



Jan Carlzon om att snubbla över döden
Marie-Louise, Gunnar och Olga om

LIVET

efter 65

Att växa inåt

Psykoterapeuten Carl Jung menade att livet kan delas in i minst tre faser.

Den första delen av livet expanderar vi till det yttre. Vi bygger vår identitet, utbildar oss, gör karriär, bildar familj, skapar ett hem. Det materiella är ofta ganska viktigt för oss under den tiden.

Den andra fasen som ofta börjar någonstans i mitten av livet, rör vi oss mer inåt. Vi blir intresserade av existentiella frågor, livets mening och medvetna om att livet en dag kommer att ta slut. Vi börjar förstå mer av livets mångfald och storhet.

Den tredje fasen brukar präglas av balans, visdom och en vilja att dela med sig av de erfarenheter man har. Det finns möjlighet och lust att ägna sig åt barnbarn, att vara mentor eller arbeta ideellt. Vi erbjuds tid för reflektion, fördjupning och försoning med världen och oss själva. Helt enkelt få tid över för det som aldrig hanns med tidigare i livet.

Du kan i detta nummer, om livet efter 65 år, läsa om Marie-Louise grand finale, Olgas skuld och försoning, Gunnars nya liv efter jobbet och om hur den före detta SAS-chefen Jan Carlzon lär sig släppa taget.

Tidningen Livet har just blivit vuxen och jubilerar med detta tjugonde nummer och sina fem år. Vi är extra stolta över det eftersom detta helt nyligen resulterade i Svenska Publishing-Priset som du kan läsa om på baksidan av tidningen.

Staffan Hellgren
Kyrkoherde/kontraktsprost



LIVET I DANDERYD NR 4 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

Petter Karlsson, Mia Sjöström

Mönster

Lotta Köhlhorn

Fotografer

Tina Axelsson, Elliot Elliot

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.

Julmarknad x 2

Köp julklappar, smaka på det hembakade brödet och känn julstämningen.

Lördagen den 27 november. I Djursholms församlingsgård, Bragev. 32, pågår basaren 11.00-14.00 med försäljning av handarbeten, loppisprylar och böcker. Enebykyrkans julmarknad börjar med grötfrukost 9.00. Därefter försäljning till 13.00.

Tanzaniafest!

Musik, buffé, glögg, mingel, lotterier och försäljning av afrikanska varor. Färsk rapport från Petra Szabos senaste resa till Tanzania. Tid: Lördagen den 27/11 17.00–21.00.

Plats: Danderyds församlingsgård.
Pris: 50 kr. Ingen föranmälan.

Ett samarbete mellan Danderyds församling och PIL som arbetar med utbildning av kvinnor i Moshiområdet. Vill du veta mer? Kontakta Gunilla Fröberg, 08-755 65 65.

Julklappstips

”/Be” är en pocketbok med svenska folkets böner i ett urval skrivna direkt ur hjärtat. Boken kostar 55 kr finns i Danderyds kyrka och församlingsgård. 15 kr går till Hela världen, Svenska kyrkans internationella arbete.

Konfirmationsläger på sportlovet

Succén från 2009 och 2010 fortsätter. För tredje året startas en konfirmandgrupp med läger på sportlovet. Följ med till Björkögården i Roslagen och diskutera livet, se på film och mys med varm choklad. Musik och uteaktiviteter står också på programmet.

Konfirmation i Danderyds kyrka den 8 maj. Präst är ungdomspräst Magnus Ludvigson. Kostnad 2 500 kr.

Ett läger för dig som är född 1996 eller tidigare. Anmälan: Lotta Gunnarsson, konfirmandsamordnare, 08-568 957 43, lotta.gunnarsson@svenska-kyrkan.se

Ekumeniska böneveckan

Söndag den 16/1 är det traditionsenligt predikstolsbyte, då präster och pastorer predikar i en annan kyrka än sin ”hemmakyrka”.

Därefter följer sex bönekvällar 19.00:
17/1 Birgittasystrarna
18/1 Katolska kyrkan
19/1 Pingstkyrkan
20/1 Tibble kyrka (med mässa),
21/1 Enebykyrkan och
22/1 Kristen gemenskap i Danderyds församlingsgård

Söndagen den 23/1 avslutas veckan med gudstjänst i Danderyds kyrka 19.00. (Se respektive församlings hemsida och annonsering.)



Hallå där:

Anita Appeltofft körsångare i Kyrkokören.

Kören fyller 90 år. Är det en välmående 90-åring?

– Kören mår mycket bra. Vi är cirka 25 sångare som övar varje vecka. Dels inför en konsert med *Julens sånger och psalmer* den 18/12, dels inför den 6/1 då vi framför *Trettondagsmusik* av Anders Öhrwall. Till våren blir det körresa till Sundsvall. Dessutom medverkar vi i gudstjänsterna.

Hur håller du formen som körsångare?

– Jag försöker hålla formen i allmänhet med promenader och gymnastik ett par gånger i veckan. Rent sångligt blir det gnlöande emellanåt på svåra körstämor.

