



REMAKE:
ny kropp,
ny själ,
nytt liv?

Se jag gör allting nytt

Så skriver profeten Jesaja om hur Gud lovar människor nya himlar och en ny jord där rättfärdighet skall bo. Den texten handlar om att en gång, när vi passerat livets yttersta gräns, ska allt göras nytt igen.

Men redan här och nu vill vi gärna själva skapa nytt, göra om oss både till det yttre och det inre. Aldrig har vi som idag haft sådan möjlighet att hålla kvar vår ungdom och förändra vår kropp. Och aldrig har vår längtan varit större.

Behovet av att göra om sig märks överallt i media från inrednings- och bantningsprogram till magasin och bloggar. Nästan alla handlar om förändring och förbättring.

Men hur och vad påverkar oss i dessa processer?
Hur blir vår självbild? Duger vi inte som vi är?

I detta nummer av Livet kan du läsa om olika aspekter av "Remake", att göra om sig:

Vad ungdomar på Danderyds gymnasium tycker är viktigast hos en partner, i utseende och tanke.

Om professorn på Handelshögskolan som tycker det är bra att vi aldrig blir nöjda.

Och vad kyrkan tycker om kroppen idag.



Staffan Hellgren
Kyrkoherde/kontraktsprost

PS. Missa inte vårt sommarprogram och inbjudan till konfirmation längst bak i tidningen!

LIVET I DANDERYD NR 2 2010

Redaktion

Staffan Hellgren, kyrkoherde
staffan.hellgren@svenskakyrkan.se

Christina Högberg, informatör
christina.hogberg@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare

Staffan Hellgren, kyrkoherde
staffan.hellgren@svenskakyrkan.se

Design&produktion

Lind Lewin kommunikation
anna@lindlewin.se

Skribenter

Mia Sjöström, Petter Karlsson

Mönster

Lotta Kühlnhorn

Fotografer

Elliot Elliot, Håkan Elofsson

Tryckeri

Stockholms Läns Grafiska AB, Danderyd

www.svenskakyrkan.se/danderyd

Svenska kyrkan 
DANDERYDS FÖRSAMLING

Öppettider

Växeln har öppet

måndag–fredag
9.00–12.00.
Tel 08-568 957 00.

Bokningen har öppet

måndag, tisdag, torsdag 9.00–12.00.
Tel 08-568 957 10.
asa.mellqvist@svenskakyrkan.se

Husmors bokning av församlingsgårdar
har öppet måndag-torsdag 10.00–12.00.
Tel 08-568 957 35.



Kyrkans förskola i Stocksund, Djursholm, och Enebyberg

Nyfiken på Kyrkans förskola?
Välkomna att höra av er till:
Ebba Zeno, förskolechef
070-333 22 28
ebba.zeno@svenskakyrkan.se

Sommaröppet i Danderyds kyrka

Måndag-onsdag
10.00-13.00

Välkommen att gå en meditativ
och historisk rundvandring.
Tänd ett ljus eller köp en bok.

Måndagen den 24 maj 11.00 blir
det en guidad visning av kyrkan.

Kurs i kristen tro

Fem gånger och fem teman:
*Gud, Bibeln, Jesu liv, Hur kan
man tro på en Gud när världen
ser ut som den gör?, samt Bön.*
Tisdagar udda veckor
19.00 – 20.30 i Danderyds kyrka
med Monika Regnfors Sjören.
Anmälan på 08-568 957 22.
Kursen börjar den 14 september.

Resa till Israel

Platser kvar! Res med
Danderyds församling till Israel.
Besök ibland annat Nasaret,
Genesarets sjö, Jordanfloden,
Jeriko, Jerusalem, Betlehem och
Döda havet. Preliminärt datum
18 – 27 oktober 2010 (reservation
för ändringar på 3-4 dagar).
För mer information, kontakta
färdguiderna Rut Niska Säfström
08-568 957 36 eller
Monika Regnfors Sjören.

Livscoaching

*Vad är viktigt i livet?
Hur hittar du din balans?
Hur ser ett meningsfullt liv ut
för dig?* Vi kommer att arbeta
med frågeställningar, mål
och strategier kring harmoni
och utmaningar i livet.
Onsdagarna 15/9, 29/9
och 13/10 12.00-13.00
i Andrum, Mörby centrum
(plan 5, uppg. Vårdcentralen)
Fika till självkostnadspris.

Anmälan/information:
Johanna Keck, 08-568 957 20,
johanna.keck@svenskakyrkan.
se eller Monika Regnfors Sjören,
08-568 957 22, monika.regnfors.
sjoren@svenskakyrkan.se.



Hallå där:

**Fredrik Gyllenhög, diakon
som brukar sitta på kyrk-
bänken i Mörby centrum.**

Är det många som stannar till och pratar?

Det brukar vara två intensiva
timmar på onsdagarna och
ibland är det fullt på bänken.
Att sitta mitt i Mörby centrum
resulterar alltid i många
spontana möten.

Vad kan man prata om?

Man kan prata om allt som rör
livet. Om vardagslunk, glädje
och sorg, tro och otro, väder,
gemenskap och ensamhet.
Om någon önskar ett längre
samtal och i en lugnare miljö
kan man boka ett möte vid
annat tillfälle.

Har alla tystnadsplikt?

Präster och diakoner har
tystnadsplikt av olika grad.
Alla som är anställda inom
Svenska kyrkan omfattas av
församlingssekretessen
och får inte röja uppgifter
eller information om en
person man fått kännedom
om genom sitt arbete.

**Kyrkbänken utanför
Apoteket i Mörby centrum**
är bemannad av diakon, präst
eller annan personal från
Danderyds församling varje
onsdag 15.00-17.00, året runt.



Åh Gud
gör om mig!

"Aldrig tidigare har vi varit så utseende-fixerade som nu. Anledningen är att vi lever i en individfokuserad tid."



IDAG HANDLAR allt om individen, menar Thomas Johansson, professor i pedagogik vid Göteborgs universitet.

– Det finns så många yrkesgrupper som sysslar med individen, med det yttre eller det inre, som hjälper människor att förverkliga sina drömmar. Terapeuter, tränare, coacher och dietister. Det finns ett tryck på oss att ta hand om allt fler aspekter av oss själva, säger Thomas Johansson som även är psykolog och psykoterapeut.

Effekten blir att människor blir allt mer självmedvetna. Vi ser oss inte längre som en del av en enhet som arbetar tillsammans som en familj eller ett samhälle utan i första hand som individer.

Och som individer ska vi vara framgångsrika och snygga. I sin bok *Makeovermani – om Dr Phil, plastikkirurgi och illusionen om det perfekta jaget* (Natur och Kultur 2006) skriver Thomas Johansson om 1990-talets gym- och fitnesskultur med hårda kroppar utan fett. Under 2000-talets första år kom sedan plastikkirurgin som kunde förändra det man inte lyckats påverka genom träning och diet.

