

# HOPP



Nr 2 sommar 2023

TEMA **MELLAN  
HIMMEL  
OCH JORD**

Svenska kyrkan   
UPPSALA



# TID FÖR LEDIGHET

I PREDIKAREN 3:1–8 står att det finns en tid för allt som sker under himlen: en tid för födelse, en tid för död, en tid att plantera, en tid att rycka upp, en tid att gråta, en tid att le. Tid för allt som ryms mellan himmel och jord.

Vintern behöll greppet om Uppsala länge i år. Men så kom den, våren tittade in som hastigast och lämnade sedan raskt över till sommaren. Plötsligt möttes shorts och tackbyxor på samma trottoar och Uppsala-bornorna fick njuta av sol och värme igen. Med sommaren kommer också tanken på ledighet. Hur man tillbringar sin semester är beroende av vilken inkomst och vilka förväntningar man har. Pandemin, klimatet och den ekonomiska krisen har påverkat möjligheterna till semester och även i år är det många som hemestrar – semestrar på hemmaplan.

Hemestern kan ses som en hyllning till det långsamma, individuella, eftertänksamma och ibland det miljövänliga. Semester i Sverige var en självklarhet förr i tiden, man reste inte så långt utan ledigheten stod i fokus. Låt oss vara lite retro i sommar. Vi bor i en vacker stad som har mycket att erbjuda.

I det här numret kan du läsa om vad vår nyinflyttade landshövding Stefan Attefall tipsar om i Uppsala och vad domprost Annica Anderbrant har för planer efter att hon gått i pension. Kanske kan du koppla av i skuggan genom att lösa sommarkorsordet.

Det finns en tid för allt mellan himmel och jord. Var du än är hoppas jag att du får möjlighet att njuta av din tid – på dina villkor. Acceptera att det där som är återhämtning och vila för dig, kanske inte är detsamma för mig. Att vi är olika helt enkelt och det finns inget bättre eller sämre sätt att vara ledig på. Att i möjligaste mån få njuta av det som gör en glad och lugn, det är semester.

Med en önskan om en fin sommar +

Ulrika, redaktör



**Stefan Attefall, nytilträd landshövding i Uppsala sedan ett par månader, har ännu inte hunnit lära känna sin nya hemstad helt och hållet, men han ser fram emot att få engagera sig för länet och han har ett sommertips som egentligen är oberoende av plats.**

**T**jugonde april i år tillträdde Stefan Attefall, 62, sin tjänst som landshövding för Uppsala län. Det nya arbetet innebär att förre civil- och

socialministern (2010–2014) redan från början har god överblick över åtminstone tårtorten Uppsala – landshövdingen är nämligen ålagd att bo på slottet.

– Ja, bosättningsplikt gäller så det var bara att flytta in. Och jag kan ju inte klaga på utsikten, skrattar Stefan Attefall.

Att bli landshövding ser han som en gäva och ett viktigt uppdrag att förvalta de närmaste sex åren. Än så länge tycker han att

Hopp ges ut med 4 nummer per år och distribueras till alla hushåll i Uppsala pastorat

**Ansvarig utgivare** Annica Anderbrant **Redaktör** Ulrika Nordström

**Redaktion för detta nummer** Lars-Erik Elebjörk Kajsa Måhl Lina Svensk Dag Tuvelius Henrik Viberg

**Kontakt** uppsala.hopp@svenskakyrkan.se 018-430 35 00

Tidningen Hopp finns på svenskakyrkan.se/upsala/hopp

**Form** Lars-Erik Elebjörk **Tryck** Wikströms Tryckeri

**Upplaga** 87 000 ex **Distribution** Svensk Direktreklam



# HOPP



# STEFAN SER FRAM MOT SAMARBETE

Text och foto Henrik Viberg

det är för tidigt att säga alltför mycket om de utmaningar och glädjeämnen den nya tjänsten för med sig, men han konstaterar att det tycks råda ett gott samarbetsklimat och att de flesta aktörer han möter verkligen tycks prioritera Uppsalas regionens invånares bästa. Sedan tidigare vet han att ett konstruktivt klimat är något att vara tacksam för och inte alltid kan tas för givet, och det är desto mer välkommet eftersom det sammanfaller med vad Stefan Attefall menar att han brinner för.

– En av de viktigaste frågorna för mig är att få vara med och utveckla civilsamhället. Ett gott samhälle vilar på att människor känner tillhörighet och blir inkluderade och för att det ska vara möjligt måste vi alla hjälpas åt. Är det något jag vill vara med och påverka som landshövding är det just detta.

Stefan Attefall har sedan sin tid som minister haft flera tyngre uppdrag i bolag, nämnder och styrelser. Han sitter bland annat med som svenska statens representant i styrelsen för Bibelfonden, som förvaltar Svenska bibelsällskapets royalties. Just nu är ett pågående och stort projekt den nyöversättning av Nya Testamentet som ska vara klar 2025.

## Vad har du för förhållande till Bibeln?

– Bibeln har jag läst en hel del, småler Stefan Attefall. Jag är uppvuxen i ett kristet hem, har varit aktiv i bland annat pingströrelsen och har alltid gärna besökt kyrkor och gudstjänster. För mig bär den kristna tron de värderingar som också är nödvändiga för att vi ska kunna leva tillsammans i samhället. Sedan kan samma värderingar förstås finnas även i andra livsåskådningar och religioner, och därför tror jag att det för ett gott samarbete skull är viktigt att företrädare för olika religioner och samfund möter varandra och andra samhällsaktörer. Det är en typ av samverkan som jag också har erfarenhet av från min tid som civilminister.

Någon särskild kyrklig hemvist i Uppsala har Stefan Attefall och hustrun Cecilia, tidigare Jönköpingsbor, ännu inte funnit efter bara några veckor i den nya staden. Han konstaterar att det förstås återstår mycket nytt att upptäcka över huvud taget.

## Har du hunnit hitta några favoritplatser?

– Kanske inte direkt än så länge ... men kvarteren nedanför slottet, omkring

Universitetet, Carolina Rediviva och domkyrkan till exempel, är helt fantastiska. I samma område har jag också hittat ett par restauranger som jag tycker om.

Landshövdingstjänsten kommer att innebära mycket och hårt men roligt arbete, tror Stefan Attefall.

– Av vad jag sysslat med hittills verkar arbetet påminna mest om när jag var statsråd men det speciella är att det nu kommer att bli fokus på min person i väldigt många av sammanhangen. Det är klart att det innebär ett visst tryck mentalt, men jag har alltid varit en person som inte ser någon riktig gräns mellan arbete och fritid – jag jobbar ju med något som jag tycker är väldigt roligt och intressant.

## Och när du ändå får tid att koppla av i sommar, vad gör du då?

– När jag är ledig ser jag till att njuta ordentligt av en lång, skön frukost. Jag är passionerad tidningsläsare, så att få sitta länge en sommarmorgon med kaffe, frukost och gott om tid att läsa går aldrig att underskatta. ☺

# INNE HÅLL

Läser in livsöden 4

Nyöpt New York-bo 6

Tips för lata dagar 8

Hjärtats språk 10

Trons verk Mitten

Gömda skatter 15

Är det din tur? 18

Plockmat i det vilda 20

Vi saknar ord 22

Aktuellt 23







# GER HISTORIEN RÖST

Text och foto Lars-Erik Elebjörk

Att kliva in på en kyrkogård kan vara känslösamt men även rofyllt. I en labyrint av historia kan du promenera i lugnet och ta del av namnen på dem som fått sin sista vila just där. Bekanta för dig, din familj, släkt och vänner. Andra som du inte känner. Några får nu sin historia berättad på ett nytt sätt.

**D**et ingår i vårt uppdrag att bevara kulturarvet, berättar Henrik Zetterberg, och min chef Eva-Karin Claesson hade önskemålet att arbeta fram ett nytt sätt att visa vilka kulturhistoriskt intressanta personer som är gravsatta på kyrkogårdarna.

Året var 2016 och Henrik som arbetade som kommunikatör för Uppsala kyrkogårdar kom då på idén att erbjuda kyrkogårdsvandringar oavsett årstid, att via webben ge Uppsalaborna möjlighet att veta mer. Oavsett plats – hemma eller på kyrkogården – kunna läsa om, se bilder och på det sättet ta del av olika intressanta och spännande livsöden.

Sedan tidigare fanns skyltar med översiktskartor på kyrkogården, men nu skulle man ta steget vidare.

Tillsammans med kollegan Jarl Tjernquist, som åren 2016–2017 gjorde inventering och biografier, lades grunden och sommaren 2017 kunde den första versionen av projektet *Kulturpersoner* se dagens ljus. Sex år senare har det växt till att innehålla fakta om hundra kända och kanske för en del okända namn. Webbplatsen är fylld med bilder av dessa personer, deras spännande historia, men även en karta så att man lätt kan hitta fram till gravvårdarna om man själv är på besök på kyrkogården.

Här vilar personer som Hans Rosling, Fadime Şahindal, Dag Hammarskjöld samt Gösta Knutsson, författare till den älskade katten och barnboken Pelle Svanslös. Den sistnämnde har verkligen satt tassavtryck på stadsdelen då böckerna utspelar sig i kvarteren bara stenkast från kyrkogården.

Andra exempel är Ebba Boström, grundare av Samariterhemmet i Uppsala och Karin Aronsenius, konstnärinnan vars gravvård pryds av ett av hennes verk tillsammans med inskriptionen: Bildhuggarinnan.

## Digitala kyrkogårdsvandringar

Henrik har bytt sin huvudsakliga arbetsplats till Uppsala universitet, men *Kulturpersoner* fortsätter och även Henriks insats. När vi i maj träffar honom är det full aktivitet med att filma för de delar som ska tillkomma denna sommar.

