



Svenska kyrkan 

VÄRMDÖ FÖRSAMLING

Kyrkfönstret

Nummer 1, januari–mars 2024

Välkommen 2024

"Lär oss hur få våra dagar är, då vinner vårt hjärta vishet" PS 90:12

Det står nu 2024 i vår almanacka och ett nytt år har tagit sin början. Det gångna året, med allt vad det rymdes av glädje och sorg, ligger bakom oss och något nytt kan ta sin början.

Vi människor behöver dela upp tiden för att den inte ska flyta ihop. Även om nyår bara är en mät punkt i tiden är det en bra tidpunkt att stanna upp för reflektion över året som gått och det som ligger framför. Ett sätt att låta hjärtats vishet tala, för att låna psalmistens ord.

Det kan vara med blandade känslor man vänder blad, ett nytt år innebär ofta både nya möjligheter och utmaningar som på en och samma gång kan kännas både spännande och tungt.

Vi lever i en tid då vi uppmanas att ständigt utvecklas och vi lockas att tro att vi är våra prestationer. Det är lätt att bli ivrig på nyårskvällen och att avlägga en massa nyårslöften som några dagar senare känns helt orealistiska och som snabbt förpassas till glömskans dunkla vrå.

Vår tid på jorden är inte obegränsad.

Det gäller att ta väl vara på tiden. Varje

dag är en ny gåva, men den kommer inte tillbaka. Varje dag kan bara levas en enda gång. I stället för mål som stressar kanske vi kan börja det nya året med att se över tre områden i våra liv; vad ger meningsfullhet, när känner vi glädje och hur ser våra drömmar ut?

Att känna meningsfullhet är grundläggande för så väl psykisk som fysisk hälsa. Känslan kan nog beskrivas på många olika sätt eftersom meningsfullhet upplevs olika. Arbetsuppgifter eller en kram från sitt barn kan generera dessa känslor, precis som välgörenhet och engagemang för olika saker. Alla saker som man gör i livet kanske inte känns meningsfulla, men det kan vara bra så här i början av året att identifiera vad meningsfullhet innebär för dig och i vilka sammanhang du upplever detta. Sedan kan du försöka se över hur du får in mer av det i ditt liv.

Glädje är inget vi människor kan gå och känna konstant, men ibland lägger vi på oss krav och aktiviteter som inte tillför någon glädje i våra liv. Det sägs ofta att det är tillsammans med andra vi känner störst glädje. Det nya året kan därför vara en bra tid att reflektera över vad du

fyller ditt liv med och vad du tycker är roligt att göra. För många av oss tycks det vara när vi ger till andra som vi själva också mår bra.

Och så kommer vi till det med våra drömmar. Har du några drömmar och i så fall, hur står det till med dem? Att få fatt på sina drömmar är att komma nära sin djupa längtan. Det är något som är viktigt att återkomma till lite då och då och inte låta det glömmas bort i dagarna som flyter på. Därför är det här en bra tid till att göra en inventering.

En bra fråga så här års kan vara att se över vilka drömmar som har förverkligats och vilka som finns kvar. En del av dessa drömmar kanske ska bli mål inför det nya året och andra kanske ska få fortsätta att vara just drömmar.

I Värmdö församling finns många mötesplatser, gudstjänster och verksamheter där vi tillsammans försöker skapa meningsfullhet, glädje och chans till att få fatt i våra drömmar. Varmt välkommen att tillsammans dela det nya året med oss.

Maria Stenbom
Präst Värmdö församling



Fördjupning i vår

Bokcirkel – Livets vatten



Fastans fyrtio dagar är en fin tid att läsa något fördjupande som en del i förberedelserna inför påsken. Många förknippar fasta med att avstå från något, som mat, men poängen med den kristna fastan är att avstå något för att få mer tid för eftertanke och bön.

Nu arrangerar församlingen en bokcirkel med boken *Livets vatten – en dagbok från de yttersta öarna*. Författaren Maria Küchen tar oss med på en oväntad pilgrimsresa till Yttre Hebrierna, och på en resa inåt oss själva.