– Plastikkirurgin är på väg att bli normaliserad här i Sverige och det har gått fort, säger han.

Varför?

– Vi har en liberal kultur som hävdar individens rätt att bestämma över sig själv. Man får göra vad man vill med sitt liv och sin kropp om man inte skadar någon annan.

Att kritiker anser att det är onaturligt håller inte som motargument, tycker han.

– Det är svårt att säga vad som är naturligt. Det växlar över tid och egentligen är det naturliga för människan att över-skrida och trotsa naturen. Vi får barn utan att göra dem ihop och vi botar sjukdomar. Men ju mer vi kan göra med våra kroppar, desto högre blir kraven på hur vi ska se ut. Det är perfektion som råder inom kroppskulturen och i framtiden kanske vi tycker att de som inte tränar och opererar sig ser sjuka och ofräscha ut.

Kan det finnas något positivt i att förändra sig själv?

– Ja, om man inte går för långt. Det gäller att hitta en trygghet i att man inte behöver träna fem gånger i veckan eller läsa tjugo böcker om hur man blir en bra förälder. Har man en balans mellan självhjälpskulturen och en vardagskultur med sociala band till människor kan man stå emot trycket och inte fästa så stor vikt vid det yttre.

Men hans kritik mot självhjälpskulturen gäller även människans inre. Trots att Thomas Johansson själv varit terapeut tycker han att man ska vara lite försiktig med terapi.

– Så fort människor av idag har ett

problem ska de gå i terapi, så att en expert kan lösa problemet åt dem. Men experten, och terapin, är också individfokuserad och tittar bara på dig istället för att se till ett större sammanhang av sociala relationer. I terapins självcentrering tas ingen hänsyn till de samhällsstrukturer som påverkar oss, som brist på jämställdhet i samhället till exempel. Allt blir ditt eget fel. Men visst är det väl bra att man går i terapi om man behöver det och det fungerar för en.

Vår individfokusering beror även på att barriären mellan det privata och det offentliga är borta och allt mer av det privata visas upp på nätet, menar Thomas Johansson. Varje dag lägger exempelvis unga tjejer ut bilder på sig själva och bloggar om vilka kläder de har på sig, och ibland också om vilka plastikingrepp som de har gjort.

– Jag tycker att det är en ytlig kultur. Och även om de som bloggar är unga och fria att säga vad de vill tycker jag ändå att de har ett ansvar för vad de skriver. Deras värderingar når ut och påverkar andra. Undersökningar visar att många unga, särskilt flickor, har dåligt självförtroende när det gäller kroppen.

Och de som inte följer de rådande kroppsidealen blir hårt dömda i andras ögon, menar Thomas Johansson.

– Någon som är tjock kan betraktas som slapp och likgiltig – en omoralisk människa som inte tar hand om sig själv.

Det inre är viktigast. Det är Annie, Amanda och Fredrik, som går sista året på Danderyds Gymnasium, överens om. Men det yttre är minst lika viktigt eftersom det är utsidan som ger insidan en chans.

KORRIDORERNA PÅ Danderyds gymnasium fylls av elever i övre tonåren. Det är rast. Plösligt kommer en grupp killar i kostym som med sin klädstil sticker av mot de övriga eleverna. Det är skolans hockeylag som har gjort en grej av att vara uppklädda varje matchdag förklarar Amanda Krämbring, 18, Fredrik Wevle, 18, och Annie Kjellberg, 19, när vi sitter ner för att prata om kropp och utseende.

Vad är fult på en kropp?

– Jag gillar inte killben, säger Fredrik
– Men Gud, de är ju fina, däremot är fötter skitäckliga, säger Amanda.
– Nä, killben är håriga och äckliga. Jag gillar rakade och lena tjejen, säger Fredrik.
– Jag gillar inte killben som är smala, säger Annie.

På sina egna kroppar skulle några kilo färre, en mindre mage eller en lite lägre panna sitta fint om de, som genom ett trollslag, kunde ändra på något. Just vikten spelar stor roll för utseende och attraktion tycker de.

– Kroppsvolymen speglar hur man lever, säger Amanda.

– Jag tycker att mörkt hår och blå ögon – ta inte åt dig Fredrik – är snyggt på en kille. Men jag skulle inte titta på samma sätt om en mörkhårig blåögd kille vägde 150 kilo. Jag tittar på dem som är i min storlek, även om det måste vara någon som är starkare än jag är, säger Annie som själv tränar friidrott, dansar, simmar, går på gym, spelar basket och springer fem-sex gånger i veckan.

– Det är inte snyggt med anorektiska tjejer, men inte heller att hela ens hand sugas in i en stor mage, säger Fredrik som

tycker att det är viktigt att man tänker på hur man klär när man är tjock.

– Man ska klä sig till sin fördel, säger Annie. Är man en plus-size ska man inte klä sig i det tajtaste. Då gör man sig själv en otjänst. Om man vill passa in i ett samhälle – det låter hemskt, men så är det ju – måste man anpassa sig om man ska bli accepterad, säger Annie.

För det är så, menar alla tre, att man först tittar på utsidan. Och särskilt viktigt är utseendet hos en partner.

– Hos vännerna är det viktigast hur de beter sig, inte hur de ser ut. Jag skulle aldrig välja en snygg och elak kompis. Hos en partner så är utseendet ändå viktigt, man ska ju falla för den personen. Och man går via utsidan innan man ger insidan en chans, säger Amanda.

– Man vill ha en partner som speglar en själv, som kan föra sig i sociala sammanhang. Inte en kvinna som drar ner en själv. En schysst kropp är viktig. Men det kräver mycket arbete och jag tycker insidan är viktigare även om jag vill att hon ska vara representabel och ta hand om sig, säger Fredrik som tycker att intelligens är sexigt.

– Korkade tjejer är avtändande, säger han.

– Självupptagna killar är värre, säger Amanda och Annie med en mun.

Är det okej att ändra på sig själv?

– Ja, om det är efter ens egna mått och inte efter andras, säger Annie.

– Det är okej om man har stört sig på något hos sig själv och inte mår bra i sin egen kropp. Självförtroendet kan höjas och då tror jag att man kan lyckas bättre i livet, säger Fredrik.

– Om det inre hos en person mår bra så blir

man också lycklig, säger Amanda.

Har plastikkirurgi blivit mer accepterat?

– Ja, och det kan vi tacka Hollywood-teveserierna för. Och bloggerskan Kissie (se faktarutan på nästa sida), som hade stora bröst från början, men nu har opererat sig till större, säger Annie.

– Vi kanske inte tar åt oss, men de som är yngre gör det. När jag var 13 år såg jag upp till dem som var äldre, säger Amanda.

De tror inte att någon på skolan skulle plastikoperera sig under gymnasietiden, men kanske senare i livet.

