mobil: 92 22 43 43

Gilla sidan

**Svenska kyrkan i Stavanger**  
**Svenska kyrkan i Bergen**  
**Svenska kyrkan i Trondheim**

facebook

## VILL DU FÅ EN PÅMINELSE INFÖR VARJE TRÄFF ?

Inför varje träff sänds ett Nyhetsbrev ut via mail. Där kan du läsa om det allra senaste, få information om vad som händer och vara säker på att du inte missar kommande träff.

Sänd ett mail till  
oslo@svenskakyrkan.se så får du också ta del av det.

*(Om du redan registrerat din mail men inte mottagit Nyhetsbrevet, ta en titt i din skräppost)*

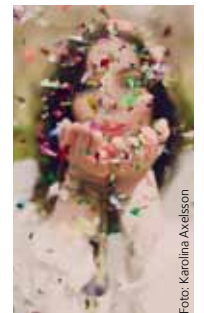


Foto: Karolina Axelsson

# Husmor tipsar

Mat, hälsa och välmående....

Text: Louse Vinternatt

Livets väg är individuell, vi går alla vår egen väg men den korsar andras. Längs vägen finns genvägar, vägkorsningar, sidovägar och rondeller. Vi tvingas dagligen välja vilken väg vi ska gå.

Julen står för dörren, vi vill äta gott men ofta blir man proppmätt. Jag har valt några uppskattade recept från förra årets julbasar som är både nyttiga och goda. Till dessert kan du därför med gott samvete njuta av en julig sötsak och på så vis slipper du välja.

## APELSINMARINERAD AUBERGINESMÖRGÅS MED RÖDBETSHUMMUS

4 portioner

2 auberginer

2 tsk olivolja

Salt

Krasse (klöver, alfa alfa etc.)

Marinad:

0,5 dl olivolja

1 apelsin

Salt och kryddnejlika

2 asiatiska vitlökar

Skär auberginerna i centimetertjocka skivor.

Strö sedan över salt och låt dem dra i ca 20 minuter.

Spola av bitarna under kallt vatten och torka dem noga. Pensla med olja och krydda med salt.

Stek dem gyllene i stekpanna på medelvärme, ca 5 minuter per sida.

Blanda samman ingredienser till marinaden, pressa eller riv vitlöken. Pensla varje skiva med marinaden och lägg i en form och häll sedan resterande marinad över skivorna och låt stå ett par timmar i kylan.

## RÖDBETSHUMMUS

2 kokta rödbetor

1 burk kikärter à 400 gr

2 asiatiska vitlökar

5–6 msk olivolja

2 msk tahini (om man vill)

1 tsk spiskummin

1–3 msk citronsaft

Salt och peppar

Skär rödbetorna i mindre bitar och häll av vattnet från kikärterna. Skölj noga under kallt vatten.

Lägg rödbetor och kikärter i en matberedare tillsammans med de andra ingredienserna och mixa till en slät hummus. Konsistensen kan du bestämma själv genom att ta mer eller mindre olja och citronsaft.

Servera på en bit bröd, gärna något juligt som kavring, vörtbröd eller ett gott surdegsbröd, hembakat blir så klart godast. Lägg några skivor av den marinerade auberginen ovanpå. Toppa med smörgåskrasse.

## PEPPARKAKSBOLLAR

100 gram mjukt smör

1 dl florsocker

1 tsk vaniljsocker

2 msk kakao

2 msk kallt kaffe (kan uteslutas)

3 dl finkrossade pepparkakor

Arraksessens efter smak

Rör matfett, florsocker, vaniljsocker och siktad kakao till en porös smet. Tillsätt kaksmulorna och arbeta samman för hand eller i maskin.

Tillsätt arrak efter smak och forma smeten till runda bollar och rulla i något juligt strössel. Förvara bollarna kallt, går med fördel att frysa.





# JUL

*Vilken betydelse har traditionerna?*

## FÖRSTA ADVENT

Advent betyder "ankomst" och är en 40 dagars fasta inför Jesu födelse. Traditionen med ljus och stjärna kom först på 1900-talet.