I 40 korta dagbokstexter, från askonsdagen till annandag påsk, får vi följa hennes tid på ögruppen utanför Skottlands västkust och uppleva ett fascinerande men kargt landskap – präglad av tiotusentals sjöar, vyer över oändliga hav och spår som historiens heliga lämnat efter sig.

Vid källor och katedraler, och med regnet och vinden som sällskap, reflekterar hon kring det yttre och inre och kring historien och nuet. Hur hittar vi människor det vatten som ger liv? Vart går vi i tider av torka och brist? Och hur kan vi leva så att det levande

vatten vi fått, även släcker andras törst?

Dessa frågor och många fler samtalar vi om under bokcirkelns tre träffar som börjar med Askonsdagen och avslutas i Stilla veckan.

Datum: 14 februari, 6 mars och 27 mars.

Varje träff startar med mässa i Sjölidens kapell kl 18.30-19 och vi avslutar 20.30. Information och anmälan till Maria Stenbom (*Se sid 11*)

Boken kan köpas till självkostnadspris (100 kr) vid första träffen.

LIVS STEGEN

Självhjälpsgrupp



Vad är Livsstegen?

Någon sa att livet är det som händer medan vi är på väg dit vi ska. Men vad händer om vi går vilse? När vi tappar fotfästet, orken, självförtroendet eller hoppet?

Livsstegen är ett självhjälpsprogram i tolv steg för oss som önskar hitta tillbaka i livet eller vill lära oss mer om oss själva. Livsstegen bygger på tolvstegsprogrammens metoder för livsförändring och vi kommer att utgå från Olle Carlssons bok *Livsstegen – 12 steg till inre hälsa*.

Introduktionsmöte 21 februari kl 19.15

i Sjölidens kapell med information om Livsstegen och upplägget för tolv träffar på onsdagar under våren.

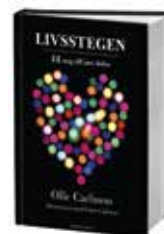
Boken finns till försäljning (Swish eller kontanter) och kan lånas på bibliotek.

Start:

Onsdag 13 mars kl 19.15

För mer information och anmälan: till livsstegsledare

Carl-Erik Roos
carlerik.roos@gmail.com



Bíbelglädjen

Samtalsgrupp på dagtid, onsdagar 14.30–16.00 udda veckor

I en bibelgrupp får du möjligheten att läsa, fundera över och samtala kring en bibeltext tillsammans med andra. Det krävs inte några förkunskaper för att delta i en bibelgrupp. Du kan vara tvivlare eller trosviss, nybörjare eller en van bibelläsare. Alla är välkomna!

Under våren kommer vi att fortsätta läsa Johannesevangeliet, ett av de fyra evangelierna om Jesu liv och lära.

Vi startar onsdag 17 januari kl 14.30 på Sjölidens.

Information och anmälan till Hans Gårdh. (*Se sid 11*)



Musik i Värmdö församling

Mässa med

Vintern av Vivaldi

Bo Karlsson – violin

Maria Stenbom

Lars Hallgren

Söndag 14 januari 11.00

Värmdö kyrka

Tiden har sín gång

Folkmusikalisk mässa
för kör och
instrumentalister

Värmdö Kyrkokör

Anna-Karin Nordgren

Lars Hallgren

Söndag 25 februari 16.00

Värmdö kyrka

Ljuskudstjänst

Värmdö Vokalensemble
sjunger musik av bl a Rutter,
Jenkins och Gjeilo

Anna-Karin Nordgren

Anette Sneibjerg

Lars Hallgren

Kyndelmässodagen

Söndag 4 februari 16.00

Värmdö kyrka

Famíljemässa

Kyrkans barnkörer

Kompmusiker

Maria Stenbom

Sanna Rogberg

Ulrika Rosén

Lotta Danielsson

Petra Sunnervik,

Andrea Vogel

Söndag 17 mars 11.00

Värmdö kyrka

Kärlekens väg

Choristas Veteranicus

Hans Gårdh

Sanna Rogberg

Under mässan vänds, enligt
tradition, de vackra Maria-
bilderna fram i kyrkans
altarskåp från 1400-talet

Mässa på fastlagssöndagen

Söndag 11 februari 11.00

Värmdö kyrka

Famíljegudstjänst

Kyrkans barnkörer och Djurö barnkör

Kompmusiker

Maria Stenbom

Eva Brink, Sanna Rogberg

Lotta Danielsson, Ulrika Rosén

Petra Sunnervik, Andrea Vogel

Söndag 18 februari 11.00

Värmdö kyrka

Stabat Mater

Av Steve Dobrogosz

Jesu moders lidande uttryckt i svindlande
vacker musik i gränslandet mellan jazz och
klassisk musik.