– Här på skolan är alla rädda för rykten och det känns som om vi är för unga, säger Amanda.

– Det är många på Danderyds gymnasium som försöker leva upp till något de inte är. Det finns en viss stil och det är viktigt varifrån man kommer, säger Annie.

– När jag säger att jag går här säger folk "skolan där alla är så snobbiga", säger Amanda.

På Danderyds gymnasium finns natur-, estet- och samklasser. Alla tre enas om att det mest är samklasserna, som Amanda och Fredrik går i, som kollar in varandras klädstilar och utseende.

– Jag spelar handboll i Upplands Väsby och där är det inte samma press. Där har alla på sig det de trivs i och man blir inte granskad som här. I vår klass kan folk säga saker i stil med "Du kan inte ha de där byxorna på dig för du har så korta ben och lång överkropp", säger Amanda.

– Alla försöker ju att passa in i den grupp som de tillhör, oavsett om man är halv-nördig i munkjacka eller en som klär upp sig. Vi är gruppdjur, säger Fredrik.



**"Det låter hemskt,
men så är det ju –
man måste anpassa
sig om man ska bli
accepterad."**

Annie



**"Alla försöker ju att
passa in i den grupp
som de tillhör, oavsett
om man är halvnördig
i munkjacka eller en
som klär upp sig."**

Fredrik



Hur ser ni på att era kroppar kommer att åldras?

– Männen blir bättre efter trettio. Men kvinnorna... jag tänker på det. Hur det kommer att bli. Min mamma har haft samma vikt genom livet och hon har ändå fött två barn och inget ser förfallet ut. Jag ser upp till min mamma och kanske har jag turen att bli som hon. Men många som föder barn lägger på sig, säger Amanda.

– Som äldre har man mer en viss stil. Många äldre män lägger på sig, men utseendet handlar mycket mer om kläder. Jag tänker att jag är en lattepappa om tjugo år med ett schysst skägg som kör barnvagn, säger Fredrik som är intresserad av mode och kläder.

– Många mammor försöker klä sig som sina tonåringar. Om man är 40 plus ska man inte klä sig som en tjugoråring. Man ska inte skämmas för sin ålder. Jag tycker att det är fint att åldras, säger Amanda.

– Det värsta är när 30-40-åringar har slitna jeans och poppiga kläder, säger Fredrik som själv ser fram emot att bli äldre.

– Jag tror att det blir spännande och jag är övertygad om att framtiden är ljus. Jag tänker mig att jag bor i stan med en fantastisk kvinna och har ett hyfsat värlönat jobb. Jag tror att jag kommer att ha ett rikt socialt liv med många middagar. Jag kommer inte att se ut som nu, men jag tänker att det blir mysigt att bli äldre. Varje tid har sin charm. Tänk att köpa sin första bostadsrätt, att få sitt första barn, säger Fredrik och ögonen lyser.

– Jag är rädd för att jag ska fastna i min vardag när jag är 40. Att känna "nu kommer jag att vara med den här mannen och ha fredagsmys med barnen" och tiden bara rullar på. Och hitta rätt jobb som man ska ha i kanske 30 år. Det är många måndagar man ska gå dit, säger Amanda.

Hon funderar.

– Men jag tror att jag kommer att vara lycklig – oavsett var jag bor och hur jag ser ut – om jag bara har vänner omkring mig som är snälla och bryr sig.

"Om man är 40 plus ska man inte klä sig som en tjugoråring. Man ska inte skämmas för sin ålder. Jag tycker att det är fint att åldras."

Amanda



KISSIE – SVERIGES STÖRSTA BLOGGERSKA

På www.kissie.se kan du följa nittonåriga Alexandra Nilsson har, som sitt alter ego Kissie, över en miljon besökare i veckan som följer hennes liv. I sin blogg skriver hon om, och visar bilder på, sina bröst- och läppförstoringar, vad hon shoppar, vilka kläder hon har på sig, vilka hon träffar och vad hon tycker om andra som bloggar.

OLIKA KROPPSBILDER

På kroppsbild.wordpress.com finns ett fotoprojekt som journalisten Julia Skott driver. Tanken är att visa hur olika kroppar med olika vikt kan se ut. Julias förhoppning är att det kan hjälpa folk att se att vi är olika men ändå lika.

PLASTIKKIRURGI I SVERIGE

- Cirka 25 000 estetiskt inriktade plastikoperationer genomförs årligen i Sverige.
- Omkring 85 procent av ingreppen utförs på kvinnor.
- Vanligast är ingrepp på personer i åldersgruppen 25-45 år.

Källa:

Plastikoperationer.net

KROPPEN & SJÄLEN

Förr hade kyrkan endast plats för själen. Kroppen var farlig och skulle förnekas. Så är det inte i dag. Nu tar Svenska kyrkan hand om helheten.

– **KROPPEN** är en del av oss. Där bor vår själ och där har vi möjlighet till andlighet. Din kropp är fantastisk och det din kropp är med om, det är också din själ med om, säger Johanna Keck som är präst i Danderyds församling.

Men kyrkans långa historia är full av kroppsförnekelse. Owe Kennerberg, som är rektor för Teologiska högskolan Stockholm, berättar att den kristna kyrkan upphörde att vara en martyrkyrka när den blev statskyrka på 300-talet. När man inte längre behövde vara beredd att ge sitt liv för sin tro blev istället celibatet ett sätt att bevisa allvaret med tron.

– Att kontrollera kroppen på olika sätt är inte något unikt för kristendomen. Kroppskontroll förekommer i alla religiösa traditioner. Man vill avstå från det ena eller det andra för att kunna fokusera på det viktiga, det gudomliga, säger Owe Kennerberg.

Kontrollen av kroppen – och sexualiteten – har även varit ett sätt för kyrkan att styra människor. Redan på 380-talet skrev biskopen i Rom att den som tjänstgjorde vid altaret skulle avstå från sexuellt umgänge, även om celibatet blev norm först i slutet av 500-talet. Celibatet stärkte kyrkan som institution eftersom prästerna inte kunde bygga upp privata maktstrukturer genom arv och släktskap.

– Benediktinermunken Sebastian Moore har pekat på den omvända tolkning av verkligheten som kyrkan har gjort genom tiderna. Problemet är inte hur lusten ska



kunna tyglas utan hur den ska kunna underhållas, växa och fördjupas. Många kämpar ju med att försöka hålla erotiken och kärleken vid liv, säger Owe Kennerberg

som menar att just kroppsligheten är typisk för kristendomen.

– Främst för att Gud blev människa i Jesus. Men även för att hela den bibliska skrifttraditionen handlar om skapelse av himla-, människo- och djurkroppar. Och läser man evangelierna med kropp i fokus, som jag har gjort, så ser man en kroppslig berättelse. Jesus rör vid människokroppar hela tiden, och inte bara i helandet. Han tar barn i famnen, kvinnor smörjer honom och han tvättar lärjungarnas fötter till exempel.