– 2021 startade digitala kyrkogårdsvandringar, ett samarbete mellan Uppsala kyrkogårdar och Uppsala stadsteater, jag skriver manus och gör filmerna sedan kompletterar skådespelare med sina berättarröster.

Åsa Forsblad Morisse gav liv åt texterna om *Speciella livsöden* från 1600-talet fram till våra dagar, vilket var det första temat av denna samproduktion.





Det följdes förra året upp med *Om nio konstnärer* där Crister Olsson berättade om guldåldern för Uppsalakonsten samt Moa Silén vars röst hördes i inspelningen av *Förgrundskvinnor i kvinnorörelsen*.

Henrik går vant vidare, tittar ner på en handskrivna lapp med noteringar på vilka gravplatser som ska vara med, riggar stativ och mobilkamera och tar klipp på klipp. Han läser under tiden manuset för sig själv för att avgöra hur länge han ska filma, det ska stämma överens med den tid som skådespelaren behöver för sin inläsning.

Vid besök på webbsidan *Kulturpersoner* går det att få automatgenererad röst uppläst även för de faktasidor som är från 2017, men den funktionen ska inte förväxlas med de filmer och ljudspår som tagits fram tillsammans med Uppsala stadsteater, i dessa är det skådespelare som läser och det är även textat så att fler ska kunna ta del av innehållet.

### Tystnad! Tagning

Dagen efter vårt besök på Gamla kyrkogården ska vi få komma in i studion.

– När vi skulle börja spela in för två år sedan så fick jag tipset av en musiker i Uppsala pastorat om en ganska nystartad musikstudio i Sala backe.

Yellow Music United drivs av Biim Frischenfeldt och det är även hon som är ljudtekniker. Lokalerna har passande nog, med tanke på namnet, ett solgult tema var blicken än landar. Efter en stund ansluter Robin Keller från Uppsala stadsteater och tillsammans går man igenom dagens körschema. Robin är aktuell med uppsättningen *Professor Bernhardi* i november men idag är rollen en annan då han ska ge röst åt den första av sommarens två teman: *I minnet bevarad*, om personer med koppling till Uppsala och där gravvårdarna skiljer sig från mängden.

Näst på tur är *Vårt gemensamma Uppsala* som handlar om personer som varit betydande för staden, även den inspelningen går att se och lyssna till i sommar och där är skådespelaren Jennifer Amaka Pettersson berättare.

Robin tar plats vid mikrofonen, Biim vid tekniken och Henrik slår sig ner i soffan som skiljer dem åt. Nu ska sista pusselbiten läggas på plats.

Det som började som skylt på kyrkogården har tagit helt nya vägar. ➕

Genom dopet välkomnas barn och vuxna in i kyrkan och man blir medlem i en församling och i Svenska kyrkan. Att boka ett dop är inte komplicerat. I Uppsala kan du boka dop på webben eller genom att kontakta vår bokning och medlemservice. Det spelar ingen roll vilken församling du tillhör, utan du kontaktar den församling vars kyrka du vill ha dopet i. Vanligen träffar man prästen en gång före dopet för att gå igenom vad som kommer att hända under akten.

## VANLIGA FRÅGOR OM DOP

### I vilken ålder kan man döpas?

Det går alltid bra att döpas, oavsett ålder. De flesta som döps är mellan tre och fem månader gamla, men om föräldrarna vill att barnet ska döpas tidigare eller senare är det inga problem. Man kan även döpas som vuxen eller i samband med konfirmation.

### Vad kostar ett dop?

Det kostar ingenting! Präst, musiker, vaktmästare och kyrka – allt ingår.

### Får man välja sånger och dikter själv till dopet?

Ja, man får ha egna dikter och sånger vid dopgudstjänsten. Det finns dock en ordning för dopgudstjänsten som innehåller allt det som ett dop i Svenska kyrkan ska innehålla, men det finns utrymme för personliga tillägg. Prata med din doppräst om vilka dikter och sånger som du vill ha, så att de passar in i dopgudstjänstens helhet.

Under dopet öser en präst vatten över barnets huvud tre gånger och säger: *Jag döper dig i Faderns och Sonens och den heliga Andens namn.*

Hur gudstjänsten sedan utformas kan variera.

### Vad är skillnaden mellan dop och namngivningsceremoni?

Dopet är en inbjudan att bli kristen och leva i en nära relation till Gud. Det är en gemenskap som omfattar alla döpta. Ett vanligt missförstånd är att man genom dopet får sitt namn, men så är det alltså inte. Namnet får barnet när vårdnadshavarna anmäler detta till Skatteverket.

### Måste man ha dopet i en kyrka?

Oftast sker dopet i kyrkan, men det finns inget hinder för att ha dopet hemma i vardagsrummet, i trädgården under ett blommande äppelträd eller i en vacker skogsglänta. Det kan dock hända att man av praktiska skäl måste säga nej till dop utanför kyrkan, så det är bra att diskutera alternativen med sin doppräst.

### Måste man ha särskilda kläder när man döps?

Nej, det behöver man inte. Det är en gammal tradition att bära vit klädsel vid dop, men det är föräldrarna som väljer klädsel till barnet och om det är ett vuxendop är det den som döps som väljer. Det vita symboliserar renheten och storleken på dopklämningen symboliserar att barnet kan växa i tro. I många församlingar kan man låna en dopklämning/dopdräkt för barn.

## TÄNK PÅ DET HÄR OM DU SKA ORDNA DOP

### Boka i tid för att få det du önskar

Om du vill ha dopet i en särskild kyrka och dopfesten i någon av kyrkans lokaler är det bra att vara ute i god tid. Välj en kyrka som du själv tycker är vacker och praktisk. På [svenskakyrkan.se/upsala/dop](http://svenskakyrkan.se/upsala/dop) kan du själv boka kyrka och lokal.

### Ta inte på dig för mycket

Ett dop behöver inte vara ett superstort projekt. Det viktigaste är att det blir av och att man har en trevlig dag. Låt släkten och vännerna hjälpa till.

# LIVETS FÖRSTA FEST

Text Ulrika Nordström

Foto Jesper Wahlström /Ikon

Boknings- och medlemservice

018-430 35 35 eller [upsalabokning@svenskakyrkan.se](mailto:upsalabokning@svenskakyrkan.se)



# ATT BEKRÄFTA SIN TRO FÖR SIG SJÄLV

Text Lina Svensk Foto Privat

**Du behöver inte vara ett litet barn för att välkomnas in i den kristna gemenskapen, du kan döpas och konfirmeras oavsett hur gammal du är. Hopp har pratat med läkaren och forskaren Hannes Manell, som valde att döpas som vuxen.**

För Hannes Manell kom inte tron som en blyxt från klar himmel utan växte snarare fram långsamt och organiskt.

– Jag är egentligen inte alls uppvuxen med att gå i kyrkan. Vi firade påsk och jul förstås, men det mest kristna inslaget i hemmet var väl en julkrubba, berättar Hannes Manell över videolänk.

Han bor sedan ett knappt år tillbaka i New York med sin fru och sina två barn. I grunden är han läkare, men jobbar för tillfället halvtid med forskning på distans mot Uppsala universitet. Hannes fru, Elin Manell, är även hon forskare och det var tack vare att hon fick en tvåårig forskartjänst vid Columbia University som de flyttade över Atlanten.

Till skillnad från Hannes så växte Elin upp med en närvarande kyrka, och därför blev den en naturlig kontaktpunkt även för Hannes, i synnerhet efter att de fick barn.

– Jag har också sjungit i kör hela livet och musiken har varit en ingång till kyrkan och tro. Några av mina mest gripande körupplevelser har varit kopplade till framförandet av verk med kristna budskap, som Bachs *”Matteuspassionen”* till exempel, säger Hannes.

## Icke-kyrklig bakgrund

Det var via en präst i Sankta Maria kyrka i Stenhagen som Hannes fick tipset att kontakta gruppen för vuxna som vill döpas och konfirmeras – en samtalsgrupp som träffas en gång i månaden under ett halvår för att diskutera existentiella frågor, tro och Bibeln med möjlighet att bli döpt och/eller konfirmerad.

– Vi var väl sex-sju personer som träffades digitalt i och med att det var pandemi då. Det var en väldig bredd i deltagarnas bakgrund. Flera var döpta men inte konfirmerade, vissa kom från andra trossamfund och andra var som

jag, odöpta och kulturellt kristna men från en icke-kyrklig bakgrund.

Hannes menar att det, till skillnad från vad han trott, inte fanns några krav på prestation i gruppen men att det för honom var väldigt värdefullt att få lära sig mer om den kristna tron och att få prata om olika existentiella frågor.

– Det var fint att få träffa andra vuxna och diskutera livsåskådning. Jag har inte haft något sådant sammanhang naturligt förut.

## Dop i domkyrkan

Det faktiska dopet och konfirmationen skedde på påsknattsmässan i Uppsala domkyrka 2021, med en väldigt begränsad publik till följd av pandemirestriktionerna.

– Det är ett väldigt fint minne, speciellt i och med att kyrkan var nästan helt tom. Jag gillade att det var så högtidligt och det kändes bra att våga bekräfta min tro inför mig själv.

Att döpas och konfirmeras upplever Hannes har skapat en större känsla av delaktighet i kyrkans gemenskap och traditioner, något som märks tydligt inte minst nu när familjen bor utanför Sveriges gränser.

– Vi besöker Svenska kyrkan i New York ungefär varannan eller var tredje vecka och det har bidragit till att vi fått ett tydligare sammanhang här. Jag gick bland annat till deras öppna förskola med barnen när jag var föräldraledig, säger Hannes och konstaterar

– Det skulle kännas tomt om inte kyrkan fanns där. +

Om du som vuxen är nyfiken på kristen tro och vill döpas och/eller konfirmeras finns möjlighet att delta i gruppen Vuxenkonfa.