Värmdö Vokalensemble

Stråkensemble, piano

Hans Gårdh

Anette Sneibjerg

Lars Hallgren

Musikgudstjänst i Värmdö kyrka

Söndag 24 mars 16.00

Körglädje – något för alla

Barnsång – Öppet hus 0–5 år

Fredagar 09.30–10.00

Ingen anmälan. (Start vecka 3)

Info: Lotta Danielsson, 08-574 009 53
lotta.danielsson@svenskakyrkan.se

Musiklekis

Diskanten 4–6 år

Tisdagar 16.30–17.00 (Väntelista)

Info och anmälan:

Lotta Danielsson, 08-574 009 53
lotta.danielsson@svenskakyrkan.se

Lilla Cappella årskurs 1–3

Tisdagar 15.45–16.15

Info och anmälan:

Sanna Rogberg, 08-574 009 48
sanna.rogberg@svenskakyrkan.se

Mellan Cappella årskurs 4–6

Onsdagar 16.25–16.55

Info och anmälan:

Ulrika Rosén, 08-574 009 47

Ungdomskör årskurs 7+

Onsdagar 17.00–18.00

Info och anmälan:

Ulrika Rosén, 08-574 009 47

Värmdö Kyrkokör

Torsdagar 19.00–21.30

En blandad kör som sjunger varierad repertoar, pop och klassiskt, folkmusik och jazz, a cappella eller med orkester.

Info och anmälan:

Lars Hallgren, 08-574 009 49

Värmdö Vokalensemble

Tisdagar 19.00–21.30

En blandad kör med hög ambitionsnivå. Sångglädje, personlig röstutveckling, omsorg om körklang, intonation och uttryck genomsyrar vårt arbete.

Info och anmälan:

Lars Hallgren, 08-574 009 49

Choristas Veteranicus

Måndagar 14.00–16.15

En blandad veterankör där sångglädje står i fokus. Deltagarna har sångteknik och stämsångserfarenhet från att ha sjungit i kör tidigare. Info och anmälan:

Sanna Rogberg, 08-574 009 48

sanna.rogberg@svenskakyrkan.se

Lördagskören

En kör öppen för alla, även för dig som inte sjungit i kör tidigare. Vi sjunger blandad musik och övar två lördagar i månaden kl 9–10.30 i Värmdö kyrka.

Info och anmälan: Helena Kasesjö
helena.kasesjo@svenskakyrkan.se



Alla våra körer, utom Lördagskören, övar på Sjöliden,
Värmdö församlingsgård, Haghultavägen 25

Popup–körsång

Vill du vara med och sjunga rytmisk musik som gospel och poplåtar?

Välkommen till en helg-workshop där vi skapar musik tillsammans på ett lättsamt sätt för både nybörjare och körvana.

26–28 januari på Sjöliden

Du behöver inte ha några förkunskaper, huvudsaken är att du har lusten att sjunga tillsammans med andra. Förutom att öva stämsång kommer vi under helgen att jobba med rytm, uppvärmningsövningar för rösten och musikaliskt samspel och uttryck.

Fredag: 18.30 – 21.00

Lördag: 14.00 – 18.00

Söndag: 9.30 – ca 12.00

Vi inleder helgen på fredag kväll och från kl 18 finns det kaffe/te och en matigare smörgås innan vi börjar sjunga vid 18.30.

Vi avslutar helgen med gudstjänst i Värmdö kyrka kl 11, där vi sjunger några sånger.

Begränsat antal platser

Info och anmälan (senast 22 januari)

Sanna Rogberg, 08-574 009 48

sanna.rogberg@svenskakyrkan.se



Sjölidenlunch

Vårens program



24 januari

Kultur som skapar hopp

Inger Jonson har arbetat på den lutherska skolan i Beit Sahour i Jordanien och på lutherska kyrkans kulturcenter i Betlehem, ICB med utställningar och kyrkotextilier. Hon har också varit bildlärare vid högskolan Dar Al Kalima College.