*Den 2 dec kl. 11.00 och kl. 18.00 firas 1:advent i Margaretakyrkan.*

*I Trondheim firas första advent i Ilen kike kl. 11.00.*

## ANDRA ADVENT

Den här söndagen rör sig kring frågan om vad himmelriket är. Var finns det och vad betyder det för våra liv här och nu. Vi förbereder oss inför julen och tänder det andra ljuset.

*Den 9 dec kl. 11.00 firas 2:advent i Margaretakyrkan.*

## LUCIA

Luciatraditionen med ljus och Lucia omtalas första gången i Västergötland 1764. Det första Luciatåget däremot anordnades så sent som 1927. Helgonet Lucia levde i Syrakusa på 300-talet och bland annat sägs hon ha skänkt bort sin hemgift till stadens fattiga, bekant sig till Kristus och för det straffats med döden.

*Läs mer på sida 22-23 och sida 27.*

## TREDJE ADVENT

Johannes döparens såg det som sin uppgift att förbereda människorna på att Jesus skulle komma. Det här är hans dag där vi skapar utrymme för Gud i livet och i världen.

*Den 16 dec kl. 11.00 firas 3:advent i Margaretakyrkan.*

## FJÄRDE ADVENT – LILLE JULAFTON

Fjärde söndagen i advent är Marias dag – hon som bär hoppet och framtiden i sin kropp. Dagen innan julafton benämns också som "Lillejulafton".

*Den 23 dec kl. 11.00 firas 4:advent i Margaretakyrkan.*

## JULAFTON

I nordisk tradition är julaftonen julfrandets höjdpunkt. Julklapparna symbolerar gåvorna till Jesus. I äldre tider



var det julbocken som kom med klapparna. Han hade i sin tur tagit över det medeltida helgonet St. Nikolaus roll som presentutdelare. Den svenska jultomten var en nationalromantisk idé om den lille gårdstomten som uppkom på 1800-talet. Den blandades sedermera ihop med St. Nikolaus röda biskopskläder och så skapades den jultomte vi känner idag.

*Den 24 dec välkomnas hela familjen på Julkrubbe-gudstjänst kl. 11.00 i Margaretakyrkan. Klockan 18.00 är det Julbön.*

## JULDAGEN- JESU FÖDELSE

I de flesta länder är juldagen den dag då julen firas som mest. Traditionellt sett är julottan den dominerande gudstjänsten i Sverige och kallas ibland för Herdarnas mässa.

*Den 25 dec kl. 07.00 firas Julotta i Margaretakyrkan.*

## 30 DECEMBER

Söndagen efter jul är dagen då Guds barn står i fokus, både de lyckliga och de olyckliga. Den här söndagen är en böndag för all världens lidande barn.

*Den 30 dec kl. 11.00 firas högmässa i nyårstid i Margaretakyrkan.*

## TRETTONDAGEN

Några stjärntydare, vise män, kom till Betlehem strax efter födelsen. Med de tre vise männen blev det känt i hela världen att Jesus blivit född.

*Den 6 jan kl. 11.00 firas Trettondagen i Margaretakyrkan.*

## JULGRANSPLUNDRING

I granen hängdes det ofta äpplen och annat gott som skulle "plundras" innan granen skulle kastas ut efter julfrandet. Ett annat ord för julgransplundring är julgransskakning.

*Den 6 jan kl. 11.00 är det julgransplundring i Margaretakyrkan.*

## Musik i Margaretakyrkan

### GLIMTAR UR KOMMANDE PROGRAM

#### ORGELKVÄLL

Söndag 18 november kl. 18.00

Orgelkonsert med studenter från NMH Oslo.

Anton Hasselberg, Andreas Hansson, orgel,

Håkon Rodvelt, tenor.

Fri Entré

#### ADVENTSKONSERT

Söndag 2 december kl. 18.00

Fri Entré

#### LUCIA

12 - 16 december

Se nästa sida

Songlaget i BUL i Oslo  
inviterer til julekonsert:

# Mot Jul

Laurdag 8. desember kl. 18.30

Svenska Margaretakyrkan  
Hammersborg Torg 8B

Pris kr. 250 (Vipps/bankkort/kontant)  
Kr. 200 ved førehandskjøp hos TicketCo

Dirigent: Mari Eckhoff Tveito

Fele: Vegar Vårdal

## GE EN GÅVA

### FÅ AVDRAG PÅ SKATTEN

Med nytt regelverk för gåvor till tros- och livssynssamfund har du nu möjlighet att ge en gåva till församlingen och få avdrag på skattepliktig inkomst.

