

# LIVSviktigt

Svenska kyrkan



FOLKUNGABYGDENS PASTORAT

Nr 14 | mars 2019

FOLKUNGABYGDENS PASTORATS  
TIDNING OM TRO & LIVSFRÅGOR

TEMA HÅLLBARHET

## Solen ger energi hos familjen i Gullringstorp

Sid 10

**Matglädje  
i Åsbo skola**

Sid 3

**Konsert i Mjölby kyrka  
som väcker hoppet**

Sid 6

**Evelina handlar på loppis,  
lappar och lagar**

Sid 14

# ”ALLA KAN GÖRA NÅGOT”

**K**limathotet är en av vår tids största utmaningar. Det är lätt att krokna under kraven och fråga sig: Hur kan jag, som liten människa i detta stora sammanhang, påverka den globala uppvärmningen?

Det finns en hel del vi kan göra i vår vardag. Saker som egentligen inte försämrar vår livskvalitet, utan gör oss mer medvetna och kanske också berikar livet på ett nytt sätt. Rörelsen är igång. Inte minst bland de unga. Ett exempel är Evelina, i det här numret av Livsviktigt, som inte vill bidra till den klimatpåfrestande textilindustrin. Hon slutade handla kläder oplanerat på rea och började istället handla secondhand, utifrån vad hon och familjen verkligen behöver. På köpet har hela familjen fått smak för loppis-utflykter tillsammans.

En insats för klimatet kan vara så enkel som att äta upp den mat man tar för sig på tallriken.

Och att äta närproducerad mat. I Åsbo skola i Boxholm är det precis vad kökspersonalen vurmar för. De väcker barnens matglädje och matsvinnet är minimalt. Läs mer om kocken Annas tankar om mat och klimat i vårt reportage.

Vad gör Folkungabygdens pastorat för att minska sitt klimatavtryck? Även vi har en rörelse igång. Framför allt har vi effektiviserat uppvärmningen av pastoratets alla kyrkor och påbörjat en satsning på solenergi. Vår första solcellanläggning sitter på taket till församlingshemmet i Mjölby. Totalt tio anläggningar är planerade.

Vad gör jag själv? Jag bor på landet, omgiven av gårdens djur och grödor. Vår familj försöker äta så mycket närproducerad mat som möjligt, frukt och grönt efter säsong. Vi kastar ingen mat. Resterna från köket blir mat för våra grisar, ankor och höns. Transporter är svårare att styra över på landet. Men jag har köpt nytt månadskort och åker kollektivt så ofta jag kan.

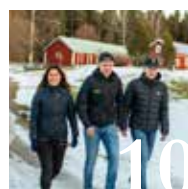
Jag tycker inte att vi ska krokna. Det finns hopp och det är något som kyrkan kan förmedla.

Lördagen den 30 mars släcker vi lamporna en timme för att manifestera att vi har kraft att förändra, tillsammans. Kanske besöker du en kyrka denna kväll eller släcker lyset symboliskt därhemma?

Vi människor ska vårda skapelsen, inte missbruka den. Vi ska förvalta jorden så att vi kan lämna den vidare till våra barn och barnbarn. Ännu finns möjlighet att bromsa in och förändra vårt sätt att leva. ■



## INNEHÅLL



### Redaktion

Ansvarig utgivare:  
Fredrik Lennman,  
kyrkoherde  
Folkungabygdens pastorat  
0142-55 201  
fredrik.lennman@  
svenskakyrkan.se

Lisbeth Nilsson, informatör  
0142-55 206  
lisbeth.g.nilsson@  
svenskakyrkan.se

Annelie Sylvan,  
journalist, redaktör  
a@firmasylvan.se

Layout: Fräs och Form

Tryck: Danagård Litho

I redaktionsgruppen  
ingår också Eva Hellberg  
Boxholm, Gerhard Paping  
Ödeshög, Nina Lundborg  
Mjölby och Helena  
Runham Mantorp

### Kontakt

Folkungabygdens pastorat,  
Axel Träffs gata 4,  
595 41 Mjölby  
0142-55 200.

Kyrkogårdsförvaltningen  
0142-55 210

www.svenskakyrkan.se/  
folkungabygden

### Folkungabygdens pastorat

består av svenska kyrkans  
församlingar i kommunerna  
Boxholm, Mjölby och  
Ödeshög

### Tipsa oss!

Tidningen Livsviktigt ska  
handla om viktiga frågor  
som rör livet och berör  
oss här i Folkungabygden.  
Skicka gärna förslag på  
artiklar till informatör  
Lisbeth Nilsson, Svenska  
kyrkan i Mjölby.

Har du andra funderingar  
angående tidningens  
innehåll så är du också  
välkommen att vända  
dig direkt till ansvarige  
utgivaren Fredrik Lennman.



OMSLAGSFOTO:  
ZANDRA ERIKSHED

NÄSTA NUMMER KOMMER  
I SLUTET AV JUNI

TEMA HÅLLBARHET



Filosofi som fungerar i Åsbo skola

# ”Mat som går åt – bäst för klimatet”

TEXT & FOTO: ANNELIE SYLVAN

**Kocken Anna Hektor använder så mycket närodlat och närproducerad mat som hon kan i skolmaten. Men det allra bästa för klimatet, framhåller hon, det är att barnen äter upp allt på tallriken. >>>**



"Kan man få lite till...?"



Dagens första lunchgäster tar för sig av salladsbuffén och serveras köttfärsgryta och ris av Annette Schultz. "Så bra att ni tar flera färger från grönsaksbordet", berömmar Annette.



De väcker barnens matglädje. Kocken Anna Hektor och kollegan Annette Schultz tycker att de har världens bästa jobb.