Kontakt är Jonas Lindberg, [jonas.lindberg@svenskakyrkan.se](mailto:jonas.lindberg@svenskakyrkan.se)

Se även sidan 19.



# HEMESTERTIPS

Text och foto Henrik Viberg

Hanna Victoria



Denise



Ulrika

**”Hemester” är fortfarande många sommarverklighet efter flera krisbetonade år. Vad finns att göra på hemmaplan för den som till största delen tillbringar sin ledighet i Uppsala? Vi lät två politiker, en fritidsledare och en diakon ge några förslag.**

**D**e är mångåriga Uppsalabor, bekanta sedan länge och båda aktiva som förtroendevalda politiker i Uppsala kommun – Hanna Victoria Mörck (v) är ordförande för socialnämnden och Ehsan Nasari (c) vice ordförande i arbetsmarknadsnämnden. Båda har genom sitt engagemang nära till hands att resonera kring Uppsalabornas, i synnerhet barn och ungdomars möjligheter att få en meningsfull sommar. Barn och ungdomar får extra fokus och begrepp som social hållbarhet och tidiga insatser för barn i sårbara situationer dyker snabbt upp i samtalet. Men det handlar lika mycket om vad som faktiskt finns att sysselsätta sig med i Uppsala under sommarmånaderna.

– Det är jätteviktigt med ett aktivt civilsamhälle, säger Hanna. Oavsett vilka prioriteringar som gäller och hur diskussionerna ser ut i statsapparaten är det viktigt att vi lokalt kan göra det vi vill ha gjort i Uppsala.

– Jag upplever att det finns ett stort engagemang i civilsamhället som kommunen behöver skapa goda förutsättningar för, säger Ehsan. Han betonar att det behöver erbjudas bra verksamhet i framför allt de utsatta stadsdelarna.

– Alnäs aktiviteter är jättebra, det går bussar dit och det kostar inte så mycket. Samtidigt sitter jag som förälder beredd med min laptop i högsta hugg när biljetterna till lägren släpps och det är kanske inte alla som har den möjligheten, fortsätter Ehsan.

– Det finns de som inte hinner med och för dem är det desto viktigare att kunna hitta de gratis, öppna aktiviteter som arrangeras av till exempel Fritid Uppsala. Ibland känner folk kanske inte till vilka möjligheter som faktiskt finns, säger Hanna.

## Mängder av saker att göra

En som har koll på barn och ungdomars möjligheter är Denise Fjellner på Stenhagens fritidsgård som bekräftar att mängden aktiviteter är stor

i Uppsala. I år kommer Stenhagen att hålla öppet för tonåringar fem dagar i veckan kl 13-20 även när det är stängt på andra platser i stan. Som erfaren fritidsledare med koll på vad som händer kan Denise räkna upp en stadig ”meny”:

– Paintball, foto och film, musikproduktion och låtskrivande, entreprenörskap och marknadsföring, vattenlek, picknick, grilla ... Allt är gratis eftersom vi vill kunna inkludera så många som möjligt. Och i år arrangerar vi tre olika läger för ungdomar under de första sommarveckorna.

Hon konstaterar att färre Uppsalabor har råd att resa iväg i nuläget och att det då är ännu viktigare att ta vara på kreativiteten hos de barn och unga som verkligen vill ha något att göra.

– Vi har också Uppsala Summer Zone på Studenternas IP, ett kostnadsfritt arrangemang med sportfokus för Uppsalabor i alla åldrar från maj till september. Där finns mycket att prova på från morgon till kväll: bollsporter, parkour, cykling, kickbikes, rollerblad, lekar och tävlingar.

Denise, Hanna och Ehsan är överens om att också kyrkan gör mycket för barn och unga i Uppsala. På flera håll finns samarbeten mellan kommunen och Svenska kyrkan Uppsala, något som Denise har direkt erfarenhet av sedan länge.



## Trädgårdskaféet vid Kvarntorget

Att nå ut är något som även Ulrika Björk, diakon, funderar mycket över. Hon är med om att ordna sommarkafé i S:t Pers kyrkas trädgård vid Kvarntorget under de första sommarlovsveckorna.

– Vi är många i olika åldrar och med olika kompetenser som samarbetar. Något som bidrar mycket till att vårt sommarkafé funkar och blir så lyckat är att ungdomarna som arbetar här tillför så mycket energi och engagemang, berättar Ulrika. Till oss kommer många barnfamiljer, men vi har också kreativa aktiviteter med inriktning på äldre barn. Förra året mötte vi många ukrainska familjer som vi hoppas få träffa igen nu i sommar. Jag skulle säga att sommarkaféet är kyrkan när den är som bäst.

## Grunda sjöar, fornborgar och bryggssimning

En sommarintervju av det här slaget får förstås också gärna innehålla några personliga sommartips på lokala smultronställen. Hanna, Ehsan och Ulrika funderar.

– Uppsala blir lätt väldigt varmt på sommaren ... men jag har varit en del vid Strandsjön utanför Järlåsa, säger Hanna. Den är inte så djup och värms upp fort. Sedan nämner jag gärna Fullerö backar och Hagalundsområdet. Vill man komma ut i naturen är mitt tips att leta rätt på fornborgar i trakten. De ligger nästan alltid högt med utsikt, man kommer ut på vandring och får uppleva något med lite historia, ofta med spännande legender och berättelser som förknippas med platserna.

– Med två barn i 8- och 11-årsåldern är det inte alltid självklart med just vandringar och fornborgar ... Vi åker mycket till badet i Wik, ler Ehsan och berättar att han också besökt just Summer Zone med barnen.

– Sedan har mycket hänt med Uppsala på senare år när det gäller att ha ett levande city, vilket jag tror är roligt för studenter som är kvar i stan.

– Att hoppa i Fyrisån från någon av bryggorna kring Fyrishov och sedan simma uppför ån mellan bryggorna är spännande, säger Ulrika. Eller att hyra kanot och göra samma sak. Det är mitt tips! 📌

## Sommaraktiviteter för barn och unga

kubikupsala.se

Instagram: @stenhagensftg

svenskakyrkan.se/upsala/sommar

# RELATION & REFLEKTION

Fanny Svärd, uppväxt och tidigare student i Uppsala och idag bland annat krönikör, ger tips om hur en hemester kan avnjutas.

Under Fanny Svärds studentsomrar i Uppsala var det inte helt oväntat nationer och uteserveringar som gällde. Mycket handlade om att helt enkelt ta en filt och lägga sig i Vasaparken eller Ekonomikumparken eller att ses hemma hos varandra på innergårdar.

– Jag har också fina minnen av hur vi brukade cykla till Storvads badplats i Gamla Uppsala. Eftersom ingen av oss hade körkort var det så skönt att kunna ta sig dit på det sättet.

– Jag har också fina minnen av hur vi brukade cykla till Storvads badplats i Gamla Uppsala. Eftersom ingen av oss hade körkort var det så skönt att kunna ta sig dit på det sättet.

Ett "smultronställe" som Fanny tror att många Uppsalabor är hemmablinda för är Skytteanska trädgården, dold bakom ett högt plank mitt i stan ett stenkast från Fyrisån men tillgänglig för allmänheten.

– Där är det jättefint att sitta i grönskan med domkyrkan som backdrop. Känslan är att man inte får vara där, vilket gör att det känns gömt och lite hemligt. När jag tänker på Uppsala handlar det mycket om att bara köpa med sig en glass och hitta

en plats där det är fint att slå sig ner. Jag kan rekommendera Stabby Prästgård, och om jag ska tipsa om en dagsutflykt är det mysigt att åka till Öregrund.

Fanny Svärd är frilansjournalist och medverkar bland annat i P3, TV 4:s nöjessvep i Efter fem och Nyhetsmorgon. Många har säkert sett henne på Instagram och TikTok där hennes sketcher om medelålders kollegor och deras beteenden fått stor spridning.

– Mycket av min tid går åt till att hålla mig nära mina följare. Det känns viktigt för mig att hålla liv i min community.

Att hålla liv i sina relationer är också temat för vad Fanny egentligen tycker är det viktigaste även på sommaren.

– Förra sommaren fastnade jag helt i en podcast om parterapi, *Where should we begin?*, som jag lyssnade på flera timmar om dagen. Det känns viktigt att arbeta med kvaliteten i ens relationer eftersom de också egentligen utgör kvaliteten i ens liv. Om man har ork kan det finnas

mycket tid för det under sommaren och ledigheten, och det är spännande att få utrymme för inre reflektion och att se över sina relationer. Man kanske inte vill åka på semester med hela sin familj – vad beror det i så fall på?

– Det finns ofta väldigt höga förväntningar på att allt bara ska vara perfekt på sommaren men så är det ju inte, man går in i ledigheten med samma relationer som man levte i hela året. Det går inte att hacka på varandra och vara sura under resten av året och sedan förvänta sig att vara en lycklig familj på sommaren. 📌



Foto Privat



# TECKENSPRÅKET ÄR HJÄRTATS SPRÅK

**Text** Kristina Åkerman, teckenspråkspräst **Illustration** Irma Van den Poel

## VILKA FANTASTISKA TECKENTOLKAR

det var på gudstjänsten idag, säger en vän. Reptilsnabbt replikerar jag:

– Det heter inte teckentolkar utan teckenspråkstolkar.

Men är det egentligen någon skillnad? Jo, skillnaden är att det ena är ett språk och det andra är bara "hittepå." Och teckenspråket är på riktigt – det är inte en samling tecken som viftas fram utan ett fullt värdigt språk, på samma sätt som finska eller arabiska. Det finns ju ingen som skulle säga till en tolk som översatte till engelska:

– Vilka vackra ljud tolken hade.