Läs mer om hur du går till väga på hemsidan:  
[www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)



## Frivillig

Utan volontärer - ingen kyrka!  
Svenska kyrkan i Norge välkomnar alla frivilliga.

### Vad kan jag göra?

Som frivillig har du möjlighet att arbeta med just det du tycker är kul och som känns meningsfullt. Det finns många möjligheter i såväl Trondheim, Bergen, Stavanger och Oslo. Några exempel på uppgifter är att sjunga i kören, hjälpa till i köket, vara kyrkvård eller varför inte följa med ut med cykel-caféet. Kanske har du en egen idé om vad du vill göra?

På hemsidan hittar du mer information och vem du kan kontakta.

# LUCIA

## LUCIAKONSERT *(Entré)*

12 december kl. 19.00

## LUCIAMORGON

*(OBS i Trefoldighetskirken)*

13 december kl. 07.00

## LUCIAKONSERT *(Entré)*

13 december kl. 18.00 och kl. 20.00

## LUCIAKVÄLL *(Entré)*

15 december kl. 18.00

## BARNENS LUCIA

16 december kl. 15.00 och kl. 16.30

För info om anmälan och pris se

[www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)

Biljetter säljs via [www.tikkio.com](http://www.tikkio.com)



## JULBASAREN I MARGARETAKYRKAN

23 november klockan 11.00 - 18.00

24 november klockan 11.00 - 17.00

### EN STÄMNINGSFULL JUL

Den svenska julbasaren i Margareta kyrkan är en traditionsrik mötesplats med härlig atmosfär för tusentals besökare. Med den goda och varma stämningen på basaren är det ett populärt startskott inför den kommande julen.

### JAG VILL HJÄLPA TILL!

Ring gärna till expeditionen om du har frågor angående frivilliga insatser under julbasaren eller anmäl dig direkt till Karin Ibenholt: [karin.ibenholt@vikenfiber.no](mailto:karin.ibenholt@vikenfiber.no)



# DJÄRV NOG ATT HA TÅLAMOD

*Lios café ligger på Schleppegrells gate 30 i Oslo.*

Hur är det att som svensk starta ett företag i Norge? Vi har träffat en göteborgare som tagit steget att starta en egen verksamhet i Oslo.

Det var en dröm som uppfylldes när Shan Cheung från Göteborg startade sin lilla Bistro, Lios café, i utkanterna av Grünerløkka i Oslo för några år sedan. Efter att ha arbetat i restaurangbranschen sedan 12-årsåldern och bott växelvis i Oslo, Göteborg och London var det just i Oslo planerna slutligen blev verklighet tillsammans med partnern John.

– Här i Norge kan du finna en tom lokal utan att betala insats för den, bara ett depositum, men det är ju pengar du får tillbaka. Det kan man inte i Sverige, där måste man först ut med pengar för lokalen, berättar Shan.

## **Att starta eget**

För att få starta restaurangverksamhet i Norge måste man däremot ta ett etableringsprov med frågor om skatt, servering och annat. Men om man bara läser på ordentligt är det inga problem att klara av det, menar Shan.



Sen krävs det ett tillstånd för alkoholserving som två personer måste stå på för en lokal som tar 30 personer. Att få serveringstillstånd är annars lite lättare i Norge, menar Shan. Inställningen är mycket mer avslappnad bara man gör allt enligt reglerna.

Att valet föll på Grünerløkka var naturligt. Shan tycker om atmosfären och ser potentialen i kvarteren runt de mest

centrala gatorna. Valet föll på en lokal i hörnet av Schleppegrells gate. Efter en månads förberedelser var renoveringen färdig och den lilla bistron med lättare maträtter, kaffe, kakor och vin kunde öppna.