Anna har jobbat som skolkock i 27 år, de senaste 20 åren i Åsbo skola, i Boxholm. Hon älskar sitt jobb och drivs av utmaningen att skapa matupplevelser inom de ramar som skolmatens budget medger. Hon vill väcka barnens matglädje. På menyn finns allt från de alltid önskade pannkakorna till maträtter med influenser från jordens alla hörn.

– Jag känner också ett ansvar för att laga traditionell mat som dagens barn kanske inte äter så ofta. Dillkött, kalops, fläskkorv... När jag gjorde kålpudding var det en elev som undrade vad jag nu hade för löv i maten, skrattar Anna.

*"Barnen är prio ett i vårt jobb. Vi får så mycket tillbaka."*

#### Minskar på sockret

Tillsammans med kollegan Annette Schultz, som ansvarar för det kallskurna, utför Anna ibland trollkonster med de små medel som står till buds.

– Vi tar vara på alla matrester, om det blir några. Steker upp kokt potatis dagen därpå och fryser in överblivna grönsaker till grytor senare. Vi använder bönor i köttfärs för att dryga ut den. Vi bakar eget bröd till soppan, det blir genast något extra, säger Anna.

En viktig princip är också att minimera sockret.

– Ketchup som innehåller väldigt mycket socker serverar vi bara en gång om året. Ingen frågar efter det längre, berättar Annette.

#### Nära till grönsakerna

Anna vurmar för det närodlade och närproducerade. Förra sommaren anordnade Åsbo skola en utedag hemma hos odlaren Doris Johansson i Änghemmet, med flera lokala matproducenter och inbjudna politiker.

– Doris Day, kallade vi den dagen, blinkar hon.

När det är säsong köper Anna in det mesta av skolmatens grönsaker från Doris.

– Varje måndag hämtar jag lådor fyllda med mangold, tomat, lök, vit-

kål, rödbetor... ja, allt man kan önska! Närproducerat är verkligen toppen, men det viktiga är att inte slänga mat. Det spelar ingen roll om vi lagar mat på klimatsmarta ingredienser om barnen inte äter den. Grunden är att bidra med matglädje, så att de vågar smaka på nya rätter och lär sig äta allsidigt, säger Anna.

#### Minimalt matsvinn

Vi kikar in i skolköket i Åsbo en onsdagsförmiddag, där Anna och Annette förbereder dagens lunchservering.

Det surrar i korridoren utanför den familjära matsalen. Sexåringarna är på väg. Annette dukar upp en välsorterad buffé av sallader och grönsaker i regnbågens färger. Anna stjälpur upp köttfärsgryta, klyftpotatis, broccoli och ris. Tända ljuslyktor glimmar mellan mjölkpaket och knäckebröd.

Dörren går upp och dagens första förväntansfulla lunchgäster trippar in på led och tar sina tallrikar.

Filosofin är enkel.

– Vi kör den gamla beprövade tallriksmodellen, ett glas mjölk och en knäckemacka. Från grönsaksbuffén

måste eleverna ta minst två färger för att få av den varma maten. De ska känna respekt för maten, att man äter upp det man tagit för sig. Är de ovana vid någon rätt får de självklart smaka lite grann först, förklarar Annette.

Det finns ingen sophink för matrester. Barnen får gå in i köket för att slänga mat de inte ätit upp.

– Vi provade för skojs skull att fylla en literförpackning med det som slängs under en dag. Den blev inte ens halvfull. Vårt matsvinn är minimalt, säger Anna.

– Vi får mycket stöd från lärarna för vår matfilosofi. Det betyder mycket att alla vuxna drar åt samma håll, säger Annette.

#### Många kramar

Årskurserna avlöser varandra, totalt 120 elever. Dessutom lagar Anna och Annette 40 portioner till förskolan på andra sidan vägen, samt mellis till fritidsbarnen.

De båda kollegorna jobbar flyhänt och samspelt. Det går undan men någon stress finns inte. De skojar med barnen, byter några ord med lärarna.



"Tack för maten!" Anna och Annette får många kramar under en lunch-timme.



En pojke ropar på Anna och visar sin tallrik. "Idag har jag väl tagit bra?" Hon kramar om och berömmar. En flicka rusar in i köket och överrumplar med en kram. "Tack så mycket, det var jättegott!"

Alla lunchgäster tackar för maten innan de försvinner ut. Det blir många kramar under ett arbetspass.

– Barnen är prio ett i vårt jobb. Vi får så mycket tillbaka, säger de båda.

#### Prisad matfilosofi

Två gånger har Anna fått pris för sina insatser för skolmaten. För tio år sedan delade tidningen Corren ut ett pris till Åsbo skola för "bästa skolmaten". I februari i år delade Hagdahlsakademien ut pris för "skolbarns bästa matvanor" till Anna. Hon tog emot priset på 10 000 kronor tillsammans med Annette och två elever, på slottet i Linköping.

– Jätteroligt! Halva pengarna ska vi använda till någon rolig upplevelse för barnen. Den andra halvan ska vi nog använda till studieresa för Annette och mig, säger Anna. ■



Karin Wall Källming värmer upp kören Stämbandet inför Earth hour-konserten i Mjölby kyrka den 30 mars. Körmedlemmarna sjunger ut med hela kroppen. Inothäfte syns sånger som Himlen är oskyldigt blå, Heal the world och I can see clearly now. "Det går inte att tvinga fram en hållbar livsstil, men vi hoppas att vi kan inspirera med vår konsert", säger Karin.



"Tillsammans kan vi väcka hoppet och visa på att en förändring är möjlig", säger energi- och klimatrådgivare Ann-Christin Nilsson Cedermo, Mjölby kommun och diakon Helene Cederlöw, Mjölby församling.