Vill ni bli fler?

– Naturligtvis vill vi växa – och yngre körsångare välkomnas särskilt.

Vilken musik ger dig riktig julstämning?

– Oj, det finns så mycket att det är svårt att välja, men *Gläns över sjö och strand*, *Christmas Carols* och inte minst *Bachs Juloratorium* hör julen till för mig.

”Man lydde sin man på min
tid. Jag gillade inte jakt
men var med på fältprov
och jaktprov och jag har
fällt två harar och två
rapphöns. De är svåra.”

MARIE-LOUISE



Grand finale

Marie-Louise, 89, är stolt över sin ålder, simmar mer än gärna och planerar just nu sin 90-årsfest. Stadsflickan som hamnade på landet för kärleks skull har haft ett innehållsrikt liv.

Grand finale står det på inbjudningskortet till Marie-Louise Cederströms 90-årsdagsfirande i november.

– Så att de inte tror att jag kommer att ha fler middagar, säger Marie-Louise och skrattar.

Hon är stolt över sin ålder och brukar skryta om den.

– Chaufförerna på färdtjänsten – de enda herrar som jag träffar – säger alltid att jag är piggare än deras gamla föräldrar, säger Marie-Louise, som utöver hemtjänstens städning och dotterns hjälp med handlandet klarar sig själv.

– Jag hör lite sämre och ser lite sämre, och så har jag den här darrningen som gör att jag inte kan skriva längre. Men jag är pigg och klar – fast fråga mig inte om årtal! säger Marie-Louise.

Under vårt samtal drar olika händelser ur ett vindlande liv förbi i rask takt. Uppväxten på Gotland där pappa var turistintendent och mamma sjöng. Året

som aupair i Paris. Tiden i Stockholm då hon gick på musikaliska akademien. Giftermålet med maken Arvid. Hur roligt det var att renovera den gamla sommarboden på Öland. Hur svårt det var att leva som lantbrukarhustru de 19 år som de bodde i en flygel på svärfars herrgård Rikssten – en gård med 100 kor. Glädjen över de två döttrar som hon och Arvid fick tillsammans. Sorgen när bilolyckan tog både yngsta dotterns, svärsonens och barnbarnets liv. Närheten till dotterdottern som blev kvar. Åren i Skåne där hon arbetade med turism. De många härliga vintrarna då de hade huset i Spanien och den senaste resan tillbaka dit tillsammans med äldsta dottern en vecka i september.

– Jag badade i havet! Jag vadade ut med kappen. Och vi badade i poolen varje dag. Det är härligt att simma! säger Marie-Louise, som avskyr kyla.

– Min man var jakttokig och älskade skogen. En gång gav han mig ett långsmalt

paket som jag trodde innehöll en minkkrage, som jag hade önskat mig. Men det var ett jaktgevär. Min man ville att jag skulle vara med honom och jaga.

Tyckte du om det?

– Nej. Men man lydde sin man på min tid. Jag var med på fältprov och jaktprov och jag har fällt två harar och två raphöns. De är svåra, säger Marie-Louise.

– Jag var kär i min man och den kärleken gjorde att jag blev lantbrukarhustru trots att jag var stadsflicka. Och det var inte tal om att jag fick ägna mig åt sången.

44 år fick de tillsammans innan Arvid dog. De två döttrarna gav de namnen Marie och Louise.

– När min man ropade "Marie-Louise!" så kom vi alla tre, hundarna också.

Hur ser ditt liv ut idag?

– Jag går här och plockar och städar och jag läser om de jaktböcker som min man skrev. Tar vi den här veckan som exempel, var jag ledig i måndags, i tisdags var det sjukgymnastik och den brukar jag kombi-

nera med att gå på banken och till biblioteket, i onsdags var det kyrkan, idag är du här för intervjun, på fredag är det städning, på lördag är det konsert och på söndag kommer min svägerska och äter lunch. Jag älskar festivitas! Men sen kan jag ha en vecka som är blank också.

Oroar du dig över något?

– Ja, jag har nog lite ångestbesvär. Men jag oroar mig för enkla saker. "Kommer de i tid?" eller "Vad ska jag bjuda på?". Men annars är jag positiv – en optimist. Jag är nöjd. Jag har ett vackert hem och det är viktigt för mig, säger Marie-Louise som tror att en upplevelse när hennes förstfödda dotter var liten har påverkat henne att se ljus på livet:

– Min man och jag skulle åka och jaga. Vi lämnade vår dotter Louise med min mamma och pappa. Vi körde bil, det var vinter och halt väglag. Plötsligt sa Arvid: "Jag klarar inte kurvan". Jag for ut genom vindrutan i krocken. Min man var tvungen att lämna mig där på vägen för att kunna hämta hjälp och jag bad om snö för att hålla på mitt blodiga ansikte. Näsan var av och pannan skadad. När jag låg där bad jag till Gud fader om att få uppleva min lilla bebis där hemma igen. Då kom Arvid tillbaka, precis innan jag förlorade medvetandet. Jag tror på Gud fader och jag tror starkt på bön, säger Marie-Louise.