### Ett klassiskt svenskt lunchställe

Shan står i köket och lagar mat och bakar medan hennes partner John sköter serveringen ute i lokalen. På menyn står lasagne, pasta och sallader, lite som ett klassiskt lunchställe i Sverige. Favoriten är en Penne med vitlöksmarinerad scampi. Matvarorna köper de hos leverantörer och storcash. Här är en stor skillnad i jämförelse med Sverige menar Shan. Utbudet i Sverige är mycket större än i Norge. En av orsakerna till bristerna i utbudet är att tullen är så dyr.

–Ska jag till exempel göra en pumpapaj här måste jag grilla pumporna och tillreda allt från grunden, medan man i Sverige kan välja mellan flera sorters färdigberedd pumpapuré på burk. Så allting sådant tar mycket längre tid här, säger Shan.

### Vårt eget vardagsrum

Det viktigaste och svåraste arbetet med att starta en Bistro är annars att bygga upp kundkretsen. Här tycker Shan att det är lite segare än i Sverige. Man måste ge det ett par år, inte släppa taget och tro på sitt projekt. Att som Shan och John inte ha några anställda har varit en hjälp i uppstarten. Av och till har de kunnat leva på en lön. Nu har de byggt upp en kundkrets bestående av många stamisar men även gäster från ett närliggande budgethotell. John är ”du” med många av gästerna och har varit mån om att lära sig deras namn.

–Det är en annan mentalitet här. Om normänner gillar ett ställe så vill de ha det för sig själva. Det är helt annorlunda i Sverige, där vill alla tala om för andra om de gillar något och rekommendera dem att gå dit.

Men när normännerna väl har fastnat för ett ställe är de väldigt lojala, berättar Shan, som nu menar att 85 procent av gästerna kommer tillbaka och att många stamgäster som flyttar ändå kommer igen trots lång resväg:

–Lios är som vårt eget vardagsrum där det kommer in otroligt fantastiska människor och hälsar på.

Favoritstamgäster är bland andra serietecknarna Arild Midthun och Knut Nærum som också bidragit med en tavla i inredningen. Också en av författarna till filmen Skjelvet, John Kåre Raake, satt just på Lios och skrev på manuset.

Jordnära och underbara människor som gör arbetsdagen till en glädje, tycker Shan. Trots att det är mycket jobb, så ångrar Shan inte att hon startade eget i Norge. Hon tycker att det känns lite lättare att göra det här än hemma i Sverige. Att vara försiktig, arbetsam men ändå djärv nog att ha tålmod anser hon som det viktigaste att tänka på.

–Vi svenskar i Norge är inga lata personer. När du väl har flyttat hit så jobbar du.

*Text och bild: Alberte Bremberg*



# ATT FLYTTA HEM




Hur är det att ta steget att välja att flytta hem efter längre eller kortare tid utomlands? Vi har frågat ett antal svenskar om hur flytten tillbaka till Sverige påverkat deras liv. Vilka är fördelarna och nackdelarna? Hur växte beslutet fram? Och har de några tips att dela med sig av för den som går i samma tankar.

## FAMILJEN

**Namn:** Dennis 37 år, Helen 33 år, Natalie 9 år, Felicia 7 år och Gabriella 4 år.

**Bor:** Högakusten Sverige.

**Bodde i Norge:** 2013 – 2017 i Trondheim.



Helen och Dennis flyttade till Norge 2013 tillsammans med de två barnen som i det nya landet skulle bli tre. Dennis hade haft en vision om att jobba i Norge och att spara ihop pengar för att komma in på den svenska bostadsmarknaden som de ville pröva.

-Vi trivdes faktiskt väldigt bra i Norge och planerade om för att stanna där permanent. Men det var svårare att komma in på bostadsmarknaden och levnadsstandarden dyr, berättar Helen.

Familjen beslutade sig därför för att flytta tillbaka till Sverige igen. För att underlätta skolstarten valde de att flytta hem under sommaren så att barnen, med tanke på vänner och särskilt språk, skulle komma in i skolan på ett bra sätt. Övergången gick väldigt bra, något som Helen tror beror på barnens unga ålder.