7 februari

Jazzens pärlor från olika epoker

Olle Steinholz bas, Lars Örback piano, Tomas Brockland gitarr och Jan Kullhammar trummor bjuder på ett jazzprogram.



21 februari

"Att friska upp lifsanadarnas vid brunnsdrickningen"

En klassisk brunnsoktett med varierande repertoar och med sådana instrument som spelades på vid landets kurorter för över hundra år sedan. Medverkande: Oktetten Ehnsteds Eftr.



6 mars

The Beatles

Jazzkvartetten Golden Slumbers skapar i mötet med varandra nya, unika och personliga arrangemang av the Beatles låtskatt.

Gruppen består av Sara Fischer, sång, Mats Larsson, gitarr, Mats Dimming, kontrabas och Dan West, trummor.



20 mars

"Sånger till helgonen i Värmdö medeltidskyrka - Erik, Olof och Birgitta"

Med sång och berättelser talar Värmdö församlings Vägkyrkoguide Anna-Maria Nilsson om helgonens betydelse på medeltiden och lite om hur hon har kunnat hitta deras melodier.



Varannan onsdag klockan 12 serveras husmors goda soppa och ett intressant föredrag eller en musikstund.

Ingen anmälan.
Pris 40 kr.

Varmt välkomna till
Sjöliden, Haghultavägen 25

3 april

Nu öppnar våren sin gröna dörr

Katarina Svedberg (sång) och Christer Malmgren (gitarr) bjuder på ett program som i text och ton speglar vårens, sommarens och livets olika nyanser.



17 april

Evelina och Kristin på hemmaplan

Kristin Stenerhag, pianist och sångerska känd från bla Peter Carlsson och Blå grodorna bjuder på ett musikprogram tillsammans med Evelina Olsén, sångerska som körat flera år i Melodifestivalen. Hennes succésingel Kärleken är vi blev officiell låt för Stockholm Pride med texten skriven av Camilla Läckberg. Här kommer de tolka sina musikaliska favoriter, både egna och andras, pop, blues, visa och soul. Det kommer bli personligt, musikaliskt och svängigt.



Foto: Trons

"Vinn med svinn"

Sedan i höstas driver Gustavsberg-Ingarö församling butiken Skafferiet, med stöd av bland annat Värmdö församling. Det är en verksamhet som riktar sig till personer med låga inkomster. Genom ett medlemskap i Skafferiet får du möjlighet att införskaffa närbutikens matsvinn till ett betydligt lägre pris. Ett medlemskap är kostnadsfritt och beviljas för ett år.

Handla i Skafferiet

När ditt medlemskap är beviljat är du välkommen att handla i Skafferiet som ligger på Värmdögatan 3 i Gustavsberg. Medan du väntar på din tur att handla kan du slå dig ner i Marta & Marias fik där det finns fika att köpa för en låg kostnad.

När du ska handla i Skafferiet behöver du ta med dig medlemskort. Du kan betala med swish, kontokort och kontanter.

Räddar varor från att bli svinn

Frukt och grönsaker, bröd, flingor, mjölk, frysvaror med mera. Hos Skafferiet kan medlemmar köpa varor till ett betydligt lägre pris. Skafferiets utbud består av varor som doneras från dagligvarubranschen och sortimentet varierar utifrån det matsvinn som kommer från olika samarbetspartners. Varorna behöver inte alltid ha kort datum, det kan också vara feltryck på förpackningen, byte av förpackning eller att ytterförpackningen är skadad. Alla butiker har ett svinn och här får de möjligheten att göra något bra av maten som annars skulle ha slängts. Skafferiet är möjligt tack vare samarbetspartners.

Så här blir du medlem

Medlemskap ges till dig som har fyllt 18 år och har en inkomst lägre än 12 200 kr/månad efter skatt. Detta styrks genom uppvisande av något av följande:

- Beslut eller utbetalningsavi, exempelvis från försäkringskassan/socialtjänsten/migrationsverket.
- Löneaviser samt kontoutdrag från de tre senaste månaderna, om du arbetar.
- Den senaste utbetalningsavin eller förra årets deklaration, om du har pension.