– Men för att inte besvara Gud fader med mig, han har ju alla barn i Afrika att tänka på, så brukar jag be att han sänder en liten småängel. Och då gör han det.



"Jag tittar både framåt och bakåt i tiden nu, när jag har mer tid. Jag tänker på föräldrarna och på barnbarnen och det blir tydligt hur livet är en kontinuitet."

GUNNAR

Ung i själen

Gunnar, 69, har ett nytt liv fyllt av musik, kultur, vänner och volontärarbete.

Han har fått mer tid för flygeln, Gunnar Ermedahl, sedan han gick i pension för två år sedan. Den har följt med i varje flytt sedan han var ung och delar nu rum med välfyllda bokhyllor och en stor skrivbordsplats där kontorsstolen kommer från hans gamla arbetsplats, som kulturtjänsteman i Danderyds kommun. Han valde att arbeta tills han fyllde 67 och den sista tiden trappade han ner och jobbade bara tre dagar i veckan.

– Det var ganska bra, men det tog nog ändå ett och ett halvt år att ställa om till ett pensionärsliv. Jag var ju van vid att gå upp på morgonen och ge mig iväg. Jag har ett behov av att strukturera tillvaron, jag kan inte bara ligga på sofflocket, säger Gunnar Ermedahl.

Istället kan det ibland bli för många aktiviteter. Gunnar beskriver sig själv som en stor kulturkonsument, främst inom musikområdet. Utöver konsertbesök sitter han i styrelsen för en kammarmusikförening, spelar flera instrument samt sjunger i kör. För ett drygt år sedan blev han även volontär i Danderyds församling.

Varför?

– I det skedet ville jag hitta något att göra och såg ett anslag om att de behövde kyrkvakter. Jag har alltid tyckt att det har känts skönt att sitta i en kyrka, så jag anmälde mig. Vi gick en kurs och fick flera goda luncher, det var trevligt, säger Gunnar, som idag är både kyrkvakt och

programvärd vid en del konserter.

Vad ger det dig?

– Det är roligt att göra lite nytta. Det är inte så märkvärdigt. Mycket i en församling bygger på frivillig basis, det är naturligt och ger ett utbyte.

Vad gör dig glad?

– Att ta hand om barnbarnen. Idag ska jag hämta ett av mina två barnbarn på dagis, säger Gunnar som även har två vuxna barn och en särbo.

Hur ser du på framtiden?

– Jag tittar både framåt och bakåt i tiden nu, när jag har mer tid. Jag tänker på föräldrarna och på barnbarnen och det blir tydligt hur livet är en kontinuitet, hur jag är en bland många. Nu funderar jag både över framgångar och nederlag, saker jag inte hunnit tänka på tidigare i livet.

Är döden något som du och dina vänner talar med varandra om?

– Alla dör, så är det, men det är inget som vi pratar om, även om jag funderar mycket över den. När man har passerat 50 eller 60 märker man att man har svårare att komma ihåg namn och skämtar om det på ett ganska grymt sätt med vännerna. Men några år senare är det inte så roligt längre, säger Gunnar som fortfarande har alla utom en av vännerna kvar i livet.

– Jag tycker att vi i min generation är ganska unga i själen. Att vi har blivit äldre märks kanske mest när vi ska böja oss ned och knyta skorna.

Var femte Danderydsbo är över 65 år

19 procent av Danderyds kommuns 31 150 invånare är över 65 år, vilket motsvarar 5 917 personer. Av dessa är 3 894 mellan 65 och 79 år, och 2 023 personer är över åttio år.

Sverige har 9,3 miljoner invånare. Av dessa är nära 1,2 miljoner mellan 65 och 79 år. Nästan en halv miljon är över åttio år.

Källa: SCB. Siffrorna är från 2009

Fler äldre idag

De senaste hundra åren har andelen av Sveriges befolkning som är över 65 år ökat från ungefär en av tio, till en av fem. År 1900 var 8 procent över 65 år. År 1960 var andelen 11,8 procent och år 2009 var 18,1 procent över 65 år.

Källa: SCB

Vi blir äldre

Idag är medellivslängden för män 79,4 år och för kvinnor 83,4 år. För tjugo år sedan blev män i snitt 74,8 år och kvinnor 80,4 år. För femtio år sedan var medellivslängden ungefär åtta år kortare än idag – 71,2 år för män och 74,9 år för kvinnor.

Källa: SCB

Vi behöver dig!

Vill du bli volontär i församlingen? Här finns uppdrag för alla. Gå med i vår besöksgrupp och hälsa på en medmänniska, bli kyrkvakt, programvärd eller volontär på Andrum i Mörby Centrum. Du får gå en kurs hos oss och träffar dessutom nya vänner. Hjälp oss att hjälpa! Kontakta Rut Niska Säfström 08-568 957 36.

Aktiviteter i Danderyds församling för dig som är äldre se sidan 18–19.

Skuld & insikt

Olga, 80, har kämpat med att komma över sorgen efter sin man Vojje. Nu ser hon framåt.