Flytten tillbaka upplevde de annars som helt problemfri. Bemötandet från familj, vänner och bekanta var varmt och det enda som var lite problematiskt var att de fick vänta två månader på att flytta in i huset de köpt. Men det löste sig då de under tiden kunde bo i Dennis föräldrars stuga.

Sverige i sig hade heller inte förändrat sig så mycket på tiden de varit borta.

-Men det politiska läget känns lite hårdare, säger Helen.

Lite längtan tillbaka till Norge finns fortfarande; naturen, Svenska kyrkan, vänner och arbetskamrater är saknade. Men rutinen med turdagar på helgen, den har de tagit med sig.

För den som planerar att flytta tillbaka till Sverige har Helen ett råd:

-Ta extra lång semester så att alla papper och saker hinner komma på plats. Det tar tid.



Foto: Privat



## KREATÖREN

**Namn:** Jonas 55 år.

**Bor:** Insjön, Sverige

**Bodde i Norge:** 1996–2009 i Oslo.

Jonas Larsson flyttade till Norge på 90-talet för att arbeta som Art Director på magasinet ELLE. Han skulle bli kvar i Oslo i 13 år. Så här i efterhand säger Jonas att han inte ångrar flytten men att han inte tänkt bli kvar så länge. Halva tiden hade räckt.

- Jag drev en egen byrå och hade haft lust att flytta hem ganska länge. Så tappade jag min största kund och då kändes det som ett bra tillfälle att starta på ny kula.

Väl hemma i Sverige fanns vännerna kvar, men det professionella nätverket var borta, något Jonas var helt oförberedd på. Den första tiden blev tuff. Sett i backspegeln borde han förberett flytten bättre, gjort mer research och sett till att han inte kom hem och behövde börja på noll.

- Under en tid var jag så pank att jag fick börja sälja saker för att ha råd till mat, berättar Jonas.

Så småningom löste det sig. Han träffade kärleken, flyttade till en gård i Insjön och gör idag bland annat magasinet American Trails. Men Jonas vill verkligen poängtera hur viktigt han tycker det är att vara väl förberedd när man flyttar hem:

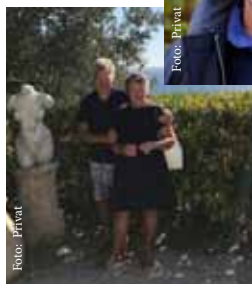
- Folk står inte och väntar på Arlanda med rosor, det är viktigt att förstå det. En annan sak som blev påtagligt var att föräldrarna under tiden Jonas var borta hade hunnit bli gamla. Han kan sörja att han inte fick tillbringa mer tid med dem när de fortfarande var pigga.

Naturen och favorithobbyn paddling är det som Jonas saknar mest med Norge. Men även stadsdelen Grünerløkka och stunderna efter jobbet med en tidning på AkuAku i Torvald Meyers gate.

Tillbaka till Norge flyttar han aldrig men han tycker man ska vara stolt över att ha tagit steget att våga flytta medan många andra bara snackar.

- Blir det lyckat eller inte kan man inte veta förrän efteråt, det är så mycket som spelar in. Så får man se upp för kärleken. Den kan få en att stanna, säger Jonas och skrattar lite.





## PARET

**Namn:** Kristina 65 år och make Rolv 72 år

**Bor i:** Nu i Oslo men ska flytta till Örebro

**Bodde i Norge:** 1995 - 2019 i Oslo

Kristina bestämde sig nyr 1995 för att flytta till Norge tillsammans med barnen Paulina och Johan. Detta då hon tyckte det var den mest självklara platsen för att etablera Rolv och hennes nystartade företag. Efter nästan 24 år i Norge har de nu bestämt sig för att flytta till Örebro under sommaren 2019. Kristina kommer fortsätta att pendla till Norge i förbindelse med sitt arbete i ytterligare några år, vilket är ett privilegium.

- Vi har alltid haft en plan att flytta till Sverige när pensionsåldern närmar sig och nu är det dags. Vi vill komma närmare barnen men även börja fokusera på annat än arbete. Nu är det dags att börja leva loppa, berättar Kristina och skrattar.