Så kroppen har en plats i religionen?

– Det finns ingen tro utan kropp. Det finns inget evangelium utan kroppslighet. Talet om "själens frälsning" som fanns i kyrkan när jag växte upp är inte bibliskt, säger Owe Kennerberg.

Och i dag är det annorlunda i Svenska kyrkan. Kroppen har fått ta plats och allt från helig dans, meditation, qigong, tai chi till orgelmassage förekommer i kyrkorummet. Och utomhus genomförs stavgång och pilgrimsvandringar.

– Det är bra att uttrycka hela sin kropp. Och vi mår alla bra av beröring. I alla åldrar, från bebisar till gamla, är massage och taktill beröring något positivt, säger Johanna Keck.

I sitt arbete med barn i Danderyds

församling pratar hon mycket om att man ska vara rädd om sin kropp.

– Du är värd så mycket. Därför ska du lära dig att säga stopp och veta att ingen har rätt att göra dig illa. Dessutom mår vi bättre om vi tänker goda tankar om vår kropp, säger Johanna Keck som vill förmedla till barnen att deras kroppar är fina och bra.

– Vi är alla olika skapta och har olika genetiska förutsättningar för hur vi ser ut. Det viktiga är att du är underbar, unik och älskad precis som du är.

Får man göra vad man vill med sin kropp?

– Jag tycker inte det. Du är helig och är Guds skapelse. Du ska inte låta dig utnyttjas och inte utnyttja dig själv. Men försök också att vårda din kropp, utifrån dina förutsättningar, så att själen får en god boning.

Vad betyder det att Gud har skapat människan till sin avbild?

– Gud själv har blivit människa.

Jesus var människa med både kropp och själ och vi är alla avbilder i kropp och i själ. Kroppen är jag, men också en del av skapelsen. Allt omkring mig och allt i mig är heligt.



FÖR KROPPEN I DANDERYD

Danderyds församling erbjuder retreatar med djupmeditation, kurser för kropp och själ, pilgrimsvandringar, gymnastik för äldre och seniorqigong.

Mer om kurs i Mindfulness sidan 17.

MAKE MEOVER

BILD: STOCKHOLMSTYLISTERNA



DEN MINDRE smickrande "före"-bilden. Den fantastiska "efter"-bilden. I tidningars och teves "gör om mig"-reportage får vi se hur en ny frisyr, nya kläder och i mer extrema fall en rad plastikoperationer skapar en ny och vackrare människa. Är man inte en av de få utvalda som får chansen i media kan man ta saken i egna händer och köpa sig en "gör om mig-dag" på en av de salonger i Stockholm som erbjuder konceptet.

En fredagseftermiddag besöker vi Stockholmstylisterna. Där kan man välja på allt från "modell för en dag", då man blir sminkad, hårstylad och sedan fotograferad i sina egna kläder, till en "total makeover", då man utöver ny frisyr, fixade naglar och sminkning även får imagerådgivning, en butiksruna tillsammans med en "personal shopper", med mera.

På salongen sitter flera unga uppklädda tjejer och väntar på att bli sminkade innan det är dags för deras fotografering. Framför datorn i receptionen sitter en mörkhårig

tjej i kort rosa volangklänning för att välja ut vilka bilder hon ska köpa.

– Det var häftigt och kul att bli sminkad och fotad och bilderna blev jättefina, säger hon men vet ännu inte riktigt vad hon ska ha bilderna till.

– Som en ny profilbild på facebook, eller när du söker jobb kanske, föreslår personen som visar henne bilderna på datorn.

Även om det mest är unga tjejer här denna dag har salongen kunder i alla åldrar, "allt från bebisar till mormödrar", både män, kvinnor och hela familjer, berättar Johanna Jäderberg, 20, som är studioansvarig.

– Några drömmer om att bli modeller, andra vill se hur det är att bli professionellt sminkad eller gör det här som en kul grej. En del tycker att det är obehagligt att bli fotograferade, men blir sedan positivt överraskade när de ser bilderna. De ser tio år yngre ut. Att se deras miner, hur de lyser upp när de får se fotona är härligt, säger Johanna Jäderberg.

Och skulle man inte vara nöjd med resultatet kan man även köpa till ett redigeringspaket där fotografen retuscherar bort rynkor och lägger på lyster.

– När man åldras förändras ansiktet. Man får rynkor, ögonfransar och ögonbrynshår kan delvis försvinna och exempelvis ögonlocken kan hänga lite, säger makeup-artisten Katrin Unge, 24, som möter en del kunder som oroar sig över det.

– De kan inte längre sminka sig på samma sätt som de alltid har gjort, men det går att hitta nya sätt, säger hon.

Och många kunder känner sig överviktiga.

– Övervikt är inte fult, det är ett utseende bland andra, säger Katrin som tror att hon och medarbetarna hjälper till att öppna ögonen på många kunder.

– Vi visar att det här är din potential om du bara vill. Ett bra utseende ger självförtroende och man får en annan respons från sin omgivning, säger Katrin Unge.

Påverkar utseendet även självkänslan?

– Det är en komplex fråga. Självkänsla har mer med inre styrka än med utseende att göra. Men om du är i ett utsatt läge och får negativa kommentarer om hur du ser ut så sätter det sig på självkänslan.

Vad tänker du när du ser människor på stan? Ser du saker som du skulle vilja ändra på?

– Ja, jag är yrkesskadad. Jag ser när de har ansträngt sig med sin makeup och hur de har tänkt. Och fler borde bry sig om sina ögonbryn, de gör så mycket för utseendet.

Generellt sett ser Katrin Unge en skillnad mellan Stockholm och andra städer.

– Man bryr sig mer och har bättre koll i Stockholm. Det är fler yrken som handlar om utseende här. På gott och ont.



**"Övervikt är inte fult,
det är ett utseende
bland andra."**

KVINNOKROPPSIDEAL

1900

Tunn, bräcklig kropp med smal midja, små händer, fötter, mun och näsa samt vit hy hos över- och medelklass för att markera avstånd till muskulösa och solbrända arbetar- och bondkvinnor.

1910

Yppig, sund och moderlig kvinna, gjord för att föda barn. Friare kläder utan korsett.

1920

Smalt och blekt. Lång, plattbystad och smalhöftad pojkflicka med kort hår och med löst sittande kläder för att dölja de kvinnliga formerna.

1930

Naturlig, sportig, moderlig, sund och hälsosam. Ökad vikt.

1940

Raka breda axlar. En till det yttre stark och fruktsam kvinna.

1950

Smal midja. Både ett hemmafru-ideal och ett kurvigt vampideal.

1960

En anorektisk antikropp. Behåar brändes på bål.