Det har gått ett knappt år sedan Olga Miletics man Vojje dog. Nu sitter hon på sin altan och berättar om sorgen, tomheten och skuldkänslorna. Vojje var sjuk sina sista fem år i livet – demens, stroke och hjärtfel – och kunde inte bo kvar hemma. Två gånger om dagen besökte hon honom på hemmet, året runt, men fick ändå skuldkänslor om hon var bortbjuden eller gick på en konsert.

– Jag visste att han ropade på mig hela tiden. "Är det Olga?" sa han när jag kom i korridoren. Han kände igen mina steg. Vi har inga barn och det sägs att man är närmare varandra då. Jag vet inte, säger Olga som den första tiden efter Vojjes död blev rastlös framåt eftermiddagen, den tid då hon brukat åka till honom.

De träffades som unga i en kör i Belgrad där han var "en uppskattad tenor" och Olga en "vanlig alt". En kort tid efter deras 50-åriga bröllopsdag gick Vojje bort.

– Det är skillnad på att bli änka när ens partner dör plötsligt och att bli det efter en längre tids sjukdom. När någon dör hastigt är man inte lika utmattad, säger Olga som hade mycket praktiskt kring begravning och bouppteckning att ordna med i början.

– Sedan kom sorgen som en fysisk smärta. Jag hade ont i magen och kroppen, stapplade och gick böjd. Jag kände att jag inte kunde leva med den här smärtan och tänkte att det kanske var ett straff, att jag inte var värd att leva vidare.

Skuldkänslor gnagde. Varför hade hon inte vårdat honom själv i hemmet? Varför hade hon varit så arg och irriterad på honom i början, innan han fått sin demensdiagnos? Hade hon kanske rent av påskyndat hans sjukdom?

– Då fick jag en inbjudan till att vara med i en sorgegrupp i Danderyds församling. Det var som om en hjälpande hand sträcktes ut. Vi var tre änkor med likartade erfarenheter i gruppen – vi kände alla skuld, bedrävelse och sorg.

Men av hennes vänner var inte alla positiva till att hon gick med i sorgegruppen.

– En del sa "du är stark" och menade att det var bara att ta sig i kragen, klara sig själv och inte ge efter för sorgen. Men jag tycker inte att man ska göra sig mer tapper än vad man är. Det är fantastiskt att kyrkan kan erbjuda den här hjälpen och lyfta en människa från botten, säger Olga som inte riktigt kan sätta fingret på vad det var som gjorde att sorgen sakta blev lättare att bära.

– Diakonen Catharina Björnstedt har en personlighet som utstrålar förtroende, empati och tålmod och jag började förstå var det gått fel för mig, säger Olga som först nu börjat inse att hon inte bär någon skuld till sin makes sjukdom.

– När han var sjuk fick vi mycket praktisk hjälp och information, men ingen frågade hur vi kände. Ingen tog hand om själen. Det fanns inte tid till det, säger Olga som beundrar personalen på vårdhemmet

för att de står ut med sitt tunga arbete.

Idag känner hon att hon inlett ett skede av acceptans och försoning.

– Vojje och jag hade ett bra liv tillsammans och jag är tacksam för det. Jag försöker att inte låsa mig vid de få dåliga åren. Nu försöker jag förvandla minnet av Vojje till något fint. Den smärtsamma sorgen kan bli en vacker sorg, säger Olga.

Men visst kommer det perioder när det känns tyngre. Efter sommarens 80-årsfirande var början på hösten ensam och tom, fylld av svarta tankar.

– Jag gick runt utan energi och gjorde ingenting. Men sedan började jag med att varje kväll skriva ner vad jag skulle göra nästa dag; åka till tippen, ordna med fotografierna, ringa en vän. Och det hjälpte. Jag mår bra när jag vet att jag har gjort något nyttigt, även om det inte är något stort, säger Olga som har mycket att göra med de sju-åtta föreningar som hon är med i, sköta om huset, trädgården och ekonomin samt träffa vännerna som varit ett stort stöd efter Vojjes död.

Men hon vill också hitta ett uppdrag som engagerar, något med hundar eller äldre-vård, för att ge livet mer innehåll och försöka fylla tomrummet. Hon blir glad av att göra andra glada.

– Oftast uppskattar man inte det man har. Istället fäster man sig vid det man har förlorat, säger Olga och förklarar:

– Att gå i pension var också en stor omställning för mig, en stor del av mitt liv försvann. Jag tyckte inte att jag var värd något längre. Som bibliotekarie hade jag känt att jag bidrog till bildning och kultur och hade en viktig position i samhället. Att plötsligt bara ägna mig åt mig själv verkade oväsentligt. Att jag hade ett annat liv framför mig att dela med min älskvärda livspartner – ett liv lika värdefullt som det jag hade lämnat – var jag inte fullt medveten om. Först när han blev sjuk såg jag tillbaka på tiden innan och önskade att den fortfarande fanns kvar. Nu, när jag har fått den insikten – att det gäller att uppskatta det man har – vill jag försöka att göra det bästa av det som återstår av mitt liv. De positiva minnen som lever inom mig kommer att ge mig ork att göra det.