Earth hour

# Starka röster tillsammans för vår planet

TEXT & FOTO: ANNELIE SYLVAN

**Världsnaturfondens Earth hour började som en liten symbolhandling i Australien 2007. Idag är detta världens största miljömanifestation, som engagerar miljontals människor.**

**I Mjölby anordnar Svenska kyrkan och Mjölby kommun en gemensam gratiskonsert för att uppmärksamma Earth hour och ge hopp inför framtiden.**

På kvällen den 30 mars släcks lampor under en timme i hundratal länder världen över, för att signalera till politiker att ta krafttag för att bromsa den globala uppvärmningen.

Denna kväll hålls en gratiskonsert i Mjölby kyrka med artisten Magnus Bäcklund och körerna Tonart och Stämbandet, under ledning av Karin Wall Källming. Vadstenabon Lennart Wallstedt

kommer att låta naturbilder rulla på en stor skärm och prata mellan musikinslagen om att det fortfarande finns tid att bromsa utvecklingen, att alla kan göra något för en hållbar framtid.

## Earth hour i en vecka

Energi- och klimatrådgivare Ann-Christin Nilsson Cedermo (se separat artikel i denna tidning) är initiativtagare från kommunens sida. Hon kommer närmast från en liknande tjänst i Vadstena och Ödeshög. Tillsammans med Grönt Pilgrimscentrum och Vadstena och Dals församlingar jobbade hon upp ett arrangemang runt Earth hour som till slut omfattade en hel vecka av aktiviteter.

– Kommunen, kyrkan, företag, butiker och körer var involverade och skapade en riktigt go' känsla i hela stan. Det är spännande att se vad man kan åstadkomma tillsammans, säger hon.

## Gemensamt ansvar

*Vad betyder en sådan här manifestation?*

– Det är ett sätt att visa att kommunen och kyrkan vill åt samma håll, att vi vill ha en hållbar värld och framtid, säger Ann-Christin.

Diakon Helene Cederlöw håller med.

– Vårt samarbete känns som början på något som kommer att fortsätta. Klimatfrågan berör oss alla och är ett gemensamt ansvar. Att vi samlas många människor i kyrkan, upplyst bara av stearinljus under en timme, för att lyssna på musik och ett budskap, gör något med oss. Det väcker hoppet att en förändring är möjlig. Och där tror jag att det uppstår en gemenskap mellan människor som går utanför de vanliga gränserna i samhället, säger hon.

*"Klimatfrågan berör oss alla och är ett gemensamt ansvar."*

## Kom i god tid

Båda hoppas de på en riktigt "maffig" uppslutning.

– Man bör nog vara ute i god tid för att få en plats. Mjölby kyrka rymmer cirka 250 sittande besökare, säger Helene.

## Hur dags börjar konserten?

– Klockan 20! Vi börjar med elljuset tänd och släcker ner efter en halvtimme, berättar Helene. ■



## Vad är Earth hour?

Det är en miljömanifestation på initiativ av Världsnaturfonden, som äger rum lördagen den 30 mars, klockan 20.30–21.30. Under en timme släcker miljoner människor världen över sina lampor som en symbolhandling, för att påverka makthavare att på allvar göra något åt den globala uppvärmningen. Människors engagemang har vuxit för varje år.

Det började i liten skala 2007 i Sydney, Australien. Idag deltar närmare 200 länder.

> Läs mer! [wwwf.se/earthhour](http://wwwf.se/earthhour)

## Klimathotet – vad handlar det om?

Utsläppen av växthusgaser har fortsatt att öka kraftigt de senaste decennierna och leder till att jorden värms upp allt snabbare.

Bakom detta ligger människors produktion och konsumtion, där fossila energikällor och bränslen används.

Följden blir att glaciärer smälter, havsnivåerna stiger, vi får fler översvämningar, skogsbränder och extrema temperaturer. Detta drabbar framför allt jordens allra fattigaste, då deras matproduktion hotas. Dessutom förstörs hela ekosystem och djurarter försvinner.

2015 enades världens ledare, vid ett möte i Paris, om att alla länder måste agera för att begränsa uppvärmningen till 1,5 grader och att världens utsläpp av fossila bränslen ska vara noll år 2050. För att nå målet måste rika länder uppnå nollutsläpp tidigare än de fattigare länderna.

> Läs mer! [wwwf.se/earthhour](http://wwwf.se/earthhour)

# Mindre klimatavtryck när gravstenar återbrukas

TEXT & FOTO: ANNELIE SYLVAN

**Återanvändning av gravstenar är en trend som växer i landet.**

– Vi sparar sedan en tid gamla stenar som passar för återbruk. De kan lätt avidentifieras och användas på nytt, berättar Stefan Weinerhall, områdesansvarig för Mjölby kyrkogård.

Många gravstenar tillverkas i Kina. Det går åt betydligt mer energi att nytillverka en gravsten än att göra om en återlämnad sten. En sökning på nätet visar att många kyrkogårdsförvaltningar runtom i landet lagt ut ”begagnade” stenar till försäljning.

## Har ett lager

– Vi har ännu inte börjat marknadsföra vårt lager av gravstenar, men det är på

gång. Alla gamla stenar som har rätt förutsättningar för att göras om sparas. Till exempel stenar som har en lite upphöjd text, som lätt kan fräsas bort, säger Stefan.

*Tror du att det kan finnas en etisk tveksamhet inför att återanvända någon annans gravsten?*

– Det kan kanske vara känsligt för en del. Men stenarna blir som nya när de görs om. Samtidigt är återanvändning en bra sak för miljön och klimatet. Det blir också bättre ekonomi än att köpa en helt ny sten.