1970

Kvinnor som vägrade att bli bedömda efter sina kroppar. Behållöst unisex-mode och plyschoveraller för den naturliga och befriade kroppen.

1980

Utseende åter i fokus. Solariebrun och vältränad framgångskropp.

1990

Tunn men stark kropp. Både ett androgynt och kvinnligt ideal, med pushup-behå och sexiga underkläder.

2000

Tunn och stark kropp med stora bröst.

*Källa: Populär Historia
och Dagens Nyheter*



Våga välja om

Den Gud älskar lyckan får...

Men sällan mer än tre månader i sträck.

Möt professorn, pappan, författaren och Kiss-fantasten

Micael Dahlén, 36, som predikar att vi aldrig haft så stora möjligheter att bli lyckliga som i dag.

Men aldrig svårare att så förbli.

I SIN EVIGA JAKT på lyckan viker han varje morgon in sin resliga lekamen i ett minimalt kontorsrum, där gigantiska pappersbuntar hotar att rasa som World Trade-skrapor och enda födan är en brunaktig sörja bestående av kaffepulver, mjölk, havregryn, kanel och linfrön.

– Både låter och ser äckligt ut. Men smakar gott, jag lovar.

Säger Micael Dahlén som är ständigt hungrig – i dubbel bemärkelse.

Den rekordunge professorn förbrukar och alstrar energi med samma höga intensitet. Går ibland upp klockan fyra på morgonen för att få tiden att räcka till. Insåg 30 år gammal att han aldrig skulle göra karriär som rockstjärna. Bytte istället fokus och gjorde en akademisk blixtkarriär. Skrev i rask takt sex böcker, varav *Nextopia* 2008 slog ned som en bomb med sina teorier om att vi lever i ett förväntningssamhälle där vi får allt svårare att leva i nuet.

”Ju fler valmöjligheter, desto mindre nöjd blir jag med valet jag gör” skrev han. ”Och ändå är det precis vad vi måste göra hela tiden – våga välja nytt, byta riktning och lära oss njuta.”

I dag är ekonomigurun med det axel-långa håret Handelshögskolans kelgris och enfant terrible. Genial är det allmänna

omdömet. Men den som rotar i bråten av papper, läroböcker, Kisstatyer och Red Bull-burkar, finner också en pojke som vägrar att bli stor. Trots sin eleganta titel och sina 63 000 kronor i månadslön har Micael Dahlén lyckats behålla barnets nyfikenhet och upptäckarlust.

– Det finns grovt sett två starka drivkrafter, när det gäller att bli en sån här konstig professor som jag. Den ena är inåtriktad; att få förkovra sig. Den andra är möjligheten att kunna påverka. Det låter förstas förmåtet att säga att jag vill förbättra världen, men så är det faktiskt.

2009 röstades han fram som näringslivets populäraste föredragshållare. Går man in på You Tube, finner man en hårig, kostymklädd man som travar fram och tillbaka över scengolvet i illröda gympaskor och som provocerar genom att hävda att de i publiken som surfar på internet mer än en halvtimme om dagen har mindre chans att bli lyckliga människor.

Du säger samma sak om dem som sitter mer än två och en halv timme framför teven?

– Ja, det finns undersökningar som visar att gränsen går ungefär där. Ser vi mer, blir vi alltför medvetna om allting som vi aldrig kommer att hinna göra. Vilket i slutänden gör oss stressade och olyckliga. Tyckte vi före millennieskiftet att det var stressigt

nog att få ihop jobb, fritid och familj, har det blivit mycket värre nu. Vi har inte ett projekt för det kommande året, utan fem, sex. Och vi tycker inte att det räcker med en golfrunda, vi ska nödvändigtvis sänka handikappet under de närmaste tio. Risken för utbrändhet har ökat markant. Liksom risken för att vi konsumerar för mycket av egna och andras tillgångar.

Är vi svenskar mer olyckliga än andra?

– Ja, undersökningar visar faktiskt det. Bara tre procent olyckligare, visserligen, men ska man söka någon förklaring, beror det nog just på att vi är de mest välinformerade människorna av alla. Vi var extremt tidigt ute med internet och fönster mot tevevärlden.

Och denna ”kollektiva olyckokänsla” accelererade på allvar i samband med just millennieskiftet?

– Ja, man kan nästan säga att 1999 var hur lugnt som helst och sen – pang! – hände någonting. Vi passerade en sorts symbolisk milstolpe.

Vad hände?

– Internet slog igenom, det är det viktigaste. Plötsligt satt vi där med all världens möjligheter, men utan att riktigt veta hur vi skulle handskas med dem. Vi blev medvetna om hur mycket vi ännu inte har blivit en del av – och det förlamade oss.

"Alla känner igen ångesten när semestern eller helgen snart är slut. Lycka är undantagstillståndet, guppet på vägen."

I USA kan man speeddejta fem personer på fem minuter på nätet – samtidigt. På en lunchtimme kan du alltså hinna dejta 60 personer. Och eftersom många tror att det bara finns en Den Rätte, känns det förstås jobbigt att göra valet för tidigt. Kan du verkligen vara trygg med nummer 42? Ska du inte testa 1000 till, en knapptryckning bort?

Vad får det för konsekvenser?

– Framförallt att vi skiljer och gifter oss mer än någonsin. Det klassiska är att man är mindre lycklig i sin relation efter ett år, än efter de första tre månaderna. Det tycks gå en sorts magisk gräns just där. Då har den inga rosa moln längre, med risken att man känner tomhet, i värsta fall bitterhet mot sin partner.

Hur klarar du själv ditt äktenskap?

– Genom att leta efter de mindre kickarna istället för de stora. Försöka hitta något att frossa i varje vecka. Något häftigt att se fram emot. Och så omförhandlar jag mitt kontrakt med mig själv hela tiden.

Hur då?

– Många människor gör årsbokslut varje nyårsafton. Jag gör årsboksbörjan. Försöker titta framåt istället för bakåt. Skriver ned vad jag skulle vilja göra under det kommande året. Vi människor trivs aldrig så bra som när vi blickar framåt. Mitt mål är att skapa fler glädjeämnen. Någon säger: "Inte ska väl jag vara så glad bara för att jag har bokat middag på Grand Hotels veranda?" Jovisst ska du vara det! Och låt hela världen veta det. Och man måste få tillåta sig att vara nästan lite syndigt jätteglad för varje liten framgång på jobbet.

Söka kickar är inte något fult?

– Nej, nej. Vi måste mer och mer tänka i termer av att vi har något att vinna, inte något att förlora. Och sluta tro att vi kan

leva på gamla meriter. Inse att ingenting av det vi tidigare har gjort egentligen räknas.

Får man inte njuta av sådant man gjort eller uppnått i livet?