”En del sa 'du är stark' och menade att det var bara att ta sig i kragen, klara sig själv och inte ge efter för sorgen. Men jag tycker inte att man ska göra sig mer tapper än vad man är.”

OLGA

Olika gamla äldre

TEXT MIA SJÖSTRÖM

FOTO ELLIOT ELLIOT

Det går inte att tala om äldre personer som en homogen grupp, menar diakon Inessa Rejer i Danderyds församling. Det handlar om allt från sjukpensionärer i sextioårsåldern till människor som är närmare hundra – ett åldersspann på fyrtio år.

FOTO: CHRISTINA HÖGBERG



SOM DIAKON

i Danderyds församling möter Inessa Rejer många äldre.

– Men det går inte att tala om äldre personer som en homogen grupp.

En del är pigga och aktiva, andra dras med sjukdom, säger Inessa Rejer.

Istället talar hon om "äldre", "äldreäldre" och "desorienterade äldreäldre". Denna ungefärliga definition beror på personens ålder, hälsotillstånd och förmåga att hantera omvärlden. Trots att Inessa värjer sig mot att generalisera kring pensionärer kan hon ändå säga att många av de äldre som finns i Danderyd har levt ett aktivt liv och har stor livserfarenhet, kunskap och kompetens.

– De bildar föreningar, läser på universitet och reser. Människor som är vana att hålla igång vill fortsätta med det förutsatt att de har råd, möjlighet och att kroppen orkar. Viktigast, säger de flesta, är att känna sig behövd och att göra något för andra, säger Inessa.

En del har valt att bli volontärer inom kyrkan och besöker exempelvis ensamma äldre. Dessutom har flera äldre i församlingen, som inte längre orkar komma till kyrkliga sammankomster, fått en viktig uppgift, berättar Inessa. De är frivilliga förbedjare.

– Jag förmedlar ett böneämne utan att avslöja någons identitet eller namn. Det är som en sorts bönekedja där vi vaggar en annan person i de goda tankarna.

I sitt arbete som diakon möter hon också en del oro från de äldre. Hur ska det bli framöver? Var ska jag bo? Vad händer när jag inte längre har ork eller minne? Hur

ska det gå för mina barn och barnbarn?

– Men jag har faktiskt inte hört någon uttrycka rädsla för döden, däremot en oro för att inte orka hela vägen fram och bli till en belastning, säger Inessa.

Stark oro kan vara en bidragande orsak till depression och svårighet att minnas, menar hon. Därför ordnar församlingen regelbundet föreläsningar om det.

– Oron gör oss en otjänst eftersom den blockerar minnet och gör att vi glömmer mer. Men det hoppfulla är att när vårt minne försämras så utvecklar alla äldre – utan undantag – strategier för att hantera det, säger Inessa och ger ett exempel:

– Har vi svårt att hitta nycklarna så kan vi köpa en nyckelring som det går att ringa till. Då, när den piper, får vi hjälp att hitta nycklarna, säger Inessa och uppmanar oss att lita på de strategier som vi har utvecklat för att hantera ett dåligt minne, istället för att oroa oss.

Men hur ska man göra, rent konkret, för att oroa sig mindre?

– Meditation hjälper mot oro och stress. Meditation är det som många troende kallar för bön. Det är tid för eftertanke och en dialog med sitt inre och med något större – det som vi inom kyrkan kallar Gud. Vi överlämnar vår oro och svaghet i någon annans händer och ber om kraft i vårt inre. Kristus är den som jag lämnar mina orostankar till, säger Inessa, som tycker det hjälper henne att bli mer koncentrerad och att fatta bättre beslut.

– Men om man inte känner sig bekant eller bekväm med Kristus kan man istället använda sig av den kognitiva metoden och försöka omformulera sina negativa tankar. Känner man oro och tänker: "Det kommer att gå illa för mig", så kan man istället omformulera tanken till: "Trots att jag tror att det kommer att gå illa för mig så är det bara en tanke och jag vet att jag klarar mig bra och jag kan alltid be om hjälp och få hjälp." Känn efter vad som händer i kroppen efter det påståendet, säger Inessa.

Det går även att minska oron genom att tala om den med en annan människa. Det går alltid bra att ringa till en präst eller diakon och tala om det som tynger en. Man kan även komma till de mötesplatser som församlingen skapar eller be om att få ett hembesök.

– Jag tror att många äldre menar att närvaro, en annan människas fysiska närvaro, är det viktigaste i livet. Det spelar ingen roll vad man gör, bara någon man känner förtroende för finns bredvid.

Om några år får Inessa Rejer, 62, själv veta hur det är att vara pensionär.

– Jag funderar inte så mycket över vad som kommer att hända eller vad jag ska göra. Att besöka Nya Zeeland och prova på att klippa får känns som en bra idé. Så länge jag andas, kommer jag på något.



Efterlysning!