Teckenspråket är språk med lika avancerad grammatik som det talade språket. Det finns regler för handpositioner, grammatik och satsbildningar etc. Teckenspråket följer inte det talade svenska språket, därför är det omöjligt att tala och teckna samtidigt. Teckenspråket är, till skillnad från de allra flesta språk i världen, ett visuellt

språk. Det betyder att man bara kan se och uppleva det. Man kan inte skriva på teckenspråk.

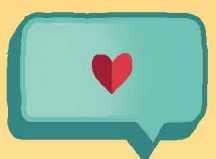
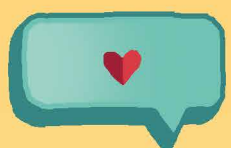
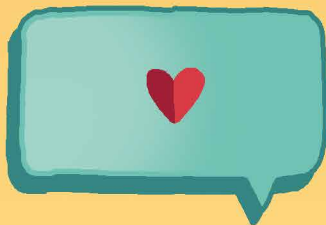
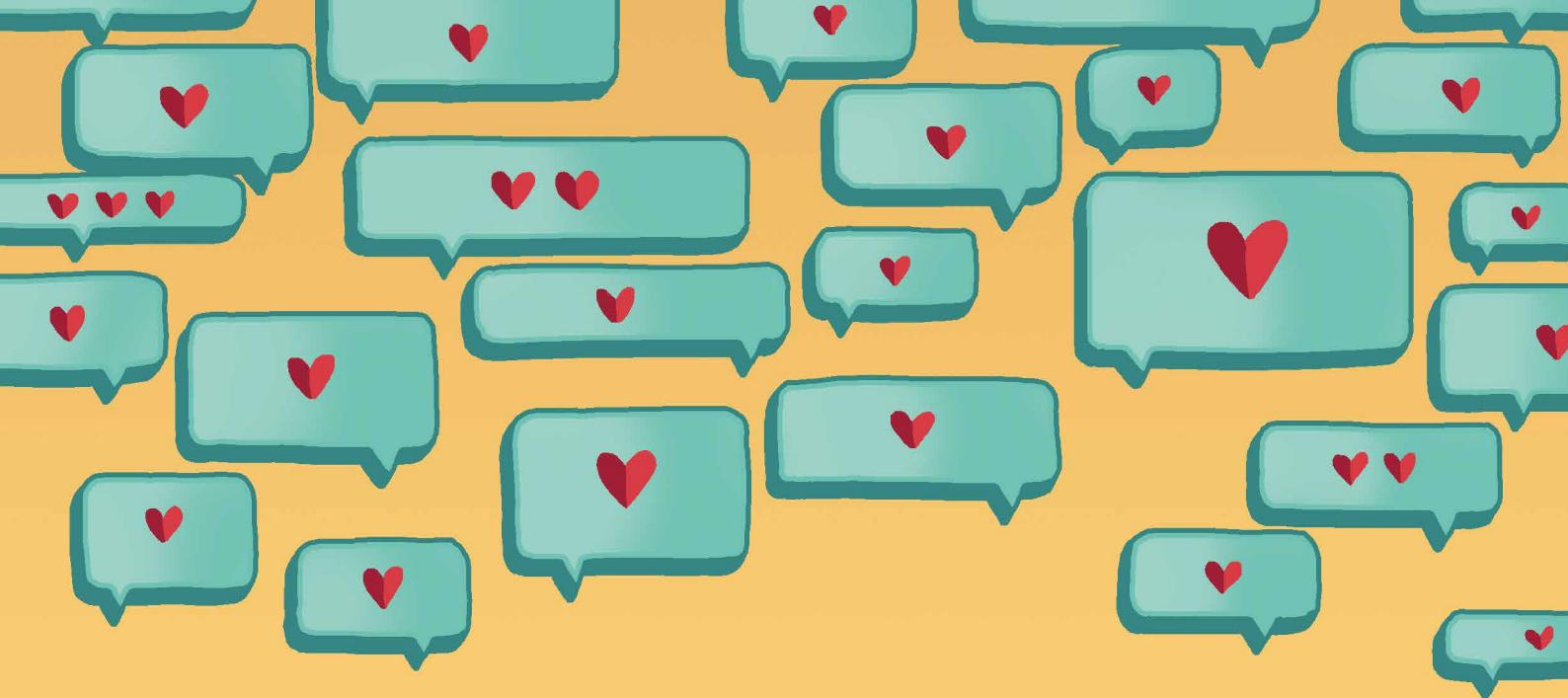
Många människor med minoritetsspråksbakgrund säger att det modersmål de växte upp med, det är deras hjärtas språk. Det är genom det språket de bäst uttrycker sin längtan och förtvivlan, sin ilska och sitt innersta djup. Det språk som ligger närmast hjärtat. Kanske kan man drista sig att säga att vi som växt upp med olika dialekter också har ett hjärtas språk. Nyanser av ord och uttryck som inte uppfattas vid en översättning till rikssvenska?

Kyrkan lever också med ett eget språk vid sidan av det svenska språket, kyrkiskan. Dit hör stororden vi inte använder i vardagligt tal; nåd, barmhärtighet, allsmäktig och nattvardens mysterium. För människor som växt upp inom kyrkan kan detta också vara

ett hjärtas språk. Men för människor som aldrig mött orden blir de svåröversatta. Ord som är djupt teologiskt laddade faller ibland helt platt. Vi når inte alltid gudstjänstdeltagarna eftersom vi inte vet vilket som är deras hjärtas språk. Vi kan bara vårt eget.

När Svenska kyrkan nu tagit emot kyrkohandboken på svenskt teckenspråk blir det möjligt att nå fler deltagare med en översättning som knyter an till deras hjärta. Kyrkohandbokens olika böner, inledningsord, instiftelseord och så vidare har filmats så att handboken inte längre är en bok, utan en mängd filmer. Filmer som ges direkt på teckenspråket. Genom denna översättning får nu fler människor tillträde till kyrkans värld. Möjlighet att ta emot Guds förlåtelse, säga sitt farväl till sina nära eller sitt ja till sin älskade på just sitt eget språk. Hjärtats språk. +







# NÄR DET KNAKAR I SAMHÄLLSKRO MÅSTE DET GODA HJÄLPA TILL

Sedan 2009 har Annica Anderbrant varit domprost i Uppsala stift. Nu går hon i pension och ser tillbaka på en omvälvande, utmanande och givande tid.

Text Sigrid Asker  
Foto Patrik Lundin



# R PPEN A

**E**n trappa upp i konsistoriehuset, med utsikt över ett soligt Uppsala, har domprost Annica Anderbrant sitt arbetsrum i några veckor till. Härifrån har hon många minnen.

– Jag satt här och hade ett lönesamtal en gång, när jag hörde en kvinna skrika utanför fönstret. Det var en person som skulle till Diakonins hus och mådde psykiskt dåligt. Sedan skyndade jag till kyrkogården för en samling vid Dag Hammar-skjöld's grav i samband med ett statsbesök. Därefter gick jag tillbaka för att se till att kvinnan fått hjälp, minns Annica.

Det är vad prästupdraget i grund och botten handlar om, menar hon, att möta människor och dela det som händer. Annica tycker om att ha ett omväxlande och utmanande jobb.

– Jag möter såväl de mest utsatta som samhällets högsta ämbeten, säger hon.

Redan när hon sjöng i kyrkokör som barn i Västerbotten fanns viljan att arbeta i kyrkan. Men då var det långt ifrån självklart att en kvinna skulle kunna bli präst. Annica kom i stället att utbilda sig till musiklärare.

– Jag fick jobb i Arboga, vilket var jätteroligt. Jag trivdes väldigt bra med församlingslivet där, säger hon.

## Ångra sig på hemmet

Det var i Arboga hon uppmuntrades till att läsa teologi.

– Jag ville ju inte sitta på hemmet och ångra att det aldrig blev av.

1990 prästvigdes Annica i Västerås stift. Hon hann arbeta tio år i Västmanland och tio i Dalarna innan hon blev domprost i Uppsala 2009.

– Jag kände mig jätteliten första gången jag kom in i domkyrkan. Nu är jag hemma där, säger Annica.

Att hon sökte sig till Uppsala och vad hon beskriver som ”THE church”, en nationalhelgedom, berodde mycket på musikalivet.

– Domkyrkans körer är fantastiska, säger Annica.

En av de större utmaningar hon mött i ämbetet var den omorganisation av kyrkan som skedde 2014. De kyrkliga samfälligheterna avskaffades och ersattes av pastorat. Domkyrkoförsamlingen kom tillsammans med församlingarna Helga Trefaldighet, Gamla Uppsala, Gottsunda samt Vaksala att bilda Uppsala pastorat. Annica blev nu kyrkoherde för alla de fem församlingarna.

– Jag skulle leda en ny och stor organisation utan given mall, då måste man uppfinna hjulet. Det handlade om att navigera rätt i dimman, säger hon.

## Stärka kyrkans relationer

Domprosten hanterar, precis som andra chefer, ekonomi, rekrytering, personalfrågor, konflikter och personliga tragedier hos medarbetare. Det är inte nödvändigtvis så att man inom kyrkan har bättre beredskap för komplicerade personalärenden än andra organisationer.

– Vi har ju väldigt bra och duktigt folk men ibland ägnar vi oss så mycket åt andra att vi glömmer bort oss själva. Vi är väldigt service minded, säger Annica.

Under sin tid i Uppsala har hon lagt mycket kraft på att stärka kyrkans relation med stadens nätverk. En omvärld med krig, flykt, pandemi och klimatkris har gjort det viktigare än någonsin att alla som arbetar för människors bästa kan samverka.