## Robotklippare och eltrimmer

*Hur jobbar kyrkogårdsförvaltningen i övrigt för att minska sitt klimatavtryck?*

– Det har hänt en hel del bara de senaste åren. Bensindrivna åkgräsklip-



På Mjölby kyrkogård tas gamla gravstenar tillvara för att kunna återanvändas i framtiden. ”En bra sak för miljön”, menar Stefan Weinerhall

pare har ersatts med laddningsbara robotklippare, på våra större sammanhängande gräsytor. Investeringar som vi tjänar in ganska snabbt. Vi satsar också på eldrivna trädgårdsredskap när vi köper nytt. De är dessutom tystare och vibrerar mycket mindre, säger Stefan som också nämner att man helt övergått till LED-lampor i kyrkogårdarnas utelysningar.

De energisnålare LED-lamporna har även införts i de flesta belysningar inomhus i pastoratet.

En annan sak som tillkommit är källsortering på kyrkogården.

– Det fanns inte för tio år sedan. För många är det naturligt att källsortera hemma och då gör man det även på kyrkogården, där vi har sorteringstunnor uppställda. ■

# Långsiktig plan för energi från solen

TEXT & FOTO: ANNELIE SYLVAN

**Pastoratets första anläggning för solenergi sitter på taket till församlingshemmet i Mjölby. Och fler ska det bli.**

– Det här är ett sätt för kyrkan att möta framtiden. Solcellsanläggningar är klimatsmarta investeringar och denna betalar sig på tio år, säger Tony Daging, fastighetschef i Folkungabygdens pastorat.

Förra året invigde Linköpings domkyrkopastorat flera solcellsanläggningar, bland annat en jätteanläggning i Lilla Aska. I samband med den projekteringen öppnades ett ypperligt tillfälle även för Folkungabygdens pastorat att haka på och satsa på solenergi.

– Den aktuella entreprenören besiktade ett antal fastigheter i vårt pastorat som kunde vara lämpliga för solceller. Först ut blev då församlingshemmet i Mjölby, vars anläggning togs i drift i juni 2018, berättar Tony.

Satsningen är ett led i den målmedvetna strävan som finns hos ledning och kyrkoråd att genomföra energieffektiviseringar, vilket också är i linje med stiftets klimatstrategi.

## 15 år av fri el

Investeringen motsvarar cirka 500 000 kronor, varav 30 procent utgörs av statligt bidrag.

–Anläggningen betalar sig på tio år och livslängden är 25 år. Det betyder att vi får 15 år med fri el från de här solcellerna! Även med minskade statliga bidrag är investeringar i solceller lönsamma, särskilt för den som ägt sin fastighet länge, framhåller Tony.

Församlingshemmets solceller beräknas producera 24 000 kilowattimmar per år.

## Överskott säljs vidare

Tony kan följa anläggningens elproduktion, förbrukning och överskott genom en app i mobilen.

Den här dagen är en mulen vinterdag men ändå produceras el i solcellerna.

– Andra dagar uppstår ett överskott av el, som vi då säljer vidare.

I år installeras solceller på Mjölby kyrkogårds ekonomibyggnader. Planer finns för ytterligare solcellsanläggningar, totalt rör det sig om ett tiotal fastigheter i pastoratet.

– Att Folkungabygdens pastorat i framtiden kan bli självförsörjande på el är ingen utopi, säger Tony. ■

# Skön kyrkvärme exakt när den behövs

TEXT: ANNELIE SYLVAN

**Uppvärmning av kalla kyrkor har varit både tidskrävande och energikrävande.**

**Med ett nytt webbstyrt system kan pastoratets fastighetsavdelning kontrollera och reglera kyrkvärmen i detalj. En vinst inte bara för klimat och ekonomi utan också för kyrkobyggnadernas bevarande.**

2015 installerades den första anläggningen för så kallad intermittent uppvärmning, i Högby kyrka. Idag omfattas 28 av pastoratets 34 kyrkor av systemet.

*Hur fungerar det?*

– Systemet utgår från principen att kyrkorna bara ska värmas upp precis när de används. Hur svalt det får bli däremellan kan variera mellan olika byggnader. I kyrkor med indraget vatten släpper vi ner temperaturen till runt tio grader, förklarar fastighetschef Tony Daging.

## Alla kyrkor i appen

Han har nu god överblick över rådande temperatur i pastoratets kyrkor, via datorn eller appen i sin mobil. Önskas värme inför söndagens gudstjänst knappar han bara in en bokning på den exakta tid då kyrkan ska användas. Temperaturen går snabbt upp och snabbt

ned igen, när gudstjänsten är över.

– Förut var det någon som fysiskt var tvungen att åka till kyrkan och sätta på värmen, kanske flera dagar före söndagen, för att det skulle hinna bli varmt. Det kunde bli väldigt höga uppvärmningskostnader. Med det här moderna webbaserade systemet räknar vi med en besparing på mellan 25 och 40 procent, säger Tony.

## Koll på fukten

En viktig faktor för att kyrkobyggnaden ska må bra är rätt luftfuktighet.

– Utplacerade sensorer känner hela tiden av fukten i byggnaden. Särskilt dagpunkten bevakas noga, det är den



Tony Daging kan sätta på värmen i 28 av pastoratets 34 kyrkor genom sin app i mobilen.

punkt då fukt fälls ut på en kall yta. Om det blir för varmt i byggnaden kan en sådan utfällning ske, exempelvis bakom en kall altartavla. Men sensorerna känner av och rapporterar sådant. Systemet är helt automatiskt och blir det kritiskt höjs eller sänks värmen så att inomhusklimatet blir det rätta. ■



”Solcellerna producerar energi även om det är mulet och vinter. Dock inte lika mycket som en solig sommardag”, säger fastighetschef Tony Daging.