– Jo, det är exakt vad man ska göra. Njut gärna mer än det egentligen förtjänar, säger jag. Vilket vi också tenderar att göra när vi säger att "allt var bättre förr". Det finns roliga studier som visar att människor som är lite lyckligare också är bättre på att ljuga för sig själva om sitt förflutna. Jag menar snarare att det blir allt svårare att leva på gamla meriter, eftersom ingen annan är särskilt intresserad av vad du har gjort. Så om du istället tillåter dig att kasta dig ut, kommer du att uppfattas som mer värdefull. Vad säger att Saabjobbaren inte kan bli popsångare eller kemiprofessor?

Vi svenskar brottas fortfarande med den gamla jantelagen?

– Ja, det finns en gammal syn att världens tillstånd är ett nollsummespel. Om jag får det bättre, får någon annan det automatiskt sämre. Men så är det inte längre. Den här konkurrensen vi upplever mellan varandra, håller på att suddas ut just av de här nya valmöjligheterna. De resor man kan göra numera i form av förmögenhet och status, kunde vi inte ens föreställa oss för 20 år sedan. Förr var ekonomi bara en fråga om pengar. I dag handlar det om hur vi förvaltar vår tid, våra drömmar, vår identitet, sådana saker.

Men lyckan varar ändå i högst tre månader, säger du?

– Ja, lite förenklat är det så. Ingen klarar av att befinna sig i det underbara studsande lyckotillståndet särskilt länge. Alla känner igen ångesten när semestern eller helgen snart är slut. Lycka är undantagstillståndet, guppet på vägen.

Men är livets innersta mening verkligen lycka?

– Nej, men att söka lycka. Det är drivkraften som har fört människosläktet framåt, fått oss att ständigt söka bortom nästa hörn. Men det råder samtidigt begreppsförvirring här. Vi har översatt engelskans "to be happy" med att "vara lycklig". När det faktiskt handlar om att bli lycklig. De flesta inser att de har det bra ställt, men vet också att det skulle kunna gå att känna en ännu större energikick i kroppen. Men det är inte meningen att vi ska uppleva den känslan hela tiden.

För då blir vi en sorts lyckoknarkare, eller?

– Den perfekta illustrationen är experimentet där råttor får ge sig själva kokain om de trycker på en knapp. Djuren parkerar där, trycker och trycker, slutar att intressera sig för mat, relationer, sex - och dör som flugor. Vi kan uppleva samma tendenser när vi själva drabbas av den första riktiga förälskelsen; vi glömmer att äta och ligger kvar i sängen hela dagarna.

Hur ska man leva då?

– Inse att även om vi aldrig kommer fram, tar vi oss alltid framåt. Och våga byta livsriktning om vi inte är nöjda. Det har slagit mig att nyblivna mödrar är osedvanligt duktiga på det här. De har fått tid att stanna upp och förstått att för att vara borta tio timmar om dagen från den här underbara varelsen, måste det krävas något speciellt. De ställer därför högre krav på sin tid och sina handlingar. Jag uppmanar därför folk att ta mental mammaledighet.

Den kristne författaren C S Lewis sa att "felet är inte att vi ställer för höga krav på livet, utan för låga". Är det så?

– Exakt. Jag tycker illa om ord som förnöjsamhet eller liknöjdhet. Om man dissekerar dem, handlar det ju om att man kan vara f ö r nöjd. Eller nöjd med att vara som ett lik i jorden.

Tror du själv på Gud?

– Det är en svår fråga. Jag brottas med den. Min mor är judinna, min far fostrad i den kristna myllan i Hudiksvall, vilket har gjort mig religionsmässigt ambivalent. Men jag vill verkligen att det ska finnas en större mening med det man gör. Känslan av att röra sig framåt längs en väg är otroligt välgörande. Människor som finner en större mening i det de gör, ligger lite högre på den där lyckokurvan som vi snackade om. Jag unnar alla att ha en sån övertygelse.

Tro är knappast skadlig?

– Tvärtom. Tron kan utrusta oss med en trygghet att våga slänga oss ut på okända vägar. Göra saker som vi egentligen inte törs göra av egen drivkraft. Problemet för kyrkan i dag är att dagens unga ofta äger den drivkraften själva – till skillnad från oss som är fostrade på 1900-talet och lever kvar i uppfattningen att det bara finns en väg, ett jobb, en partner, ett slags liv. Att det gäller att göra ett enda klokt, stort val och sedan hålla fast vid det livet ut.

Nu låter du hoppfull?

– Ja, de som växer upp i dag tycks se världen som sitt eget videospel. Blir det inte bra, väljer de om i morgon. Vilket också gör dem mindre bittra framöver, eftersom bitterhet ofta handlar om att man känner sig som ett offer, styrd av sin omgivning. Och jag tror *inte* att det blir som många säger, att dagens ungdomar blir så enormt egocentriska. Titta bara på deras benägenhet att ägna sig åt välgörenhet och socialt entreprenörskap, en lavinartad utveckling. Och det har blivit så mycket enklare än för min generation som demonstrerade eller pantade flaskor. Nu startar man en Facebookgrupp och samlar blixtnabbt en miljon människor. Det är ju jättehäftigt! Även nätdejtingen som vi snackade om, är förstås en i grunden bra uppfinning. Den borde ju snarare öka våra möjligheter att bli tillsammans med en människa som passar oss bättre.

Hur träffade du själv din hustru?

– På hennes tidigare pojkväns 25-årsfest. För vi snackar ett annat årtusende här – 1998. När inte ens Facebook fanns...

Namn: Micael Dahlén.

Född: I Stockholm 1973.

Yrke: Professor i ekonomi vid Handelshögskolan i Stockholm.

Familj: Barnen Tyra, 7, Dante, 5, och hustrun Ingela, personlig tränare. "Hon är en sådan människa som jag önskar att jag själv vore. Hon har vågat byta karriär tre gånger sedan vi träffades."

Bor: Villa i Herrängen, Älvsjö.

Kör: Ford och Toyota.

Lyssnar: På Kiss.

Läser: Mest facklitteratur.

Ser: Älskar film, speciellt skräckfilmen "Bram Stokers Dracula" och skilsmässodramat "Unbreakable" med Bruce Willis.

Äter: Gör en egen energidryck genom att blanda 5 dl mjölk, 1 dl havregryn, linfrön, kaffepulver och kanel.

"Men jag också väldigt svag för hamburgare."

Sommarmusik & utflykter

SOMMARKVÄLLS-KONSERTER I PETRUSKYRKAN ONSDAGAR 19.00

Kyrkvägen 27 i Stocksund.
Fri entré. Servering.