Skafferiets öppettider

Måndagar kl 13.00-16.00

Onsdagar kl 15.30-20.00

Kontakt

Vid frågor, kontakta Anette Snejbjerg, diakon i Värmdö församling 08-574 009 54 anette.snejbjerg@svenskakyrkan.se eller ring Gustavsberg-Ingarö församling på 08-570 380 58



Barn- och ungdomsverksamheten startar vecka 3

Barn & U



Öppen förskola Öppen verksamhet

BARN 0-5 ÅR är välkomna med sina föräldrar.
Måndagar 9-11.30
Tisdagar 13-15

Barnsång och Utelek

Öppen verksamhet

BARN 0-5 ÅR. På fredagar 9.30-10 har vi barnsång i Sjölidens kapell. Kl 10-12 är barn och föräldrar välkomna att fika, grilla och leka i parken.

Familjegrupp

BARN 0-5 ÅR kommer tillsammans med sina föräldrar en gång i veckan. Här leker vi, pysslar, sjunger och har skoj. Onsdag eller torsdag kl 9-11. Fasta grupper med anmälan.
Anmälan: Lotta/Petra

Kyrkfritis

BARN I ÅK F-5.

En gång i veckan kl 13-16.30 onsdag eller torsdag. Vi pysslar, träffar nya kompisar, spelar spel och mycket mer. **OBS!** Väntelista.
Anmälan: Lotta/Petra

Kreativa klubben

ÅK 6-9

Måndagar kl 14-17.30. Vi träffas efter skolan för att prata, vara kreativa och ha skoj tillsammans.
Anmälan: Lotta/Petra

Lotta Danielsson

08-574 009 53
lotta.danielsson@svenskakyrkan.se

Petra Sunnervik

08-574 009 58
petra.sunnervik@svenskakyrkan.se

							BODDE JESUS I SOM LITEN	GE SIG IVÄG ÄR OBE- SLUTSAM	
					RÖR SIG I LUFTEN		FARMOR TILL HENOK		
					GÖRA LJUS		VRÅLA		
									NAVELN ÄR ETT
					KONTUR- LÖS		BLIR DUMBOM MED SKÄLLE		
ETT LITET AV DAVIDS HUS		GAMMAL GEMEN- SKAP	OMSÄTTA I ORD	SOLO- SÅNG	HYDRO- GEN				MIKAEL
STÅR FÖR KALASET							MOTSATS TILL FJÄRRAN		
					SOM SIFFRAN MEN KORT			SES MED GULD OCH MYRRA	GREKISK STADSBO
PÅHITT LÄGGER NASAN I BLÖT		BLIR BLONT BARN MED TOTT			FRÅN DEN SOM VILL VETA				
					VASSTRÅ ANVÄNDA LUN- GÖRNA			SPIEL- BERG- VARELSE	
SKÅRS DET I BISTRA TIDER	VINNAR- SKÄLLE VILL BLI NUMMER	LÄGGA I DAGEN		SES MED HÅR OCH TUMLARE	SPORT- KLUBB JESUS MÖRMOR			SMAJLA HÅLLER DEN SOM TIGER	
			TRAMPAS AV TVÅ						PUBLIK- RÖRELSE
BLID- VADER			HJÄRT- LÖS				TOMTE- ATTRIBUT		
							BÄRRIS		
MATT 2:2 VI HAR SETT HANS GÅ UPP		BÄR- HJÄLP						RENDERA	

Facit till korsordet hittar du på sidan 6

Aktuellt

Personalnytt

Under 2024 kommer Ulrika Rosén att vikariera på 20 % som kyrkomusiker. Hon kommer framför allt att jobba med Mellan Cappella, Ungdomskören samt spela på Sjölidensmässan. Ulrika har under flera år tjänstgjort på Sjölidensmässan och även vikarierat vid andra gudstjänster.



Ulrika Rosén

– Jag kommer från Mellbystrand på västkusten, men är sedan många år Värmdöbo.