# Det hållbara livet för själen och jordklotet

Hemma hos Ann-Christin ger solen kraft

TEXT: ANNELIE SYLVAN FOTO: ZANDRA ERIKSHED

**En kopp kaffe bryggt på egen solenergi, det värmer gott på många sätt, tycker Ann-Christin Nilsson Cedermo.**

**– Men vår familj är inga supermänniskor när det gäller insatser för klimatet, utan som vilken familj som helst. Vi försöker tänka hållbart så långt det går, men ibland lägger även jag färdigmat i stekpannan.**

Ann-Christin arbetar som energi- och klimatrådgivare på Mjölby kommun och är en drivande kraft bakom Earth hour-konserten i Mjölby kyrka den 30 mars. Ett arrangemang i samverkan mellan Mjölby kommun och Mjölby församling (läs mer på sidorna 6–7).

## Händig familj

Vi ses en vardag efter jobbet i februari-skymningen, hemma på familjens tun, Gullringstorp, strax utanför Mjölby. En samling röda och vita hus bildar gårdsmiljö med skogen nära.

Här har Ann-Christin och maken Gustav byggt upp en tillvaro, där familjens intressen och företagsamhet kan blomma ut. Mangårdshuset i trä har de till stor del byggt själva, liksom uterummet och den nya maskinhal-len. Gustav är gräventreprenör sedan många år.

Ann-Christin älskar byggprojekt och håller i alla trådar, och får också in de smarta energilösningar hon önskar. Riktigt stolt är hon över solcellsanläggningen, på ett av gårdshusens tak.

– Sommartid producerar vi mer el än vi själva behöver. Då säljs vår el vidare i nätet och kommer andra till del. Är det inte fantastiskt?

Huset värms även med ved. Ett förnybart bränsle som också kan kallas solenergi, menar hon.

## Solstolen väntar

Ann-Christin är en person som får saker att hända. Energisk, enligt söner och make som fortfarande väntar på att hon ska sitta mer än två minuter i solstolen hon faller upp varje sommar.

– Jag tror ju själv på det. Att jag ska sitta och bara koppla av. Men så får jag syn på något ogräs och sen hittar jag inte tillbaka till den där stolen... ha, ha!

Det mesta kan förvandlas till ett projekt i hennes ögon. Idéerna vill liksom inte ta semester.

– Jag går igång när jag får kavla upp ärmarna och lösa problem. Lära mig nya saker. Det gäller både hemma och på jobbet.

## Studier och småbarn

*Vad gör en energi- och klimatrådgivare?*

– Jag vägleder och coachar i energifrågor, både mot privatpersoner och företag. Jag kan hjälpa till med energieffektiviseringar, som leder till minskade kostnader och i slutändan till ökad lönsamhet för ett företag till exempel. Min utmaning är att få människor att känna att de vill göra en förändring. Jag är i rörelse och skapar nätverk. Ensam kan jag inte göra så mycket, men kan jag få organisationer att samarbeta kommer vi långt.

Från början var det intresset för teknik

och matte som ledde in Ann-Christin på området energi och klimatfrågor. På gymnasiet gick hon fyraårig teknisk linje och kom ut som elkraftsingenjör och jobbade i ett antal år på Telia ute i fält. Hon stortrivdes med reläkonstruktioner och underhåll av stolplinjer men målet var hela tiden att läsa vidare till civilingenjör. Hon sökte så småningom till I-linjen, industriell ekonomi med energiriktning, på Linköpings universitet.

När hon kom så långt var tiden också inne för att bilda familj.

– Jag fick Anton mitt i den femåriga utbildningen. Och när jag gjorde mitt examensjobb kom Emil. Utbildningen var tuff i sig, men jag var så fokuserad på att jag skulle klara det. Gick med böcker under näsan när jag var ute och drog vagnen... Gustav hade firman att tänka på och var närvarande så mycket han kunde. Min mamma var ett guldstöd. Hon tillbringade mycket tid med Anton på universitetet, säger Ann-Christin och skakar på huvudet, nu när hon pratar om det med lite distans.

## Maten viktig

Den hållbara vardagen hemma hos familjen Nilsson-Cedermo bygger mycket på hemlagad mat från grunden, med bra råvaror och så lite matsvinn som möjligt. Tre hungriga söner bidrar gärna med insatser vid spisen.

– Ibland får vi ett ryck och lagar mat på söndagen som räcker hela veckan. Andra gånger står jag och stirrar in i frysen utan att ha en aning om vad jag ska laga. Då kan det bli färdiga potatisbullar. Det är svårt att vara konsekvent, för det händer saker som spräcker schemat hela tiden. Vi handlar gärna närod-lade grönsaker på sommaren och alltid svenskt kött, säger Ann-Christin.

Två av sönerna läser just nu in jägar-examen, så det kan nog bli en del vilt på tallriken framöver också.



## Ann-Christin Nilsson Cedermo

*Yrke:* Energi- och klimatrådgivare, Mjölby kommun  
*Familj:* Maken Gustav, sönerna Anton 18 år, Emil 16 år och Hannes 13 år.  
*Bor:* Egenhändigt byggd villa igårdsmiljö strax utanför Mjölby, Hallevadet Gullringstorp. (Här drev Ann-Christin

tins mormor och morfar ett lantbruk tidigare.)  
*Intressen:* Friluftsliv, springa, cykla mountainbike och numera även yoga.  
*Beskriver sig själv som:* Intersiv. Problemlösare. En "doer" som gärna skapar projekt.

*”Sommartid producerar vi mer el än vi själva behöver. Då säljs vår el vidare i nätet och kommer andra till del. Är det inte fantastiskt?”*

– Vi måste försöka förändra vår livsstil här på jorden, så att vi inför kommande generationer kan säga att vi gjorde vad vi kunde. Men klimatet vilar inte bara på varje människas axlar, det måste samtidigt till en förändring hos politiker och ledare i världen, säger hon.