DE FYRA ÅRSTIDERNA 2 JUNI

Gunilla Lindberg, violin med kammarensemble från Kungliga Musikhögskolan (KMH) framför ett av de mest populära musikstyckena genom tiderna. De fyra violinkonserterna komponerades 1723 av Vivaldi och var redan ett par år efter urupp-förandet ofta spelade runt om i Europa. Verkets enorma popularitet kan bero på att musiken på ett så tydligt sätt fångar atmosfären i varje årstid. Gunilla Lindberg avslutar sina studier på Kungliga Musikhögskolan med denna examenskonsert.

STENHAMMAR OCH SCHUMANN 9 JUNI

Danderyds vokalensemble framför musik av Robert Schumann, och Wilhelm Stenhammar. Det blir bland annat Stenhammars tre körvisor till texter av J P Jacobsen samt solosånger. Musikalisk ledning, Rikard Karlsson. Danderyds vokalensemble bildades hösten 2008 och är en del av musikverksamheten i Danderyds församling. Ensemblen tar sig an de större verken både a cappella och med orkester.

SOMRIGA SILVERTONER 16 JUNI

Madeleine Johansson, tvärflöjt och Anna Christensson, piano. Två unga, lovande musiker i ett genuint samarbete och som arbetar flitigt för att utveckla sitt konstnärskap. I juni 2009 tog Madeleine Johansson sitt solistdiplom från KMH efter studier för bland annat Tobias Carron, Eje Kaufeldt och Andreas Alin. Hon har varit solist med flera professionella symfoniorkestrar. Hennes spel kännetecknas av stort uttryck, en personlig och vacker ton. Anna Christenssons första skiva, med pianomusik skriven av Henning Mankell, är, möttes av mycket positiv kritik. Hon är frilansande musiker och har framträtt på samtliga större kammarmusikfestivaler i Sverige. Anna är en av finalisterna i Solistpriset 2010.

GITARRVIRTUOS 23 JUNI

Gitarristen Lucas Brar bjuder på en konsert med Bach, jazz, tango, spansk och svensk musik. Lucas Brar har studerat vid KMH, i Spanien med Marco Socias som lärare och avgick där med högsta betyg i sologitarr, kammarmusik och klassisk improvisation. Han studerar för närvarande för gitarristen Franz Halasz i Nürnberg, Tyskland, som beskriver Lucas som en av de mest lovande begåvningarna

på den framtida internationella gitarrscenen. Utav 400 sökande musiker i Sverige, gick han som ensam gitarrist vidare till semifinal i det prestigefyllda Solistpriset 2010.

JENNY LIND OCH ROMANTIKEN 30 JUNI

Under sina turnéer runt om i Europa stiftade Jenny Lind bekantskap med många av 1800-talets största musikprofiler, däribland Chopin och paret Schumann. Vi får, genom *Trio Ina*, i ord och ton följa Jenny Lind på hennes livsresa och ta del av hennes spännande möten. Trio Ina är en ensemble som bildades under 2008 och som vurmar för kvinnors musik och musicerande. Under 2009 gjorde trion en sommarturné med programmet "Kvinnan i Norden" som blev mycket uppskattat.

Trio Ina:
Kristina Jenneborg, sopran är utbildad sångerska vid KMH.

Nina Wohler, violin, är utbildad violinist och violinpedagog vid KMH. Nu specialiserar hon sig på barockviolin.

Anna Stålfors, piano, är uppvuxen i Leksand, och studerar klassiskt piano på KMH.



Madeleine Johansson



Gunilla Lindberg



Danderyds vokalensemble



Danderyds vokalensemble



Anna Christensson



Lucas Brar

TRÄDGÅRDSTRÄFFAR FÖR ALLA ÅLDRAR!

Innegården, Danderyds församlingsgård, Klockargårdsvägen 2.

Onsdagar 13.00-15.00. Andakt, musikprogram och servering

Kostnad 35 kr.
Ingen föranmälan.

Skillingtryck och läsarsånger – 7 juli

Anna Haglund och Carlos da Rada spelar dragspel och gitarr.

Trivselkören från Stock- sund underhåller – 14 juli

Trubbel, grubbel, glädjebubbel – 21 juli

Trubaduren Hans Lind tolkar Olle Adolphson.

BeatBoys – 28 juli

Gruppen BeatBoys (Björn Wehlén med flera) sjunger sånger av The Beatles.

Cornelis Vreeswijks mest älskade sånger och ballader – 4 augusti

Musikerna Peter Nydahl och Bo Simonsson sjunger Cornelis.

DAGSUTFLYKTER MED BUSS

Elghammars slott i Sörmland – 11 augusti

Efter en kaffepaus besöker vi Elghammar (i Björnlunda) uppfört av Curt von Stedingk i början av 1800-talet. Christina d'Otrante, som bor på slottet

idag, ger en intressant rundvandring. Lunch på Södertuna slott utanför Gnesta. Avslutande andakt och visning av Kattnäs kyrka.

Mariadöttrarna i Vallby och Enköpings parker 18 augusti

Vid framkomsten dricker vi kaffe. Mariadöttrarna (den evangelisk-lutherska grenen) berättar om sin verksamhet i Vallby. Lunch på Haga slott utanför Enköping och besök till tre av Enköpings parker.

Uppsala slott – 25 augusti

Uppsala slott har spelat en viktig roll i Sveriges historia. Historisk vandring och visning av slottet, där även Uppsala konstmuseum har sina lokaler. Lunch på Krusenbergs herrgård. Avslutande andakt i Alsike kyrka. Helgeandssystrarna berättar om kyrkan och om arbetet i Alsike kloster.

Information om utflykterna

Kostnad: 350 kr per resa.
I priset ingår bussresa, kaffe, lunch, guidad visning och förfriskning.
Avfärd/hemkomst vid samtliga resor:
Eneby torg 9.30,
Danderyds församlingsgård 9.45 samt Myrans Livs i Mörby 10.00.
Åter i Danderyd ca 17.30.
Anmälan och information: Församlingens växel 08-568 957 00, vardagar 9.00-12.00. Anmälan är bindande.

Sommarkurs i mindfulness

Känner du dig stressad och spänd? Får du inte tiden att räcka till? Är det bristen på tid eller tankarna om tiden som är problemet?

Vi inbjuder till en kurs i Mindfulness med övningar för både kropp och sinne och med fokus på andningen. Kursen äger rum utomhus under ett träd på baksidan av Danderyds församlingsgård, Klockargårdsv. 2.

Tid: 10.00-11.30
tisdagarna 8/6, 15/6, 22/6, 29/6 och 6/7.

Kostnad: Kaffe och smörgås 35 kr.
I övrigt är kursen gratis.

Ledare/anmälan:
Catharina Björnstedt, diakon och utbildad mindfulness-instruktör, 08-568 957 29.