– Utsatta blir ännu mer utsatta när alla ska spara. När det knakar i samhällskroppen måste goda krafter hjälpas åt, säger Annica.

I dag tycker hon att Svenska kyrkan har ett bättre samarbete än tidigare med såväl kommunen som andra trossamfund. I kriser kan man sluta upp och stötta varandra.

– Det är bra att vi har en sekulär stat men människor behöver religion.





Sverige är i dag ett av världens mest sekulariserade länder och kunskapen om kristendom har minskat.

Annica upplever att just det lett till en större nyfikenhet för människor när de väl kommer i kontakt med kyrkan. Svenska kyrkan är i dag den kyrka som döper flest vuxna.

– "Gud vad spännande!" och "wow, kristen tro!" är reaktioner man kan få, säger Annica.

Hon tycker att kyrkan kan bli bättre på att kommunicera ut sin verksamhet. I dag när andlighet i form av praktiker med ursprung i asiatisk tro, som yoga, retreat och meditation, vinner mark, kan man påminna om att uttryck för lugn, harmoni och reflektion finns även i kyrkan.

– Det är ju sådant vi alltid har hållit på med, fast under andra namn, säger Annica.

#### Ekumenisk följeslagare

Människorna och sammanhanget är vad hon kommer att sakna mest när hon går i pension. Samtidigt ser hon fram emot ett lugnare tempo och att tillbringa mer tid i huset i Dalarna.

– Jag har arbetat mycket och länge.



De ekonomiska utmaningarna med att underhålla de medeltida kyrkor som folk älskar, är skönt att någon annan ska lösa nu, säger Annica.

Att hon slutar som domprost betyder inte att hon slutar verka för det hon tror på. I augusti åker Annica till Jerusalem med ett ekumeniskt följeslagarprogram, ett internationellt fredsprojekt. I tre månader kommer hon att bo där.



"Ibland ägnar vi så mycket tid åt andra att vi glömmer bort oss själva."

– Det handlar om att stärka internationell rätt. Man kan till exempel följa barn som måste passera checkpoints på väg till skolan. Jag vill kliva in i något annat som känns meningsfullt.

Musiken, den som en gång förde Annica Anderbrant till prästyrket, kommer förhoppningsvis att få större plats framöver.

– Nu ska jag förhoppningsvis börja sjunga i kör igen, säger Annica. +



Lovis Engström, vaktmästare i Uppsala domkyrka, hjälper Annica att förbereda inför gudstjänst.





# DOLDA RUM

Text Lina Svensk  
Foto Patrik Lundin

**Gustav Vasas grav, Erik den heliges relikskrin och Sveriges största predikstol – tre välkända klenoder som nog är bekanta för den som någon gång besökt Uppsala domkyrka. Men vad gömmer sig bortom det där? I väggar, torn och i vissa fall rakt under näsan på oss? Domkyrkoguide Annika Franzon tog med Hopp på en alternativ rundtur i Nordens största katedral.**

**M**an får vara noga med var man sätter fötterna när man traskar upp för den branta och smala spiraltrappa i sten som leder till ett par av de få dolda rum som fortfarande finns kvar i domkyrkans väggar. Visningsansvariga Annika Franzon stänger gallerdörren, som hindrar allmänheten från att ta sig in i trapphuset, bakom oss.

För hit är vanliga kyrkobesökare i regel inte välkomna. Bakom en av trapphusets mörka dörrar döljer sig kyrkans så kallade librarium – ett litet bibliotek med litteratur som på ett eller annat sätt har anknytning till domkyrkan och gudstjänstfirande. Boksamlingen idag är dock inte densamma som på medeltiden.

– Det mesta försvann efter reformationen. En del böcker beslagtogs och användes till annat, andra möglade och en del brann upp i stadsbranden 1702. De böcker som fanns kvar i slutet av 1700-talet lämnades över till universitetsbiblioteket när kyrkan insåg att man inte hade lokaler och kunskap nog för att bevara dem på ett bra sätt, berättar Annika Franzon.

De äldsta böckerna som finns här idag mottogs som en donation i början av 1900-talet, vilket bidrog till att biblioteket återinrättades, en trappa upp från där det ursprungligen låg.

## En spiraltrappa bort ...

På ungefär samma altitud som biblioteket, men med ingång från ett annat rum som döljs i domkyrkans norra vägg, hittar vi Ruffattiorgeln – en enorm kleinblå orgel ovanför norra porten, invigd 2009. Orgeln i sig är förstas ingen doldis, varken ljud- eller synmässigt, med sina drygt 4000 pipor och kvadratmetrar nog att kunna husera en mindre studentkorridor. Däremot skyler den en gigantisk väggmålning föreställande Sankt Ansgar som bara är synlig för den som står på orgelläktaren.

– När arkeologer grävde ut golvet här under för att få uppföra läktaren hittade de en källare som troligen använts för förvaring av bland annat nattvardsvin. Den hade fyllts igen med sten och bråte på 1800-talet, säger Annika.







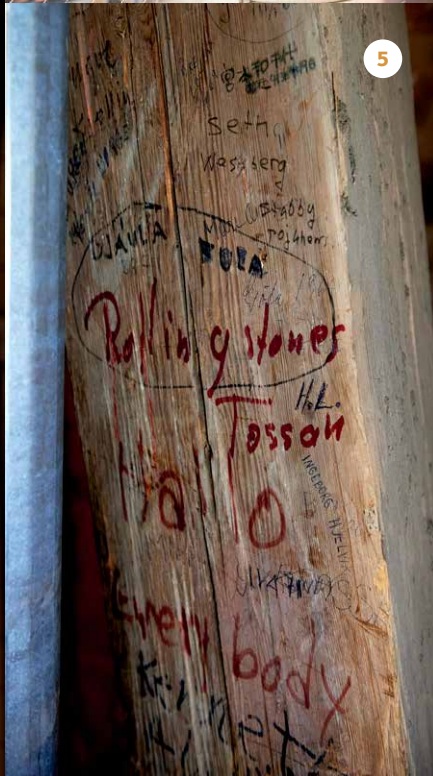
2



3



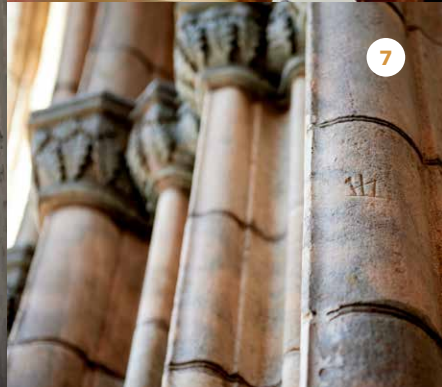
4



5



6



7

Något vin fanns inte längre kvar, dock hittade man en kanske oavsiktlig tidskapsel vid utgrävningen i form av en smörgås från sent 1800-tal, invirad i en tidningssida.

### Svårstädat

Nedre delen av domkyrkans norra torn är delvis tillgänglig för allmänheten i och med museet Skattkammaren där gamla textilier, guld- och silverföremål ställs ut. Men även övre delen av tornet var tidigare öppet för besökare.

– Den som löst entrébiljett kunde gå upp i tornet fram till mitten av 1970-talet. Jag träffade en farbror som berättade att han och hans kompisar brukade betala 10 öre för en dagsbiljett och tävla i vem som snabbast kunde springa uppför och nerför alla trappor, säger Annika medan vi går in i hissen.

Vi mellanlandar på västra läktaren där man, med Åkermanorgeln i ryggen, får en pampig vy över mittskeppet och dess altargång. Förutom att komma betydligt närmare flera av de fantastiska väggmålningarna bjuds man också ett nytt perspektiv på ljuskronorna och predikstolen.

– Det tar två vaktmästare en halvtimme att tända alla ljus i kronorna. Men det sker bara fyra gånger om året ungefär.

Detaljstädning är inte heller något som är möjligt särskilt ofta i Nordens största katedral – att damma till exempel predikstolen får bara konservatorer göra och senast väggmålningarna rengjordes på 1970-talet gick det åt 6000 Skogholslimpor för att skonsamt gnugga bort den ingrodda smutsen.

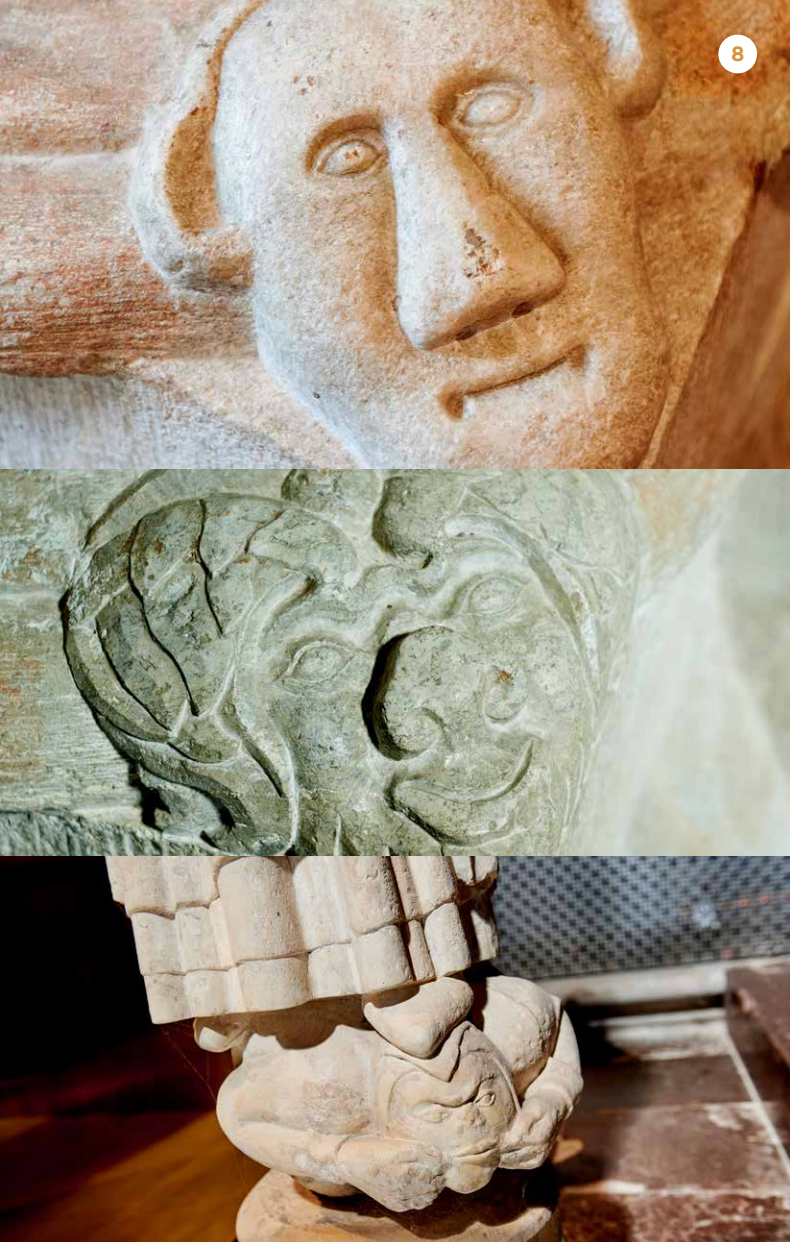
### Ovälkomna balkonggäster och signaturer