#### Andra värden i livet

Ann-Christin försöker också att hålla mer med sina egna resurser och behandla sig själv med lite större varsamhet.

– Man inser att livet inte är oändligt. Ska man hålla på att jaga framåt hela tiden? Jag vill utforska andra värden i livet än att vara ”duktig” och produktiv. Att leva hållbart innebär också att ta hand om sig själv, att inte vara så hård i sin självkritik, säger hon.

Det är en svår balans när det finns så mycket i livet som hon tycker är roligt. Och viktigt.

– Tillvaron snurrar just nu runt våra tonårsbarn och deras intressen. Men det är ju för att vi vill uppmuntra deras personliga utveckling, att de hittar mening



i livet. Vi vill att de ska bli trygga i sig själva. Det jag hoppas att de får med sig in i vuxenlivet är känslan av att de är bra som de är, inte utifrån vad de presterar. Att de blir klokare än jag.

Har hon ro att tanka egen kraft i solstolen i år?

– Jag ska verkligen försöka! ■

*”Att leva hållbart innebär också att ta hand om sig själv, att inte vara så hård i sin självkritik.”*



”Gustav och jag är ett bra team, men vi har lite olika tempo”, säger Ann-Christin. ”Hon har svårt att sitta still. Det har inte jag”, skrattar han.

# Prisad klimatstrategi inspirerar andra

TEXT: ANNELIE SYLVAN

**– Klimathotet är den största teologiska utmaning som kyrkan stått inför.**

**Det säger Linköpings stifts miljösamordnare Per Rosenberg.**

2016 antog stiftet en ny klimatstrategi, med det långsiktiga och övergripande målet att inte bidra till den globala uppvärmningen. År 2020 ska klimatbelastningen ha minskat med 30 procent. År 2045 ska stiftet inte lämna något nettobidrag\* alls till jordens uppvärmning.

– Kyrkans verksamhet är väldigt bred och omfattar så mycket mer än det som syns vid första anblicken. Det vi gjort är att vi har tagit ett helhetsgrepp, och dessutom satt upp delmål för våra huvudområden byggnader, transporter, arbetsmaskiner, kyrkogård, jord- och skogsbruk, fonder och kyrkoliv, berättar Per.

Detaljmålen ska uppdateras vart fjärde år, eftersom det är svårt att förutse en så lång tidsperiod som fram till 2045.

#### Energi från bra källor

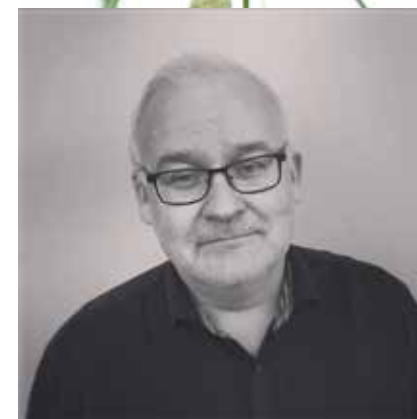
*Vad innebär det klimatstrategiska arbetet exempelvis vad gäller kyrkans byggnader?*

– Enkelt uttryckt ska vi spara och effektivisera vår användning av energi. Vi ska om möjligt producera egen energi, till exempel genom solcellsanläggningar. Och den köpta energin ska komma från källor som är bra för klimatet. Tack vare ett omfattande arbete med energieffektivisering inom stiftet sedan 2011 har vi goda förutsättningar för vår klimatstrategi på det området, säger Per.

#### Laddning för elbilar

*Hur ser förutsättningarna ut för klimatsmarta transporter?*

– Här är vår utgångspunkt inte lika förarbetad. Läget är mer komplext utifrån att medarbetare och förtroendevalda i stor utsträckning åker i egna bilar. Men målet är att kyrkans egna fordon



”Med klimatstrategin har vi tagit ett helhetsgrepp om alla delar i kyrkans omfattande verksamhet”, säger miljösamordnare Per Rosenberg, Linköpings stift.

FOTO: EMANUEL ERIKSSON

ska köras på el eller gas och vi underlättar för bruk av elbil genom att sätta upp laddningsstationer på olika platser i stiftet, säger Per.

Stiftet har också antagit en resepolicy som innebär att medarbetarna ska åka tåg eller buss i första hand och flyga så lite som möjligt.

*”En del församlingar är i startgroparna, andra har kommit långt.”*

#### Allt fler samarbeten

Klimatfrågan är inget sidoprojekt som man kan välja att engagera sig i eller stå utanför, betonar Per.

– Arbetet ska genomsyra hela organisationen, från A till Ö. En del församlingar är i startgroparna, andra har kommit långt. Jag ser också allt fler samarbeten mellan kommun och kyrka exempelvis kring Earth hour och det gröna pilgrimskapet. Klimatet är en fråga



för oss alla. Att kyrkan driver arbetet tillsammans med andra samhällsaktörer gör oss dessutom synliga för fler. Det kan bli jättebra för kyrkan i längden.

#### SJ:s miljöpris

Linköpings stifts klimatstrategi anses ligga i framkant och inspirerar andra stift i landet. Uppmärksamhet har även kommit från andra håll. Stiftet tilldelades till exempel SJ:s miljöpris förra året.

*Varför är just Linköpings stift så bra på klimatstrategiskt arbete?*

– Dels har rätt kompetens rekryterats. Dels är det högsta ledningen, stiftsstyrelsen med biskop Martin Modeus i spetsen, som till hundra procent driver detta arbete. För att ett långsiktigt förändringsarbete ska bli framgångsrikt är ledningsstödet avgörande. Strategin är väl förankrad i alla led. Därför ser vi nu ringar på vattnet och att vi åstadkommer förändring, på riktigt. Nu åker vi tåg, och inget annat, om vi ska till Italien! ■

\*Nettobidrag = utsläpp av koldioxid minus åtgärder för att ta upp koldioxid.