Jag är pianist, körledare, pianopedagog och tycker även mycket om att spela orgel då jag också är kantor. Jag jobbar som pianopedagog och körledare på Musikgymnasiet Rytmus. Jag skriver gärna egen musik, pianomusik, sånger och arrangerar gärna för körer, då vokalmusik ligger mig varmt om hjärtat. Jag ser oerhört mycket fram emot att få spela ännu mer nu i Värmdö församling.

ngdom

Ungdomskvällar – Svenska kyrkans unga

Årkurs 9 och äldre

Onsdagskvällar 18.00-21.00 på Sjölidens Svenska kyrkans unga Värmdö är en förening som drivs av ungdomarna. Kvällarna har olika teman där vi har tävlingar, skapar och samtal.

En fredag i månaden 19.00-23.00.

Fredagskvällarna är en förlängd ungdomskväll där vi äter middag tillsammans och gör olika aktiviteter som kan ta lite längre tid eller så åker vi iväg och kör padel, laserdome eller något annat skoj.

Ungdomskör

Onsdagar 17.00-18.00

En liten kör som träffas varje onsdag och sjunger låtar i olika genrer, allt från klassisk körmusik till aktuella poplåtar.

Daniel Handberg
08-574 009 57
daniel.handberg@svenskakyrkan.se
Patrik Nilsson
08-574 009 56
patrik.m.nilsson@svenskakyrkan.se

Kallelse till årsmöte
för Svenska kyrkans
unga – Värmdö

Välkommen
till Sjölidens
14 februari
Kl 19.00





Kalender

När inget annat anges avses Värmdö kyrka

Nästa Kyrkfönster utkommer
i början av april.

Januari

Söndag 14 januari 11.00

Mässa med Vintern av Vivaldi

Se sid 4

Onsdag 17 januari 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 21 januari 11.00

Mässa

Anna-Karin Nordgren, Lars Hallgren

Sång – Robin Norrgård

Onsdag 24 januari 12.00

Sjölidenlunch Se sid 7

Onsdag 24 januari 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 28 januari 11.00

Gudstjänst

Popup-kör

Hans Gårdh, Sanna Rogberg

Slagverk – Andreas Habo Johansson

Elbas – Johan Granström

Onsdag 31 januari 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Februari

Söndag 4 februari 16.00

Ljugudstjänst Se sid 4

Tisdag 6 februari 8.30

Morgonmässa i Sjölidens kapell

Onsdag 7 februari 12.00

Sjölidenlunch Se sid 7

Onsdag 7 februari 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 11 februari 11.00

Mässa på fastlagssöndagen

Se sid 4

Måndag 12 februari 19.00

Författarkväll på Sjöliden

Se sista sidan

Onsdag 14 februari 18.30

Askonsdagsmässa i kapellet

Söndag 18 februari 11.00

Familjegudstjänst Se sid 4

Onsdag 21 februari 12.00

Sjölidenlunch Se sid 7

Onsdag 21 februari 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 25 februari 16.00

Musikgudstjänst Se sid 4

Mars

Söndag 3 mars 11.00

Mässa

Hans Gårdh

Måndag 4 mars 18.30

Filmkväll på Sjöliden

Se sista sidan

Tisdag 5 mars 8.30

Morgonmässa i Sjölidens kapell

Onsdag 6 mars 12.00

Sjölidenlunch Se sid 7

Onsdag 6 mars 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 10 mars 11.00

Konfirmationsmässa

Anna-Karin Nordgren, Lars Hallgren

Patrik Nilsson, Daniel Handberg

Onsdag 13 mars 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Lördag 16 mars 9-16

Retreat Se sid 6

Söndag 17 mars 11.00

Familjemässa Se sid 4

Onsdag 20 mars 18.30

Sjölidenmässa i kapellet

Söndag 24 mars 16.00

Musikgudstjänst Se sid 4



Pratpromenader

Varannan tisdag jämna veckor kl 11, med start 10 januari, går vi en lugnare promenad där vi tar oss tid att prata. Vi anpassar längden på promenaden efter de som går med. Vi samlas på Seniorcenter Diamanten, Kullsvedsvägen 2. (Inställt vid regn). Mer info:

Anette Snebjerg, 08-574 009 54.

Matglädjen

Gemensam matlagning

Vi lagar och äter maten tillsammans i Sockenstugan, alla kan göra något. Till självkostnadspris.