Kristina känner ingen oro över att flytta till Sverige utan det är bara spännande. Hon och Rolv har levt ett socialt liv och har ett brett kontaktnät. De har tillsammans köpt en nybyggd lägenhet i ett 55 plus område, vilket innebär att det kommer finnas flera i deras situation. Det är nära till naturreservat, sjukvård, flygplats och även till barn och barnbarn.

Hon berättar att de redan tagit kontakt med flera organisationer i Örebro. Både Rotary, en tennisklubb och fågelskådningsklubben, vilket bidrar till möjligheter att skapa nytt eget kontaktnät. Hennes dotter har även hittat verksamhet som passar för mormor, bestefar och barnbarn tillsammans och det

finns planer för kurser i både italienska och konsthistoria.

Visst finns det saker som de kommer att sakna i Norge. Rolv som är norrman kommer sakna sin familj och gamla vänner men även naturen.

- Örebro är så platt så visst kommer vi sakna alla fjäll. Även gemenskapen med den norska vänkretsen kommer vi sakna men det finns bra transport mellan Oslo, Örebro och Stockholm så det känns bra. Transport är även något som vi lagt stort fokus på. Det är viktigt att vi lätt kan ta oss till tåg och flygplats då vi både behöver och tycker om att resa. Den närmaste familjen är ju utspridd i Sverige, Norge och Danmark.

## KRISTINAS TIPS

Sätt dig ned och fundera på vad du prioriterar i ditt liv. Vad är dina intressen? Se vad som finns för dig på den plats som du funderar på att flytta till. Ta kontakt och planera långt i förväg.



## PENSIONÄREN

**Namn:** Eva 86 år

**Bor i:** Uppsala

**Bodde i Norge:** 1972 - 2006 i Oslo & Bergen

Eva, maken Torgny och de tre sönerna flyttade till Norge 1972 då Evas man blev erbjuden ett jobb på universitetet i Oslo. Efter några år flyttade hela familjen vidare till Bergen.

I Bergen utbildade sig Eva till biomedicinsk analytiker och arbetade på Universitetssjukhuset Haukeland, men också som högskolelärare i etik och kommunikation vid Høgskolen i Bergen. Barnen blev äldre och kände sig mer svenska än norska och beslutade sig för att flytta hem. Eva och Torgny trivdes, hade ett underbart hem och ett brett kontaktnät. Under flera år var Eva också kyrkvård för Svenska kyrkan i Bergen.

I april 2006 gick Torgny bort efter en tids sjukdom.

- Jag kände då att jag ville komma närmare mina söner och vårat sommarhus på Fårö. Inte bli gammal och sjuk så långt borta från mina barn. Få en enklare tillvaro.

Efter 35 år i Norge var det för Eva, som gick igenom en sorgprocess efter sin make, en krävande process att flytta tillbaka. Men hon var ändå övertygad om att valet var rätt.

-Jag hittade en vacker våning i min barndomsstad Uppsala. Första året var som ett vakuum som efterhand blev ett slags ”pånyttfödelse” – en chans att starta om. Jag blev aktiv och tog kontakter – man får inget gratis här i livet. Sorgearbetet och saknaden efter min make tog otroligt mycket psykisk energi. Först efter fem år började jag uppleva att jag hade energi över. Så visst var det i någon mening svårt.

Eva och hennes familj hade under alla år i Norge aldrig helt släppt taget om Sverige. De läste svenska tidningar, såg på svensk tv och

tillbringade varje sommar på Fårö. Eva var även under flera år ordförande i Norsk Svensk Förening i Bergen. Det gjorde flytten hem till Sverige lättare men visst finns det saker som Eva saknar.

-Norge har ett uppfriskande arbetsklimat. För en akademiker som min make var friheten större. Jag upplevde att etik och humaniora tog större plats. Här förstår ingen, vad jag gjort i mitt yrkesliv. Norge har en fantastisk natur. Det var stimulerande att leva i Norge – det kan jag sakna.

Eva saknar sina vänner och kollegor, men hon är noga med att hålla kontakten. På Möllendal kirkegård i Bergen ligger också hennes äldsta son Tor begravd. Det känns långt bort nu.

-Visst är en flytt till Sverige både krävande och utmanande. Men livet är fullt av utmaningar och var och en måste följa sin övertygelse. För mig har det varit positivt och stärkande och jag är trots allt ingen ungdom!