”Det uppstår lätt en känsla av otillräcklighet inför klimathotet. Vad spelar det för roll vad jag gör? Men att bli klimatmedveten är ingen tävling. Vi gör det här tillsammans. Du är inte ensam”, säger Evelina.

# Begagnat får ny chans i Evelinas garderob

”Jag är långtifrån perfekt. Men jag vill göra det lilla jag kan.”

TEXT & FOTO: ANNELIE SYLVAN

**Lördag är loppisdag för Evelina och hennes familj.**

– Vi köper en stor del av våra kläder på secondhand och använder dem tills de är helt utslitna.

Men så har det inte alltid varit. Evelina avslöjar att hon brukade älska mellandagsrean och komma hem med fyllda kassar. Fynd som kanske inte alltid var så genomtänkta och oftast blev hängande i garderobens mörker.

– Inspiration att tänka om fick jag faktiskt när min man Jonathan kommenterade att jag hade så mycket kläder och att jag tvättade plaggen så ofta, berättar Evelina.

**Barnen har lärt sig**

Annat är det nu. Hela familjen samlar sig och planerar för lördagens loppisutflykt.

– Vi brukar ta med oss listor över vad vi behöver. Annars är det lätt att falla för allt möjligt i butiken. Vi försöker också tänka på att vi ska lämna in sådant vi själva inte längre behöver till loppisen. Det är inte alla lördagar som slutar med att vi handlar, men vi har alltid med oss något att lämna in, säger Evelina.

Ett tips är att ställa en korg för loppisinlämning i anslutning till källsorteringen därhemma. Då är prylar och



Att köpa begagnade kläder har blivit något självklart för Evelina, som denna dag är klädd i byxa, linne och tröja som fått en andra chans i hennes garderob.

urvuxna barnkläder samlade och lätt att få med sig när det är dags att besöka loppisen, menar Evelina.

Miljömedvetandet har blivit en del av vardagen hemma hos familjen Ronestjärna.

– När två-åringen skulle sluta med napp och jag frågade vad vi skulle göra med den, svarade han direkt ”källsortera”, så vårt budskap verkar ha gått fram, skrattar hon.

**Konsten att laga**

För att få kläderna att leva längre har hon också börjat lappa och laga. En konst som är väl värd att återerövra, menar hon.

– Att producera nya tyger och kläder

är en enormt energikrävande industri med många skadliga miljöinslag. Därför vill jag använda kläderna tills de faller isär.

Hur har detta påverkat hennes garderob?

– Jag har betydligt färre plagg idag. När jag köper något tänker jag efter om det passar till det jag har och i vilket sammanhang plagget ska användas.

Det finns ytterligare en dimension till Evelinas miljöengagemang.

– Det handlar om min tro. Gud har skapat vår natur som en gåva till oss människor. Då vill jag ta hand om den. Jag är långt ifrån perfekt, men jag vill göra det lilla jag kan.

**Uppväxt i Tanzania**

Evelina är född i Tanzania, uppvuxen i en missionärsfamilj.

– Jag brukar säga att jag har två hemländer. Jag bodde i Tanzania i tre omgångar. Sista gången mellan 12 och 15 års ålder. Jag har fått många insikter om livet, under åren i Tanzania. Att vara tacksam för det jag har, vad som är viktigt i livet – familjen. Att känna glädjen i det enkla. Det är kanske därför jag är miljömedveten. Jag har sett hur det är att leva med vattenbrist och under enkla förhållanden. Jag vet hur miljön påverkas på en helt annan plats på jorden, av vår konsumtion här i den välbeställda delen av världen. ■

**Evelina Ronestjärna, 31 år**

**Bakgrund:** Med rötter i Lycksele, Västerbotten, har hon också vuxit upp i Tanzania.

**Familj:** Maken Jonathan, barnen Karle 4 år och Joel 2 år. Det var systemen som ”hittade” Jonathan i Linköping

och kastade sig på telefonen för att be-rätta: ”Jag har träffat mannen i ditt liv!” Och så var det. Evelina och Jonathan bokade en date och nu har de varit gifta i sju år.

**Bor:** Villa i Mantorp

**Yrke:** Kantor, men jobbar just nu som

församlingspedagog i Åkerbo församling.

**Intressen:** Träning och trädgård. Odlar helst sådant som går att äta. Tomater, chili, paprika, zucchini... Det mesta driver hon upp från frö. I februari går starten för frösådden.

## Evelinas tips på små steg för klimat och miljö

- Källsortera. En bra start.
- Ta vara på all mat. Laga nya rätter av rester.
- Plastbanta. Plast bryts inte ner utan hamnar i haven, i djuren, i människorna. Ta med tygkassar till butiken när du handlar, till exempel.
- Skapa opinion. Skriv insändare och brev till politiker och fråga vad de gör för klimatet.
- Se över resorna. Ta tåg och buss. Samåk om det är möjligt.
- Återvinn gamla kläder. Många av de stora klädkedjorna har inlämningsboxar i butiken för trasiga och begagnade kläder.



## AKTIVITETER OCH EVENEMANG

## AKTIVITETER OCH EVENEMANG

## ..... AKTUELLT I ÖSTRA TOLLSTAD .....



## Livsloppet – spring för livet

Lördag 6 april med start kl 10.00 vid Granlund Östra Tollstad.

**Vägbeskrivning:** Tag första avtagsvägen söder om Östra Tollstad kyrka med skylt Tollstad 1. Följ sedan skyltningen. Parkering på Tollstad Norrgård. **Startavgift:** 50 kronor kontant. Behållningen går till Svenska kyrkans fasteinsamling.