Ons 14 februari kl 13 i Sockenstugan

– sista anmälningssdag: 7 februari.

Ons 24 april kl 13 i Sockenstugan

– sista anmälningssdag: 19 april.

Anmälan till exp, 08-574 009 40.



Öppen gemenskap på Sjöliden



Torsdagar 9.30– ca 13

Välkommen till öppet hus på en kopp kaffe eller enkel lunch.

Vi umgås och samtalat om stort och smått samtidigt som vi kanske arbetar med något projekt.

Vi håller till i Lyckebohuset vid parkeringen på Sjöliden.

Info: Anette Snebjerg, 08-574 009 54

Vill du prata med någon?

Är det något du går och bär på och vill prata om? Vi finns här för samtal om livsfrågor och det som är svårt och kanske i vägen för dig i din vardag och i ditt liv. Vi har tystnadsplikt.

Ring vår diakon eller någon av prästerna. Våra kontaktuppgifter finns på nästa sida i tidningen.



Här når du oss

Pastorsexpedition, Församlingsgården Sjöliden

Haghultavägen 25, 139 34 Värmdö

Tel: 08-574 009 40

varmdo.forsamling@svenskakyrkan.se

Besöks- och telefontid

Mån, ons och tors: 09.00-12.00, 13.30-15.00

Tisdag: 13.00-15.00

Pg 486 61 26-8

Bg 5552-8954

Swish 123 511 11 90

Präster

Hans Gårdh, kyrkoherde 08-574 009 43
hans.gardh@svenskakyrkan.se

Anna-Karin Nordgren 08-574 009 66
annakarin.nordgren@svenskakyrkan.se

Maria Stenbom 08-574 009 55
maria.stenbom@svenskakyrkan.se

Diakon

Anette Snejbjerg 08-574 009 54
anette.snejbjerg@svenskakyrkan.se

Kyrkomusiker/körledare

Lars Hallgren 08-574 009 49
lars.hallgren@svenskakyrkan.se

Sanna Rogberg 08-574 009 48
sanna.rogberg@svenskakyrkan.se

Ulrika Rosén 08-574 009 47

Kansli- och fastighetschef

Olivier Guillard 08-574 009 45
olivier.guillard@svenskakyrkan.se

Ekonomiassistent

Mia Rosander 08-574 009 44
mia.rosander@svenskakyrkan.se

Kyrkoskrivare

Annika Ludvigsson 08-574 009 46
annika.ludvigsson@svenskakyrkan.se

Kommunikatör

Malin Öh 08-574 009 60
malin.oh@svenskakyrkan.se

Församlingspedagoger

Daniel Handberg 08-574 009 57
daniel.handberg@svenskakyrkan.se

Patrik Nilsson 08-574 009 56
patrik.m.nilsson@svenskakyrkan.se

Lotta Danielsson 08-574 009 53
lotta.danielsson@svenskakyrkan.se

Petra Sunnervik 08-574 009 58
petra.sunnervik@svenskakyrkan.se

Ungdomsassistent

Andrea Vogel 08-574 009 59
andrea.vogel@svenskakyrkan.se



Gilla oss på
Facebook

facebook.com/varmdoforsamling

**Alla våra 08-nummer fungerar
även som mobilnummer, men
tyvärr inte för sms.**

svenskakyrkan.se/varmdo

Fastighetsskötare

Frida Ydregård 08-574 009 50
frida.ydregard@svenskakyrkan.se

Husmor

Siv Törnroos 08-574 009 52
siv.tornroos@svenskakyrkan.se

Trädgårdarbetare/lokalvårdare

Wiwi Panz Hultin 08-574 009 51
wiwianne.panz.hultin@svenskakyrkan.se

Kyrkogårdsförvaltning

Värmdövägen 55-57

139 50 Värmdö

Tel: 08-574 009 70

varmdo.kyrkogard@svenskakyrkan.se

Kyrkogårdschef

Sofia Rehn 08-574 009 75
sofia.rehn@svenskakyrkan.se

Kyrkogårdsarbetare/Kyrkvaktmästare

Emma Ydregård 08-574 009 72
emma.ydregard@svenskakyrkan.se

Kyrkogårdsarbetare/Kyrkvaktmästare

Jessica Westberg 08-574 009 74
jessica.westberg@svenskakyrkan.se

Kyrkorådets ordförande

Christoffer Nathansson
varmdo.forsamling@svenskakyrkan.se

Kyrkofullmäktiges ordförande

Jenny Danielsson
varmdo.forsamling@svenskakyrkan.se

Jourhavande präst och medmänniska