Ett antal stopp högre upp hamnar vi på det våningsplan där kyrkan delar sig i två torn. Ett förrådsrum gömmer hyllmetrar av skatter, om än inte av det guldiga och silvriga slaget. Gamla ritningar över domkyrkan, lådor med foton, krubbfigurer i trä, dalmatinermonstrade små domkyrkor av tenn, en gammal pensel som hittats inmurad i kyrkans väggar.

Via utrymmet mellan det södra och norra tornet kommer man ut på balkongen som vetter mot Domkyrkoplan och museum Gustavianum. Numera skyddas balkongen med nät för att fåglar inte ska ta sig in, men så har det inte alltid varit.

– Den förrförra ringaråldermannen, chefsvaktmästaren alltså, hade till uppgift att rensa bort fågelbajset här tidigare.





Han berättade att det kunde bli ett par hinkar fulla vid varje tillfälle.

Det är ingen stor balkong, bara någon meter djup, men varje sommar blir den under två veckor scen åt Linnékvintetten när de bjuder på tornmusik som ljuder över Uppsala vid lunchtid.

Att domkyrkotornen förr varit tillgängliga för allmänheten blir tydligt när vi går in i norra delen, strax under den inre klockstapel där kyrkklockorna är fästade. På de robusta träbalkarna i utrymmet har besökare sedan ett sekel tillbaka och framåt ristat in namn, kärleksförklaringar, hälsningar och idolhyllningar (några till Beatles, ett par till Rolling Stones och en enstaka till The Lovin' Spoonful).

Längre upp än så här kommer vi dock inte idag. Vi tar i stället hissen ner igen för att kika på några fullt synliga men sällan uppmärksammade detaljer som de offentliga delarna av domkyrkan erbjuder.

### Fula gubbar i fothöjd

Basen på två pelare i domkyrkans entréhall, eller vapenhuset som det också kallas, pryds av speciella utsmyckningar, något man kan hitta lite varstans både utanpå och inuti kyr-

kan. Just här är det ansikten med väldigt utmärkande drag.

En annan "ful gubbe" ser vi under statyn föreställande Sankt Olof som finns både som kopia vid norra porten och i original bakom galler i ett av kyrkans kor. Det är en ynkelig, hopkrupen figur som bär upp Olof.

– Det kallas för underliggare och är vanligt i bilder av Sankt Olof. Den kan symbolisera att han trampar på ondskan eller att Olof, genom att ha blivit kristen, besestrar det onda i honom själv, förklarar Annika.

Vår visning med Annika tar slut utanför södra porten där den gassande solen lyser upp den skulpturala utsmyckningen. Bilden av Jesus är inramad av bågar med profeter och de tolv apostlarna.

– Och vapenskölden till vänster ovanför porten är en medeltida förlaga till Svenska kyrkans nuvarande logotyp.

Trots att många utrymmen i domkyrkan inte är tillgängliga för allmänheten finns detaljer, konstverk och berättelser nog att utforska under en hel livstid även i det offentliga utrymmet, bara man höjer blicken, sänker den eller tittar lite noggrannare. 📌

### Mer information om domkyrkans verksamhet

På Uppsala domkyrkas hemsida kan du läsa mer om kyrkans historia, inventarier och människorna som byggt, arbetat och begravts i domkyrkan. Dessutom finns visningsfilmer från domkyrkans dolda rum – däribland bibliariet och tornpellens kryptin. Vill du besöka domkyrkan så erbjuds visningar varje dag hela sommaren. Resten av året är det visning varje söndag. Mer information och visningstider hittar du på domkyrkans hemsida.

Linnékvintetten bjuder på tornmusik från domkyrkans balkong även i sommar. 27 juni–1 juli och 4–8 juli klockan 12 hörs musik från tornet, därefter en halvtimmes konsert inne i domkyrkan.

- 1 Även om allmänheten inte har tillgång till bibliariet så används det av både kyrkans anställda och av forskare. Den äldsta boken i biblioteket är ungefär 600 år gammal.
- 2 Bakom Ruffattiorgeln i norra tvärskeppet döljer sig en gigantisk väggmålning föreställande Sankt Ansgar. Här fanns tidigare Ansgarskapellet där en del valde att gifta sig om de tyckte det var för stort med vigsel i högkoret.
- 3 Nätet skyddar numera balkongen från ovälkomna gäster i form av duvor. Pilgrimsfalken som till och från bor i tornen har dock stående meny.
- 4 Nu är det förstås el i dessa, men det här var domkyrkans första gaslampor. De installerades på 1870-talet.
- 5 Mer eller mindre oskyldiga meddelanden pryder träbalkarna under kyrkklockorna från tiden då tornen var öppna för allmänheten.
- 6 – Den här har jag inte sett förut! Annika öppnar en kartong innehållande en pensel som hittades inmurad i en vägg vid renoveringen på 1970-talet.
- 7 På flera ställen i kyrkans västra portal gömmer sig så kallade stenhuggarmärken, signaturer från de som huggit detaljer och utsmyckning.
- 8 Vissa stenhuggare ser ut att ha haft roligt på jobbet när de högg in dekorationer och skulpturer. Här syns två ansikten från vapenhuset och Sankt Olofs underliggare.





# BÖRJAN PÅ EN NY RESA

Text och Foto Lars-Erik Elebjörk

**I Uppsala inbjuder Svenska kyrkan till ett stort och varierat utbud av konfagrupper. Det är inte kyrkan där du bor som är avgörande för ditt val, det går lika bra att vara med i en grupp i en helt annan stadsdel. Matilda Oldeberg är präst i Tunabergskyrkan och det är där vi ses för att prata om just konfirmation.**

**K**onfirmation betyder *bekräftelse av dopet* och i konfirmationsgudstjänsten ställer vi frågan, "vill du konfirmeras?", du som konfirmand bekräftar då att du vill vara en del av det här. Men det är också en bekräftelse på att den som konfirmeras hör ihop med Gud och är värdefull och viktig, inleder Matilda.

## När kan jag konfirmera mig?

– Det mest vanliga är att det är från årskurs åtta.

## Är det stopp i någon ålder, om jag missade det i åttan?

– Du kanske inte missade, men kände att "jag var inte där då, men nu är jag det och går på gymnasiet", eller när man går i nian eller är vuxen. Det är aldrig för sent.

## Dopet under konfaåret

Matilda upplever att det inte är alla som vet helt säkert om de är döpta som barn, att de behöver fråga hemma, och hon ser även att det blir alltmer vanligt att de som anmäler sig till konfirmation inte är döpta. Är du inte döpt så är det något som sker under året och inget du behöver oroa dig för.

## På foton visas ofta dop i en sjö. Är det så?

– Sker dopet i vattnet intill en strandlinje är det oftast tal om sommarläger. Veckogrupperna som går under året, eller vuxenkonfa, där sker istället dopet oftast vid en dopfunt i en kyrka men kan även vara i en sjö eller en dopbassäng i någon kyrka. Konfirmationsprästen pratar med dig så att du vet vad som erbjuds och hur det går till. Det kan vara tillsammans med sin familj i kyrkan, hemma, eller på lägret

med gruppen. Vill du att det bara är du och prästen, då går det också bra. Plats och sätt väljer du, inget är rätt eller fel.

## Hemma?

– Ja, döpas hemma går jättebra. Skulle en konfirmand ha önskemålet att jag kommer hem till familjen och vi gör dopet där, då gör jag det. Jag brukar be om en fin skål, kanske en glasskål eller en silverskål. Det är vattnet som är det viktiga och att det hålls på huvudet, inte vad det hålls i.

## För mig var det så att jag inte fick ta nattvard innan jag var konfirmerad, hur är det idag?

– Så var det tidigare men nu gäller att man får ta emot nattvard om man är döpt. Vi brukar fira mässa med nattvard ganska tidigt under konfaåret och därför vill vi gärna att dopet sker tidigt i konfirmandundervisningen. Samtidigt har Svenska kyrkans biskopar tillsammans sagt att vi aldrig får neka någon att ta nattvard och vi frågar inte heller om den som tar nattvard är döpt. Under konfirmandundervisningen informerar vi om det här och en del ledare väntar då med att fira mässa tills alla i gruppen är döpta.