## Retreat

Lördag 13 april kl 9.30–16.00

**Avgift:** 250 kr för fika, mat och material. **Anmälan** till Berith Greck Ånell på telefon 072-303 02 66 senast den 5 april. Begränsat antal deltagare, 10 personer.

## Gudstjänst och auktion

Torsdag 2 maj kl 18.00

Lekamannaledd gudstjänst och därefter auktion av bröd, växter mm. Behållningen går till "Ro för livet".

## Välgörenhetskonsert i Stora Åby kyrka

Söndag 26 maj kl 18.00

NOVA Gospel och Magnus Olofsson.  
**Inträde** 200 kr.  
Samarr: Rotary och Ödeshögs församling



## VOLONTÄRER TILL KYRKANS HUS CAFÉ

Vill du vara med och jobba ideellt i Kyrkans hus café i Mantorp?

I höst kommer caféet fortsätta med ideella krafter och vara öppet onsdagar och fredagar 9–12. Är det fler som vill hjälpa till kanske vi kan ha öppet fler dagar. Du avgör själv hur ofta och mycket du kan.

**Hör av dig** till Helena Runhamn 0142-29 35 24



## Morsdagskonsert med Värsta bästa bandet

Söndag 26 maj kl 19.00 i Östra Tollstad kyrka

Ingela Svensson och "Värsta bästa bandet".  
**Biljetter** köps vid kyrkan i samband med konserten, 100 kr  
**Insläpp** från kl 18.00.  
**Info:** Berith Greck Ånell 072-303 02 66.

## KYRKANS HUS I MANTORP



Johan och Gunilla  
Sigvardsson spelar och  
sjunger den 30 april.

## Gå på musikcafé i vår!

26 mars kl 14:00

Musikquiz med  
**Vifolkakören.**

30 april kl 14:00

**Johan och Gunilla  
Sigvardsson**, "Läsar-  
sånger, Elvis-låtar,  
schlager samt allsångar".

28 maj kl 14:00

**Langkvintetten**,  
"Visor, schlager,  
allsångar och lite  
jazz".

Gud och  
spaghetti

Torsdag 28 mars

**Drop-in** från kl 17.00. Vardags-  
gudstjänst kl 17.30 Därefter äter  
vi köttfärssås och spaghetti.  
Lek och pyssel.  
**30 kr** för vuxna och barn  
äter gratis.

**Anmäl dig** senast 25 mars till  
[malin.nilsson@svenskakyrkan.se](mailto:malin.nilsson@svenskakyrkan.se)

Sopplunch  
med vila  
och musik

28 mars • 4 april • 11 april

**11.40** Lunchvila i Mariasalen  
med ljusständning, musik och  
betraktelse.

**12.00** Soppa, kaffe och kaka, 40 kr

Kyrksöndag  
i Heda

Välkommen till Heda och fira guds-  
tjänst, äta lunch och samtala om  
Heda kyrka som pilgrimsmål.

Söndag 31 mars

11.00 Högmässa i Heda kyrka  
Gregorianska kören från Vadstena  
sjunger.

12.15 Fastelunch i  
församlingshemmet.

13.15 Samtal med pilgrimsprästen  
Lars Cederlöv: Heda kyrka som  
pilgrimsmål.

14.00–14.30 Musikalisk avslutning  
i kyrkan.

MUSIK I  
SOMMARKVÄLL

## VISOR OM LIVET

En kväll kantad av kärlek, glädje, tröst  
och en liten gnutta melankoli.

Torsdagen 27 juni kl. 19.00  
i Västra harg kyrka

Malin Tidlund, Jenny Strömgren,  
Petter Nyberg

SOMMARMUSIK  
I VIBY KYRKA

Viby kyrka tisdag  
28 maj kl 19.30

Sommarmusik med  
Åtvids kammarkör.

Ett rent hantverk  
på svenska råvaror och massor av kärlek!

Lunch, smörgåstårter, tårter och andra bakverk  
Mån–fre: 8.00–18.00, lör: 10.00–14.00

0142-484838  
Norrgårdsgatan 9 Mjölby  
[wienerbageriet.com](http://wienerbageriet.com)





## Earth Hour konsert med

# Magnus Bäcklund & 70 körångare

Lördagen 30/3 kl. 20 i Mjölby kyrka  
insläpp från 19.30

Magnus Bäcklund gästar Mjölby kyrka och sjunger tillsammans med körerna Stämbandet och TonArt. Vi börjar konserten i elektriskt ljus och avslutar i skenet av stearinljus. Lennart Wallstedt visar bilder och delar med sig av sina tankar kring hållbarhet.

**Fri entré** men det finns endast 250 platser, så först till kvarn gäller! Kyrkan öppnar klockan 19.30. Eventuella frågor kan ställas till Mjölby kommuns energi- och klimatrådgivare Ann-Christin Nilsson-Cedermo telefon 070 - 609 0700, e-post [ann-christin.nilsson-cedermo@mjolby.se](mailto:ann-christin.nilsson-cedermo@mjolby.se).

**Varmt välkommen!**



Mjölby kommun

Arrangörer

Svenska kyrkan  
MJÖLBY FÖRSAMLING

## Välkommen på sopplunch och Earth hour i Ödeshög!



Torsdag 28 mars  
klockan 12:00

**Sopplunch** i Ödeshögs församlingshem med ekologiskt tema.

Lördag 30 mars klockan 20:00

**Earth hourkonsert** i Stora Åby kyrka. Församlingens körer. Gästartister: Åsa Jäger, sopran och Martin Hellström, piano. Gebbe Björkman visar naturbilder och delar sina tankar om den värld vi lever i.



Svenska kyrkan  
FOLKUNGABYGDENS PASTORAT