Vill du hjälpa oss att hjälpa?
Engagera dig i församlingens besöksgrupp. Vi gör hembesök hos ensamma äldre.
Ring eller mejla Inessa Rejer för mer information.
tel: 08-568 057 21,
070-545 06 42
e-post: inessa.rejer@svenskakyrkan.se

Pensionärsföreningar i Danderyds kommun

Pensionärsföreningen IDUN

Kontakt: Berit Kuylenstierna,
tel: 08-755 42 26
fax: 08-755 09 04
e-post: spf.idun@telia.com
hemsida: www.spfpension.se/idun_danderyd

PRO Danderyd

Kontakt: Åke Werner,
tel: 08-755 94 69
(telefonsvarare)
e-post: werner.ake@hotmail.com

Stocksunds Trivselklubb

Kontakt: Arnold Trovik,
tel: 08-85 64 50
e-post: arnoldtrovik@swipnet.se

Aktiva Seniorer Södra Roslagen

Kansli tel: 08-544 434 60
e-post: sodra.roslagen@medborgarskolan.se

Mörbygårdens Vänner

Kontakt: Sture Lundin
tel: 08-755 59 15
e-post: mgvr@telia.com



Himlen kan vänta

Tre syskon hade redan dött när Janne Carlzon föddes. Själv har han minst två gånger haft ena benet i evigheten. Men varken krasch på flygplan eller avslitna hälsenor kan hindra en pensionär som fortfarande jobbar hårt på att göra det bästa av sin jordevandring.

RÄDD ATT FLYGA? KNAPPAST.

Rädd att dö? Ännu mindre.

Ty har man redan varit i himmelriket och vänt, finns det få saker kvar att frukta. Janne Carlzon var där 1988. Kollapsade på ett flygplan, ungefär i höjd med sin barndoms Nyköping. Insåg strax innan han förlorade medvetandet, att det var döden som satt i cockpit.

– Jag hade en luftvägsinfektion i kroppen, men hade ändå gjort en av dessa typiska vansinnesresor: Stockholm-Tokyo-Houston-Amsterdam. Nu skulle jag tillbaka till Stockholm igen och vidare till Göteborg för att se min dotter Maja tävla i hästhoppning på Scandinavium. När jag kom ombord på planet insåg jag att jag hade glömt min astmasprej. Oron gjorde att jag bara fick ännu svårare att andas. Till slut beordrade jag fram syrgas, vilket var det dumaste jag kunde göra. Hela systemet beackade ihop.

– Någonstans mellan Jönköping och Stockholm förstår jag att jag kommer att dö. Jag har ingen längtan att lämna jordelivet, tvärtom. Men i det ögonblicket beslutar jag mig för att släppa taget. Och då inställer sig plötsligt ett behagligt lugn. Jag ser ljuset. Upplever en stor lycka.

En rivstart på en intervju, utan tvekan.

Ena sekunden lugnt drickande kaffe med kardemummakaka i ett vardagsrum, där enda livstecknet under 50 år är en skällande hårboll som vill att husse ska sparka en tennisboll över ett parkettgolv stort som en tennisbana. I nästa stund indragen i en

dramatisk berättelse om livets skörhet och dödens närhet.

Men så har acceleration och snabba kast också alltid varit Janne Carlzons signum.

Som före detta flygbolagsdirektör har han förmodligen fört fler svenskar till himlen än någon annan. Visserligen bara till 10 000 meters höjd och vidare till ett affärsmöte eller en turistort med billig sangria och grisfester. Men för många ändock en sorts försmak till paradiset.

Rekordung gjorde han entré i näringslivets toppskick. Blev medias kelgris och betonghäckarnas fasa. Lirade tennis med Björn Borg och debatterade med Olof Palme. Lärde gamla hundar sitta med sin banbrytande bok "Riv pyramiderna". Dök till och med upp som kypare i Lasse Åbergs "Sällskapsresan 2". Fick grattistelegram från George Bush den äldre på femtioårsdagen. Ty tjänstemannens son har alltid väckt starka känslor.

– Jag tror många ägaregrupper såg min ungdom som en spännande, ny dimension. Jag tillhörde de tidiga 40-talisterna, de första som bröt väg in i näringslivet utan att nödvändigtvis ha det som arv i släkten. Då blev du också väldigt sedd, nästan en sorts idol. Det är lite som när de första invandrarna hamnade på positioner.

Du var näringslivets Zlatan?

– På sätt och vis. Första gången Expressen och Ica-kuriren valde "Sveriges populäraste man" blev jag nummer ett. Det dröjde bara ett år innan en annan företagsledare såg till att ta över den titeln. Jag tänkte en

stubin – och jag utnyttjades av media för alla slags synpunkter: om jordbrukspolitik, invandrarpolitik... allt.

Nu är SAS-Janne på väg ner för landning i dubbel bemärkelse. Statistiskt sett är 70 år mer än trekvarts livstid. Den en gång så välkända pojkluggen har förvandlats till en hög tänkarpenna. En avsliten hälsena under en tennismatch förra hösten gjorde honom dessutom påmind om kroppens sönderfall och livets förgänglighet.