## EVAS TIPS

När man återvänder till Sverige, är det otroligt viktigt att kontrollera skattevillkor.

Det finns avtal mellan Sverige och Norge! Skatteverket i Sverige är en serviceinstitution som är utmärkt som stöd! Det handlar om tjänstepension och garantipension.



Foto: Svein Arild Nesje-Sleteng / Talskrifter/Berlingsbären

# Att välja sin framtid

Sedan 2015 gör församlingen regelbundna besök på flera fängelser i Norge, i första hand i Oslo med omnejd och på så kallade högsäkerhetsanstalter där möjligheterna till kontakt med omvärlden är små.

Det handlar om enskilda samtal med svenskar och personer med anknytning till Sverige som önskar att få möta en representant för kyrkan.

Samtalen faller under tystnadsplikten och kan röra sig om allt möjligt. Ett vanligt tema är förstås framtiden och hur man kan förbereda

sig för nästa steg i livet. Att få vara "hela sig själv", inte bara en intern är också viktigt. Sverige och Norge har ett avtal om överföring vilket gör att man kan få avtjäna senare delen av straffet i hemlandet.

**Här nedan kan du läsa Jens berättelse om livet i fängelse och hans syn på framtiden.**



## Jag ser fram emot att komma tillbaka till samhället

Jag blev förflyttad till Sverige i januari 2018 och flyttades runt ett tag mellan olika anstalter med olika säkerhetsklass. Nu sitter jag på min fjärde som är en öppen anstalt utanför Stockholm. Området är stort och vi får röra oss fritt inom anstaltens område med fotboja. Här finns både ett litet skogsområde med promenadstig och en sjö där vi kan bada och fiska. För tillfället jobbar jag på anstaltens snickeri men om några månader hoppas jag att jag får frigång. Då kommer jag kunna jobba utanför anstalten och det ska bli kul. Jag ser fram emot att få börja jobba på riktigt och komma tillbaka till samhället.

När jag kommer ut härifrån kommer jag att jobba och betala av mina skulder som jag

dragit på mig under fängelsetiden. Och så kommer jag att ta hand om min familj. Jag och min flickvän vill skaffa oss ett hus med garage och vi vill gärna ha syskon till barnet vi väntar... Och så vill vi ha en ny hund. Min förra hund dog i våras medan jag satt inne.

Det jag kommer att minnas från min fängelsetid i Norge är anstaltsmiljön på Ullersmo. Den är på ett sätt rätt lik miljön på den klass 3 anstalt jag sitter på nu i Sverige. Jag kommer också att minnas kontakten med Svenska kyrkan i Norge och Fengersfelleskapet. Det var betydelsefullt att få träffa och prata med folk utanför fängelset.

*Text: Jens*

*Bild: Hedi Benyounes-unsplash*

## VILL DU BLI MEDLEM I EN AKTIV FÖRENING?

Norsk-Svensk Forening har över 350 medlemmar och främjar kultur och historisk gemenskap mellan Sverige och Norge. Hörnstenar i programmet, som genomförs på Voksenåsen, är svenska traditioner som Valborgsmässoafton och Svensk Midsommarafton med dans och lek kring midsommarstången.

### Glimtar ur kommande program

Fredag 7. desember kl. 18-19 på Voksenåsen – Bergman bortom filmen.

Lördag 8. desember kl. 10-12. Julpyssel i Margareta kyrkan.

Läs mer på [www.norsksvenskforening.com](http://www.norsksvenskforening.com)



### KONTAKT MED NORSK-SVENSK FORENING

post@norsksvenskforening.com  
www.norsksvenskforening.com  
Anne Grethe Nilsen, medlemsansvarig,  
tel 97 68 92 48 eller Elisabeth Solem,  
sekretetare, tel 98 46 45 86

## VÄLKOMMEN TILL SVERIGES AMBASSAD I OSLO

Är du intresserad av att ta del av den strida ström av spännande Sverige-relaterade events som sker i Oslo? Då bör du klicka dig in på ambassadens Facebook-sida! Där utlyser vi bland annat tävlingar, tipsar om kultur-evenemang, föreläsningar och bjuder in till exklusiva förhandspremiärer.