Gudstjänster

GUDSTJÄNSTER

annonseras i Stockholms
Stifts gudstjänstannons
i DN och SvD

PÅ FREDAGAR

[www.svenska.kyrkan.se/
danderyd](http://www.svenska.kyrkan.se/danderyd)
Kyrkrösten 08-568 957 34

Danderyds kyrka söndagar 11.00

Högmässa/högmässogudstjänst

Djursholms kapell söndagar 17.00

Lekmanaledda andakter
13 juni – 29 augusti

Enebykyrkan

Söndagar 11.00
Gudstjänst

Sätraängskyrkan

Torsdagar 19.00
Mässa

Skapelsemässa

Midsommardagen 26 juni
16.00 i Sätraängskyrkan.
Efter mässan serveras kaffe
och jordgubbstårta.

Konfirmationsgudstjänster

I sommar kommer drygt
100 konfirmander att åka
på Danderyds församlings
tre konfirmationsläger på
Kilsbergsgården, Sätra Brunn
och Ramundberget. Lägren
avslutas med konfirmations-
mässor i Danderyds kyrka.

Lördag 3 juli 11.00

Läger: Kilsbergsgården
Präst: Jennie Petersen

Söndag 4 juli 11.00

Läger: Sätra Brunn
Präst: Magnus Ludvigson

Söndag 15 augusti 11.00

Läger: Ramundberget
Präst: Fredrik Hesselgren

SOMMARTID – LÄSTID

Under sommaren finns ofta gott
om tid att få njuta av att läsa.
Du vet väl om att du kan köpa
böcker, vykort och Moshikort
i Danderyds kyrka och för-
samlingsgård.
Nya böcker på bokbordet är
bland annat Drottning Silvias
och Caroline Krooks bönböcker.



KONTAKTA OSS

Svenska kyrkan i Danderyd

Växel: 08-568 957 00,
måndag – fredag 9.00-12.00.
Adress: Box 2021,
182 02 Danderyd
Fax: 08-568 957 28
[www.svenskakyrkan.se/
danderyd](http://www.svenskakyrkan.se/danderyd)

Danderyds församlingsgård

Expedition, Klockargårdsv. 2
Gudstjänstinformation
08-568 957 34.

Kyrkogårdsförvaltning

Chef Per Laving,
08-568 957 40,
fax 08-568 957 92.

Informatör

Christina Högberg, 08-568 957 08.

Församlingspedagog

Rut Niska Säfström,
08-568 957 36.

Församlingsassistent

Lotta Gunnarsson,
08-568 957 43.

Förskolechef

Ebba Zeno, 08-568 957 02.

VÅRA KYRKOR

Altorps kapell, Ymervägen 55,
Djursholm, 08-755 44 86,
Danderyds kyrka, Angantyrsv.
Danderyd, 08-568 957 64.
Djurholms församlingsgård,
Bragev. 32 A, Djursholm
08-568 95 756.
Djurholms kapell, Danav. 9,
Djursholm 08-755 37 83.
Enebykyrkan, (samarbetskyrka)
Enebytorget, 08-758 66 52.
Petruskyrkan, Kyrkv. 27,
Stocksund, 08-568 957 64.
Sätraängskyrkan, Sjöbergsv.
Danderyd 08-568 957 64.

Sjukhuskyrkan,
Danderyds sjukhus.
Växel: 08-655 50 00
Exp: 08-655 67 79.

Kyrkoherde/kontraktsprost

Staffan Hellgren, 08-568 957 01,
070-625 13 15 (sms/mms).

Präster

Lisa Axelsson Runeborg,
(förelärdedig, 2010).
Johanna Keck, 08-568 957 20.
Magnus Ludvigson,
08-568 957 23.
Monika Regnfors Sjören,
08-568 957 22.
Jennie Petersen,
08-568 957 19.
Arne Wikström,
08-568 957 17.
Katarina Mourath, (vik 2010)
08-568 957 42.
Fredrik Hesselgren,
08-568 957 00.
Jenny Karlsson, (vik 2010)
08-568 957 00.

Sjukhuspräster

Stefan Bendtz, 08-655 51 94.
Kjell Casserfelt, 08-655 67 46.

Diakoner

Catharina Björnstedt,
08-568 957 29.
Inessa Rejer 08-568 957 21.
Fredrik Gyllenhög 08-568 957 25.

Bokning

Dop, vigsel och begravning:
Åsa Mellqvist, 08-568 957 10.

Församlingsgårdar:

Elisabeth Wiklund,
Lisbeth Spångberg
08-568 957 35.
Djurholms kapell
Ingrid von Heijne,
070-676 37 83.

KONFIRMATION



En upplevelse för livet

*Kanske har du funderat på frågor som:
Finns Gud? Vem är jag?
Vad är meningen med livet?*

Konfirmationen är en chans att tillsammans med andra fundera över viktiga och spännande frågor. Du får lära dig mer om kristen tro, om hur andra tänker och kanske lite mer om dig själv.

Det blir en mycket speciell tid i ditt liv. Vi förutsätter inte att du som anmäler dig till konfirmation tror på Gud. Vi förutsätter inte heller att du kommer att göra det.

Men vi vill ge dig en chans att ta reda på vad kristen tro handlar om.

Undervisningen bygger på diskussioner, bild, musik och drama. Alla konfirmationsgrupper åker på läger men olika länge och på olika vis. Att vara på läger ger en unik möjlighet att ha kul ihop och lära känna varandra på riktigt. Vi arbetar med gruppen, och funderar särskilt över hur vi behandlar varandra så att alla trivs.

Konfirmationen 2010/2011 riktar sig främst till dig som är född 1996 eller går i årskurs 8. Våra alternativ är Veckoläsning med

Londonresa, Sportlovsläger och tre sommarläger på Kilsbergsgården, Sättra Brunn och i Ramundberget.

Beställ gärna vår broschyr och besök konfirmandidanderyd.se så får du veta mer. Du är också välkommen att kontakta konfirmandsamordnare Lotta Gunnarsson, 08-568 957 43 eller lotta.gunnarsson@svenskakyrkan.se.

Anmälan senast

13 september

www.konfirmandidanderyd.se

Tack för din kyrkoavgift!

Genom ditt medlemskap har du under 2009 bidragit till att:

- 58 226 personer har samlats till gudstjänster och konserter
- 220 personer sjunger varje vecka i församlingens 11 körer
- 327 hembesök har gjorts av volontärer och diakoner
- 266 ungdomar från Danderyd har konfirmerats
- 2 200 barn har varit med i våra olika skolkyrkovandringar
- 2 650 personer samlats på våra äldreträffar
- 64 barn går i församlingen tre förskolor
- 242 barn har döpts och samlat över 9 451 dopgäster
- 68 par har vigts
- 289 personer har fått en begravning
- 157 personer har varit med om pilgrimsvandring, andlig vägledning och retreat
- 1 000 skolbarn varje dag får mjölk från sitt eget mejeri i byn Moshi i Tanzania
- församlingens kyrkor och kyrkogårdar är öppna för alla
- det finns en kyrka och präster på Danderyds sjukhus