## Alla är olika, något för alla

– Tonåringar är olika och har olika behov. Konfirmation är inte bara sommarläger, konfirmation finns även helt lägerfritt eller med dagläger, ett läger på lov eller sommaren, träffar i veckorna, på helgerna, inom idrott och för den som behöver det lilla sammanhanget i liten grupp. Det finns en grupp för dig med särskilda behov där det är helt okej att även ha med sin ledsagare eller assistent vid träffarna, berättar Matilda och fortsätter:



– Vi har mött föräldrar som inte trott att konfirmation är för alla men blivit väldigt glada och tacksamma när de fått veta att vi har kunskapen om att anpassa konfirmationstiden så det funkar för de olika behov som kan finnas hos ungdomar.

### Frö som börjat gro

Vi kommer under samtalet in på att en del kanske konfirmerar sig för presenterna.

– Jag tror att även om man känner så, har någonting väckts i dig. Det är något litet frö som har börjat gro, men idag tycker jag att inte det pratas lika mycket om presenter på samma sätt som det gjordes förr. Nu är det mer ett aktivt val att jag är intresserad, eller att konfirmation är en tradition i familjen.

Som konfirmationsledare vill man dela värderingar, men också att ge möjlighet att prata om det svåra i livet. Många konfirmander brukar nämna att något av det bästa och viktigast var dagen när de fick prata om döden, för det gör man inte annars.

– Man gör inte det i samhället idag, man pratar inte om döden. Man pratar inte heller om psykisk ohälsa på det sätt som vi gör. Man pratar inte om de svåra sakerna. Det är positivt att många uppskattar möjligheten att i en trygg miljö få samtala om det.

### Vet jag allt om tro då jag konfirmerats – måste jag tro?

– Konfirmationstiden ger dig möjlighet att växa i tro. Vi vill erbjuda ett sammanhang där konfirmanderna får fundera över tro och liv och hitta redskap att uttrycka tankar och åsikter om detta. Vi vill att alla ska känna sig sedda, älskade och få med sig något som får dem att växa. Vi brukar prata om att det är en början på en ny resa, en inre resa och en yttre om man till exempel fortsätter i det kyrkliga, men att man aldrig blir helt klar med det här – man tror och man tvivlar och det gör även jag, som präst. +

## MED AN DU TEOR

### UPPSALAKONFA.SE

#### Vardagskonfa | Eriksberg

Startar i slutet av september 2023.  
Tisdagar kl 16–18.30.  
Några tisdagar är tiden kl 18–20.30.  
En övernattning på hösten 2023 och lägerhelg 16–18/2 2024, Rättvik, Dalarna.  
Konfirmation 4/5 2024 i Eriksbergskyrkan.

#### Vardagskonfa | Salabacke

Start i oktober 2023.  
Varannan onsdag kl 16–18.30.  
En övernattning på hösten 2023 och lägerhelg 16–18/2 2024, Rättvik, Dalarna.  
Konfirmation 5/5 2024 i Vaksala kyrka.

#### Vardagskonfa | Sävja

Start 21/9 2023.  
Torsdagar kl 17–19.  
Dagläger hemma på hösten 2023 och lägerhelg 15–16/3 2024, Undersvik, Hälsingland.  
Konfirmation 18/5 2024 i Sävja kyrka.

#### Helgkonfa | Domkyrko Lägerfritt

Start 24/9 2023 i Almtunakerkan.  
En söndag i månaden kl 13–17.  
Helg 13–14/1 och 20–21/4, ej övernattning.  
Tre temakvällar (vardagar) i Uppsala domkyrka under året.  
Konfirmation 18/5 2024 i Uppsala domkyrka.

#### Helgkonfa | Sunnersta

Både träffar hemma och kortare läger.  
Start 17/9 2023.

#### Forts. Helgkonfa | Sunnersta

En söndag i månaden kl 12–16.  
Läger 20–22/10 2023 och 15–17/3 2024, Undersvik, Hälsingland.  
Konfirmation 27/4 2024 i Sunnersta kyrka.

#### Idrottskonfa | Löten

Prova på olika sporter och åk på sportlovs läger.  
Start 7/2 2024.  
Onsdagar 14 och 28/2 samt 6, 13 och 20/3 2024.  
Förberedelse 22–23/3 2024.  
Läger 16–22/2 2024, Rättvik, Dalarna.  
Konfirmation 24/4 2024 i Lötenkyrkan.

#### Sommarkonfa | Undersvik, juni

Ett par förträffar i Uppsala, Almtunakerkan.  
Läger 14–20/6 2024, Undersvik, Hälsingland.  
Konfirmation 27/6 2024 i Uppsala domkyrka.

#### Sommarkonfa | Öland, juni

Start 19/11 2023 i Sävja kyrka.  
En söndag i månaden.  
Hemmadagar efter lägret 25–27/6 2024.  
Läger 13–20/6 2024, Öland.  
Konfirmation 29–30/6 2024 i Sävja kyrka.

#### Sommarkonfa | Gotland, augusti

Några helgdagar under våren 2024.  
Någon förträff med övernattning, Salabackekyrkan.  
Hemmadagar före och efter lägret.  
Läger 7–14/8 2024, Gotland.  
Konfirmation 18/8 2024 i Vaksala kyrka.

#### Sommarkonfa | Undersvik, augusti

Start 13/1 2024.  
Förlägger 9–11/5 2024, Uppsala.  
Hemmadag efter lägret, 16/8 2024, Uppsala.  
Läger 5–14/8 2024, Undersvik, Hälsingland.  
Konfirmation 17/8 2024 i Gamla Uppsala kyrka.

#### Internatläger | Undersvik, Hälsingland

12 000 kr som är ett subventionerat pris.  
Upptakt 2/12 2023, Uppsala.  
Påskläger 28/3–2/4 2024, Undersvik.  
Sommarläger 19/6–7/7 2024, Undersvik.  
Konfirmation 6/7 2024 i Undersviks kyrka.  
Sändningsgudstjänst 7/7 2024.

#### Helgkonfa i liten grupp | Tunaberg

Behovsanpassad konfa för dig som behöver det lilla sammanhanget.  
Start 8/10 2023.  
Söndagar jämna veckor kl 13–15.

#### ”Här är jag” | Tunaberg

Behovsanpassad konfa för dig som går i anpassad grundskola eller anpassad gymnasieskola.  
Ledsagare är välkomna att vara med.  
Start 3/10 2023.  
Tisdagar jämna veckor kl 15–16.30.  
Konfirmation 23/3 2024 i Tunabergskyrkan.

#### Konfa på teckenspråk | Tunaberg

Det finns konfagrupp för dig som använder teckenspråket till vardags.  
Se uppsalakonfa.se för informationsvideo och kontaktpuppgifter.

#### Katedralkonfa | Åk 9 & gymnasiet

För dig i årskurs 9 och på gymnasiet och som inte konfirmerat dig tidigare.  
28/10–1/11 2023 i och kring Uppsala domkyrka.  
Konfirmation 12/11 2023 i Uppsala domkyrka.

#### Vuxenkonfa

För dig som är äldre och ännu inte konfirmerat dig.  
Delta i en samtalsgrupp med möjlighet att bli döpt/konfirmerad.  
Start 12/10 2023, Katedralkaféet.  
En torsdag i månaden kl 18–19.30.  
Konfirmation i Uppsala domkyrka.



# HITTA MATEN MED SPENATEN

Text och foto Lina Svensk

Mat i skog och äng är alltid på tapeten under sensommar och höst när frukt, bär och svampar växt till sig och mognat, men även vår och tidig sommar bjuder på en hel del prunkande godsaker. Hopp har träffat en av Biotopias naturvägledare för att ta reda på hur man får ut det mesta av det skogens skafferi har att bjuda just nu.

**M**ånga känner inte till att man faktiskt kan äta gullvivans blommor, säger Maria Brandt.

Maria plockar ett exemplar av den solgula blomman och adderar till den ätliga bukett hon samlat ihop från marken runt Biotopia, Uppsalas biologiska museum i Vasaparken. Av de blommor och blad hon håller i sin hand hade mitt otränade stadsöga bara kunnat identifiera en, brännässlan, som ätlig.

– Nässlor är ju en enkel växt att börja med om man vill lära sig mer om ätliga växter – ser det ut som en nässla och bränns som en nässla, då är det en nässla, säger Maria.

Hon är en av Biotopias naturvägledare och kunnig inom just ätliga växter. I bukett hon kvickt plockat på sig hittar vi – förutom nässlor och gullviva – löktrav, lindblad och dagglåpa, samtliga ätliga växter som lämpar sig i till exempel sallader eller på mackan.



### Vad kan man plocka?

Över lag är det just blad och blommor som skog och äng bjuder på under sen vår och tidig sommar. Istället bör de betraktas som just ett trevligt inslag, ett sätt att piffa upp rätter smak- och synmässigt.

– När det gäller gröna blad så bör man plocka dem när de är spröda och färska. När de blir äldre så blir de träiga och dessutom svårsmälta.

Hur mycket av växten du kan plocka beror förstås på art. På en maskros kan du till exempel äta allt, inklusive rötterna.

– Vissa bleker aktivt bladen på maskrosen genom att sätta en kruka över dem när de växer, så blir de inte lika beska.

I och med att maskrosen betraktas som ogräs kan du dessutom plocka dem frikostigt. Detsamma gäller till exempel nässlor och kirskaål.

### Hur plockar man?

Desto försiktigare bör du vara när du plockar sådant som finns i begränsad

mängd. Ramslök, en lökväxt, har ökat mycket i popularitet på senare år som smakförhöjare vilket har lett till att många utan erfarenhet och kunskap plockar ohämmat.

Maria förespråkar att man ska betrakta sig själv som gäst i naturen och använda sitt sunda förnuft.