Facebook-sidan finner du genom att gå in på:  
[facebook.com/EmbassyofSwedeninOslo/](https://facebook.com/EmbassyofSwedeninOslo/)

Har du frågor om pass/ID-kort, samordningsnummer eller medborgarskap, hittar du matnyttig information på vår hemsida: [www.sverigesambassad.no](http://www.sverigesambassad.no).

### Besöksadress:

Nobels gate 16 A  
0268 Oslo

Tel: 24 11 42 00

E-mail: [ambassaden.oslo@gov.se](mailto:ambassaden.oslo@gov.se)



## Vem är du?

| J                                   | N                        |                                     |
|-------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Kvinna                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Bor i eller pendlar till Norge      |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Gammal                              |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Ung                                 |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Bor utanför Sverige                 |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Är mitt i karriären                 |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Har jobbat färdigt                  |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Vill vidga mina vyer                |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Vill träffa nya och gamla vänner    |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Vill vara med i ett globalt nätverk |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | Annat                               |

Om du har kryssat ja i två eller fler rutor är SWEA en förening för dig.

Bli medlem idag!

[oslo@swea.org](mailto:oslo@swea.org)

[www.swea.no](http://www.swea.no)



## VOKSENÅSEN

### Jul på Voksenåsen

*Gjennom snøtunge trær skimtes lysene nede i byen og inne varmer peisen. Voksenåsen er pyntet til julehøytiden, maten står på bordet og freden senker seg.*

7-9 december är det jul på Voksenåsen. Helgen börjar den 7 december med konstprojektet Silent Meal, som är – just vad det låter som – en måltid helt utan ord. En som inte saknade ord var Ingmar Bergman, som skulle ha blivit 100 år i år. Det markerar vi, samma kväll den 7 december, med föreställning och middag.

Söndag den 9 december är det barnens dag på Voksenåsen. Det blir familjejulbord både kl. 13.30 och 17.00, vår klassiska julverkstad för barnen, och ja tomten kommer i år också!

Om du eller ditt företag behöver en sista avstämning innan jul är det möjligt att boka konferenspaket med extra mycket julstämning.

All information finns på [www.voksenaasen.no/jul](http://www.voksenaasen.no/jul)

Från oss alla, till er alla

En riktigt god jul

Anna Floren  
Voksenåsen

Fra/From  
Svenska kyrkan i Norge  
Hammersborg Torg 8B  
NO-0179 Oslo



## DITT MEDLEMSKAP ÄR VIKTIGT FÖR MÅNGA

Läs mer om ditt medlemskap på [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)

Om du inte redan bekräftat ditt medlemskap kan du göra det genom att antingen:

- fylla i talongen nedan och sända den i ett slutet kuvert till:  
Svenska kyrkan i Norge, Hammersborg torg 8 B, 0179 Oslo
- gå in på hemsidan [www.svenskakyrkan.se/Norge](http://www.svenskakyrkan.se/Norge) och bekräfta direkt
- skicka "Jag bekräftar mitt medlemskap i Svenska kyrkan i Norge" samt namn, födelsedatum och telefonnummer till e-post: [medlemnorge@svenskakyrkan.se](mailto:medlemnorge@svenskakyrkan.se)

Har du redan bekräftat ditt medlemskap en gång behöver du inte göra det flera gånger.

Är du osäker på i vilket trossamfund du står registrerad i? Ring det centrala registret i Brønnøysund, tel 75 00 75 00



Varje medlem behöver bekräfta sitt medlemskap. Medlemskap för barn under 15 år ska bekräftas av samtliga föräldrar/vårdnadshavare. Blankett för detta hittar du på [www.svenskakyrkan.se/norge](http://www.svenskakyrkan.se/norge)

**Jag (texta namn & efternamn)** .....  
bekräfta mitt medlemskap i Svenska kyrkan i Norge.

**Adress:** .....

**Norskt personnummer:** .....

**Svenskt personnummer:** .....

**Mailadress:** .....

**Telefonnummer:** .....



**Ort och datum**

**Underskrift**