– Men skadan var nog ändå bra för mig. Att först gå där i gips i sedan i något som liknade en gigantisk skidpjäxa... ja, det tvingade mig att bromsa upp och tänka igenom saker och ting. I somras fick jag till mig ett uttryck. Två äldre män står vid ett vägskaöl och den ene säger: "Nu måste du välja en av två vägar. Antingen börja dö, eller börja leva."

När vå:n blir gammal blir han filosof?

– Ungefär så. Det gjorde mig ännu mera övertygad om att det handlar om att ligga ett steg före, att hellre göra en hälsokontroll för mycket. Åldrandet har aldrig varit förenat med någon ångest för mig. Men att det går att så mycket som möjligt själv sätta sig i the driving seat. Och jag är aldrig så full av kamplust, som när det gäller att återställa balansen i tillvaron.

Hur mycket jobbar du i dag?

– 2008 tog jag beslutet att backa något, att bara arbeta tisdag till torsdag. Det blev nästan sjukligt jobbigt. Ledig fredag gick väl an, men att plötsligt även ha måndagen... Jag såg Fred gå till plugget och

”Jag bestämde mig tidigt att bli sonen som mina föräldrar aldrig skulle behöva vara oroliga för. Jag skulle leverera.”

Susanne till sitt kontor och kände mig... jag vet inte, men jag insåg att jag inte trivdes med ledigheten, att det var något jag måste jobba med

Det låter inte riktigt friskt?

– Nej, men sedan påminnes jag om hur det var när jag föddes. Mina föräldrar hade fött tre barn som alla dött. Först tvillingar som levde bara en vecka, sedan en son som 2,5 år gammal trillade på gräsmattan, slog i huvudet och drunknade i fågelbadet. Så föddes jag med navelsträng runt halsen, alldeles blå i ansiktet, och överlevde bara för att man snabbt satte in upplivningsförsök. Jag bestämde mig tidigt att bli sonen som mina föräldrar aldrig skulle behöva vara oroliga för. Jag skulle leverera. Det är nog vad jag har hållit på med hela livet. Jag har aldrig sagt nej, alltid varit tillgänglig och ambitiös. Men jag har aldrig utgått från mig själv. Det är en stor ryggsäck som jag har burit. Men den har också haft vingar. Den har gjort mig till vad jag är.

Är du lik dina föräldrar?

– Mest pappa, tror jag. Han var lägre tjänsteman på Länsstyrelsen i Nyköping, medan mamma skötte hemmet. Han såg ut som Jack Nicholson och var en mycket omtänksam, artig och behaglig person. Han var bättre på att ställa upp på enskilda personer, än jag har varit.

Vem ser du när tittar på dig själv i backspjeln?

– 40-åringen som skulle lösa SAS kris tar jag ansvar för. 32-åringen som blev vd för Vingresor lämnar däremot en del övrigt att önska. Vi tar ett exempel: Jag skulle hålla ett inledningsanförande för att motivera personalen, och när jag klev ner från podiet sa en i ledningsgruppen: ”Janne, det var nog det sämsta jag någonsin hört. Det var

ju bara siffror, ingen känsla.” Man hade förstås gett mig uppdraget för att jag skulle vara den jag är, inte någon annan.

Är det viktigt med medarbetare som säger sanningar ibland?

– Ja, och han blev också vd så småningom, den mannen. En annan anekdot handlar om när jag skulle hålla tal för transportministeriet i Washington och skickade manus till Marcus Wallenberg. Han ringde hotellet och sa: ”Du ska inte åka omkring i världen och tala om saker du inte begriper! Nu ses vi på Täckas Udden för lunch.” Där skällde han som en bandhund. Hävdade den gamla ursvenska tesen att bästa sättet att öka vinsten med en krona är att spara en krona, medan jag tvärtom menade att svenskt näringsliv var fredsskadat, att vi måste börja göra affärer istället för att fixera oss på kostnaderna. Jag ville vara offensiv, gasa på, istället för att bromsa. När jag skulle gå, dunkade han mig i ryggen och sa: ”Kom ihåg en sak, Jan. När du vet att du har rätt ska du alltid stå på dig.” Några månader senare var han död.

Vad driver dig, makt eller pengar?

– Mina egna pengar har jag aldrig varit speciellt duktig på att förvalta. Jag minns när jag våren 1981 presenterade SAS nya affärsstrategi för alla cheferna och hur en av dem kom för sent tillbaka från lunchen. Han hade tyckt att jag målade framtiden så ljus, att han sprang ner på banken och köpte aktier i företaget. Det hade jag själv aldrig kommit på.

Samtidigt sitter du på en jättevilla i Djursholm, plus tre andra fastigheter i skärgården, Skåne och Verbier?

– Kanske för att jag aldrig har strävat dit? Till Linjeflyg fick de nästan släpa mig. Jag har aldrig drivit en aktiv karriär.

Det enda jag har försökt nå är närhet till människor, till anställda.

Hur tidigt förstod du att du skulle bli chef?