– Hur betar man sig som bra gäst? Tar man hela pralinasken så det inte blir något kvar till de andra gästerna eller plockar man på sig ett par bitar bara?

– Ta gärna med en sax så du inte råkar rycka upp rötterna och länsa inte en hel buske eller dunge utan ta bara så det räcker till dig själv.

Det gäller också att vara observant på var man får plocka. Bara för att en växt inte är fridlyst betyder det inte att du kan skörda den hur som helst. Granskott, som är årstillväxten på granarna, får du till exempel inte plocka utan tillåtelse från markägaren och i vissa naturreservat finns ofta begränsningar.

– Det står tydligt på infotavlån vid naturreservat vad man får göra och inte göra. Du kan också titta på naturkartan där det brukar framgå vad som gäller.

Men även där man får plocka är det inte alltid säkert att man vill eller bör göra det. Marken precis intill en vältrafikerad bilväg är till exempel inte att rekommendera, inte heller precis intill en gång- och cykelväg där det finns skräp och hundbajs.

– Jag brukar säga åt mina barn att inte plocka i "hundbajskanten", utan gå några steg bort från vägen.

### Ta det lugnt

Marias generella tips är att lära sig en växt åt gången, i stället för att aspirera på att bli skogskock direkt.

– När man sedan känner sig helt bekväm med det kan man lära sig ytterligare en.

Men känner du dig det minsta osäker på om en växt går att äta – låt bli den. Det är inte värt risken.

Den som vill lära sig mer kan med fördel följa med en kunnig bekant ut i skogen eller kontakta någon förening som erbjuder kurser och turer.

– Att lära sig mer om ätliga växter är som vilket hantverk som helst – börja lugnt och med växter som är svåra att förväxla med andra och be om hjälp från de som kan. +

### Ätliga växter i säsong – och förslag på användning

**Gökärt, gullviva, violer, malva, blåklint, harsyra, rosenblad, syren och tusensköna:** använd blommorna som topping på sallader och efterrätt. Violer, rosenblad och syren blir också vackra om de kanderas.

**Nässlor, kirskaål, löktrav och ramslök:** kan användas som komponenter i sallader, strimlas och läggas på mackor och i röror, eller som ingrediens i till exempel soppa och pesto.

**Maskrosor:** bladen kan användas i sallad, medan blommorna kan användas till vin och sirap.

**Granskott:** Observera, får endast plockas med skogsägarens tillåtelse!

**Fläderblom:** gott i saft, bakverk och att doppas i pannkakssmet och fritera.



	TILLBUD	LAX-BEBIS HUVUD-STATION	ÅKDON TYSK-LAND	ANVÄNDA LUN-GÖRNA	FJÄLSTER			
	BLIR GODIS MED HALLON			RYSKT BIFALL TA EN TUGGA				
	SAMMAN-BINDA OSJÄLV-ISKHET		LUFT-TRYCK INIFRÅN					
	DÅR TAS DET MÅNGA DÖPP		MITT I NATTEN		DÖPARE SOM FIRAS DEN 24 JUNI			
	SKEDE			TVÅ SES MED KAPTEN BRÄCKLIG	HÖRS FRÅN POSITIV			
	VITVARA		ETT OSKRIVET?	HOPPSAN STÅD I PROV-ENCE				
	STANNAR STUG-SITTAREN	VILL MATERI-ALIST	TAR SIG FRAM I VATTEN	HIMLA-FENOMEN	PÅ NYTT	KAN MAN VANDRA MELLAN DÖMKYRKAN OCH KUNGSHÖGARN		
						STRUNT-PRAT		
						LÄCKER-HET		
			ORONONT YATSY OCH SCHACK		MEDDE-LANDE	OVET-ANDE HAR INGEN		
DANSKA BITAR RÖD PLANET			LÖVTRÄD		SURHETS-GRAD MILNE-FIGUR	BEDRÖ-VAD	ARBETA HÄRT	
BEDRIVS MED VAROR	BARM-HÄRTIG-HET	EN FRUKT				LUTANDE EFTER AVDRAG		
				HAR ÖRON-TOFSAR	SKÅNSK O		PRO-NOMEN RENDERA	
PENNDL	RYGGSLÅ	YTBE-HANDLA			SKYFALL MJUK-GÖRARE		FRÅN ANDRA VÄNNIN-GEN	
			PRED 11:9 FÖLJ DITT HJÄRTAS .....	LÅTER HÖGT	NATRIUM	LOCK-MÄT	SARA KARLS-SON	
KORT-SPEL	UTMAT-TAD HAR INGEN	UNDER-BENEN				KAN GE TAND-PROBLEM	BLYG BLOMMA MED ÅTBARA BLAD	SKA VÄL SLIT-STARK
		BIBLISK FARKOST	VATTEN-DRAGET STRUTS-FÄGEL		SÅNG-HÖRN		HITTAR DU ROMAR-BREVET I	
HALS-DELEN				FYLLA KISTAN	GRUND-LAG		FÖLJA MED PÅ KOPET	
						SES MED ALLT I	STRÖM	
DÖPET ÄR ETT AV TVÅ I SVENSKA KYRKAN	SPRÄNG-STOFF				ELÄN-DIGA		DRA VID NÄSAN	

# KORSORD

Var med och tävla om presentkort som gäller i Svenska kyrkan Uppsalas kaféer; Café Ovan där i Gränbystadens galleria, Kafé Vardagsrummet i Gottsunda kyrka, Katedralkaféet intill Uppsala domkyrka eller Café Genomfarten intill korsningen Drottninggatan/Ingmar Bergmangatan. För att vara med så sänder du ditt svar – meningen som du fått fram i de färgade rutorna – i ett e-brev till [uppsala.hopp@svenskakyrkan.se](mailto:uppsala.hopp@svenskakyrkan.se) eller som vanligt vykort till Hopp, Svenska kyrkan Uppsala, Box 897, 751 08 Uppsala. Viktigt att ditt svar inkommit senast 15 augusti 2023. Lycka till!

Bland inskickade svar för korsordet i Hopp nummer 1 2023 har två vinnare dragits: Sören Westin och Ulla Hellén. Grattis! Rätt svar var: *Livet skiftar fort.*

# AKTUELLT



## Kyrkogårdsvandringar

### Berthåga kyrkogård

13/6, 4/7 och 14/9 med start kl 13.  
Arkeologisk temavandring 13/9 kl 16.  
Samling vid klockstapeln. *Gratis.*

### Gamla kyrkogården

Juli: 6/7, 13/7 och 20/7 kl 14.  
Augusti: 17/8, 24/8 och 31/8 kl 14.  
Samling vid Gamla gravkapellet. *Gratis.*  
Föranmälan till 018-430 35 50.  
[svenskakyrkan.se/uppsalakyrkogardar](http://svenskakyrkan.se/uppsalakyrkogardar)

Gå på konsert, fika på något av sommarkaféerna, fira gudstjänst utomhus eller gå en guidad vandring. Svenska kyrkan Uppsala har något för alla i sommar! Här hittar du sommarens program och tips på olika aktiviteter.

[SVENSKAKYRKAN.SE/UPPSALA/SOMMAR](http://SVENSKAKYRKAN.SE/UPPSALA/SOMMAR)



## Samtal och stöd

[svenskakyrkan.se/uppsala/stod-och-hjalp](http://svenskakyrkan.se/uppsala/stod-och-hjalp)

## Välkommen att besöka kyrkans kaféer i Gränby, Gottsunda och Centrum



**Café Ovan där**, må–fr 10–18, lö–sö 11–15  
Gränbystadens galleria, plan 3



**Kafé Vardagsrummet**, ti, to 14–16.30, on, fr 13–15  
i Gottsunda kyrka



**Katedralkaféet**, må–sö 10–17  
intill Uppsala domkyrka

### GENOMFARTEN

**Café Genomfarten**, för ungdomar 13–19 år, se öppettider på [svenskakyrkan.se/uppsala/genomfarten](http://svenskakyrkan.se/uppsala/genomfarten)  
intill korsningen Drottninggatan/Ingmar Bergsmansgatan



## Kraft att resa sig

Var med i Act Svenska kyrkans sommarkampanj. Tack för din gåva!  
[svenskakyrkan.se/act/sommarkampanj](http://svenskakyrkan.se/act/sommarkampanj)



## Existentiell Litteraturfestival

Lördag 26 augusti får vi i Uppsala vara med om en heldag med samtal och författarmöten med en rad högaktuella författare. Här finns bland annat välkända namn med uppsalaanknytning som Nina Hemmingsson och Håkan Nesser. Söndag 27 augusti avslutas festivalen med en högmässa med litterär prägel i Uppsala domkyrka.  
[existentielllitteraturfestival.se](http://existentielllitteraturfestival.se)

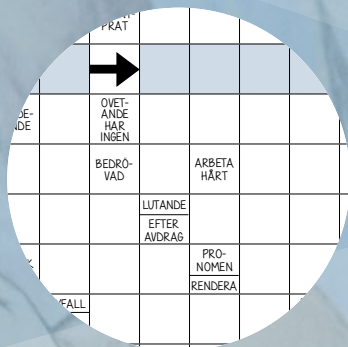
Prenumerera på nyhetsbrevet som kommer en gång i veckan.  
[svenskakyrkan.se/uppsala/nyhetsbrev](http://svenskakyrkan.se/uppsala/nyhetsbrev)

Allra senaste programmet finns på vår webbplats.  
[svenskakyrkan.se/uppsala/program](http://svenskakyrkan.se/uppsala/program)



# SOMMARMAT

SIDAN 20



# VISUELLT SPRÅK

SIDAN 10



# FANNYS UPPSALA

SIDAN 9

# UTMANANDE OCH GIVANDE

SIDAN 12