22.00-06.00: 112

21.00-06.00: 08-702 16 80



När du ska besöka oss

Värmdö kyrka
och Sockenstugan
Värmdövägen 55-57



Buss från Slussen: 437-439 till hpl Värmdö kyrka eller vid vissa tider 474 med byte till 437-439 vid hpl Kolvik. www.sl.se eller 08-600 10 00

Med bil: väg 222 mot Värmdö. Från Ålstäket väg 274 förbi Hemmesta, följ skyltarna. Kyrkan och Sockenstugan ligger på vänster sida 5 km från Hemmesta vägskil.

Sjöliden

Haghultavägen 23-25



Buss 435-440 och 474 från Slussen, hållplats Grantomta. Se på kartan hur du ska gå/åka för att komma till Sjöliden där vi har vår församlingsgård, pastorsexpedition och kapell.



Kyrkfönstret

Kyrkfönstret utges av Värmdö församling, Svenska kyrkan. Tidningen utkommer med fem nummer per år och går även att få som taltidning.

Ansvarig utgivare: Hans Gårdh

Redaktör/Layout: Malin Öh

Tryck: BrandFactory AB

Upplaga: 6 500 ex.

Omslagsbild: ArtTower/Pixabay

Vår verksamhet bedrivs
i samarbete med

sensus



Foto: Henrietta Asplund

Författarkväll på Sjöliden

Vad alla föräldrar borde göra – och varför det är så svårt

Kajsa Lönn Rhodin
och Maria Lalouni



Föräldraskap väcker många frågor. Hur ger jag mitt barn en bra självkänsla? Vad är egentligen lagom mycket skärmtid? Hur sätter jag gränser som fungerar? Och även om vi vet ungefär vad vi borde göra – så leder inte alltid kunskap till handling. Varför är det så svårt? Under föreläsningen hjälper psykologerna Maria Lalouni och Kajsa Lönn Rhodin till att sälla i det enorma infor-

mationsflödet med hjälp av "Den psykologiska tallriksmodellen". De ger även verktyg för att överlista vår urtidshjärna och minska risken för att hamna i de vanligaste föräldrafällorna. Föreläsarna har många års erfarenhet av arbete med föräldrar och barn och har bland annat utvecklat föräldraträffarna Alla Barn i Centrum (ABC).

Måndag 12 februari
19.00

Sjölidens kapell, Haghultavägen 25

Maria Lalouni, leg psykolog, medicine doktor och forskare vid Karolinska Institutet.

Kajsa Lönn Rhodin, leg psykolog, leg psykoterapeut och utvecklingsledare vid Länsstyrelsen i Stockholms län

Filmkväll på Sjöliden

Måndag 4 mars 18.30

Sjölidens kapell, Haghultavägen 25



Där kräftorna sjunger är baserad på romanen med samma namn författad av Delia Owens. Kya Clark är en övergiven flicka som lever ensam och övergiven i träskmarkerna i North Carolina under 1950-talet. I hennes kamp för att överleva ensam i träsket utvecklar hon en djup förståelse för naturen och blir en expert på fauna och flora i området. Samtidigt får hon lära sig att navigera i den människovärld som finns utanför träsket. På väg in i vuxenlivet dras hon till två unga män från stan och upptäcker en ny och spännande värld. Men när en av männen

Från 18.00

Kaffe, fika och popcorn

18.30 Filmvisning. (2h 5 min)

Efterföljande mingel och filmsnack. *Ingen anmälan.*

hittas död blir hon genast utpekad som huvudmisstänkt. Ju mer man får reda på om fallet, desto oklarare blir det vad som egentligen hände – och de många hemligheter som gömts i träsket hotas att avslöjas.

Där kräftorna sjunger är en berättelse om överlevnad, ensamhet, kärlek, förlåtelse och en gripande hyllning till naturen och dess inverkan på en människas själ.