– Curt Nicholin och jag knallade en gång igenom en av Vingresors miniklubbar på Rhodos. Där fanns ett 20-tal småbarn. När vi kom ut sa han: ”Jag kunde nog identifiera åtta ledargestalter där inne!” Men själv... Ja, kanske såg man det, när jag på Handels utsågs att hålla talet till skolan. Med på middagen var även Palme, som var ecklesiastikminister. Han ville förstатliga skolan och tydligen trampade jag på en öm tå. För när Palme skulle tacka för maten sa han: ”När det gäller studenternas representant herr Carlzon vill jag ge ett gott råd inför framtiden: Sila snacket!”

Ska en chef utse sin egen efterträdare?

– Aldrig. Då väljer han nästan alltid någon som är lik sig själv. Varje tid kräver sin egen karaktär på ledning. Jag har vänt fem företag med fem olika strategier. Även en avgående vd i styrelsen blir ofta en bromskloss.

Har du någonsin gjort ett dåligt jobb?

– Första åtta åren på SAS var jag en lysande chef. De sista fem troligen fel man. Jag har varit mycket bra på att vända förlusttyngda företag, men sämre på att förvalta ett som redan går bra. Min kompis Arne Naess sa efter att ha bestigt Mount Everest: ”Jag hade en dröm, jag nådde min dröm, jag förlorade min dröm. Gud ska veta att jag saknar den.” Jag förstod precis.

Och din dröm har varit?

– Jag har alltid varit besatt av det strategiska ledarskapet. Istället för att vara den gamle chefen som petar i allt, som inte törs släppa taget, vill jag få människor att ta eget ansvar. Släppa dem fria.

Hur gör man det?



– Genom att ha en vision, sätta mål, lyssna noga på omgivningen, våga fatta beslut om en gemensam affärsstrategi och att kunna kommunicera mycket aktivt. ”Jag hör vad du säger och jag känner vad du menar.” Bästa ledarfilosofin finns i Bibeln: ”Allt ni vill att människorna ska göra för er, det ska ni också göra för dem.”

Ja, du har ju faktiskt gett ut en Bibel?

– Ja, jag är både medfinansiär och medaktiv. *The Book* utgår från vår tanke att om de här 3 000-åriga skrifterna ska vara etisk norm i dagens samhälle, så måste de också illustreras utifrån dagens miljö. Annars blir de bara fabler. Mest stolt är jag kanske över att vi lyckades få rabbinen, imamen och ärkebiskopen att skriva ett förord, där de betonade sina religioners gemensamma bakgrund.

Tror du själv på Gud?

– Jag citerar gärna Göran Tunström: ”Gud finns inte. Jag tror på honom.” För om vi säger att Gud finns måste vi också ge honom bestämda egenskaper: man, kvinna, arab... Roligaste gudstron mötte jag hos en konfirmand som sa: ”Jag har verkligen kämpat med att hitta en Gud och jag kan inte säga att jag har lyckats. Inte förrän häromkvällen när solen gick ner i havet och det blev gula strimmor, som av guld i vattnet. Den kvällen, måste jag säga,

visade Gud verkligen framfötterna!”

Ber du?

– Hur ska jag säga...? I snart 70 år har jag levt mitt liv. Jag har aldrig sträckt ut händerna. Det som har skett har skett. Jag säger som Astrid Lindgren: ”Jag tror på Gud, när jag behöver honom.” Men det har i alla fall funnits en gång då Gud har talat till mig. Min underbara sekreterare var frälsningssoldat och bad mig en dag komma till templet på Östermalmsgatan och ha ett eftermiddagsmöte med Stanley Sjöberg. Efteråt bars det fram två blomsterbuketter och jag tänkte: ”Nu ska vi avtackas.” Istället blev det en bön som lød: ”Tack gode Gud för att du har sänt oss Janne Carlzon och Stanley Sjöberg!” Det var första gången jag tackades genom ett ombud...

Vad händer efter döden, du som varit där och nosat minst två gånger?

– Det enda man vet säkert är väl det mannen säger i Tage Danielssons historia; han som stack näsan i graven och utbrast: ”Vad var det jag sa? Du dog till sist!” Så här efteråt kan jag förstå att det som hände mig på flygplanet – kollapsen och medvetlösheten – var ett sätt för kroppen att handskas med en kritisk situation. Men för mig var det i högsta grad en konkret dödsupplevelse. I tanken dog jag verkligen. Och jag är glad att ha fått göra det.

Namn: Jan Gösta Carlzon.

”På Länsstyrelsen i Nyköping fanns tre tjänstemän med samma namn och eftersom pappa var lägst i rang fick han välja stavning sist.”

Född: 25 juni 1941 i Nyköping.

Familj: Hustrun Susanne och barnen Hanna, 18, och Fred, 15, båda studerande. Barnen Jesper, 44, pilot, Malin, 41, distriktssköterska och Maria, 41, managementkonsult, i ett tidigare äktenskap.

Karriär: Startade som tolvåring ett enmansföretag som körde ut post per cykel åt Lantmäteristyrelsen för 125 kronor i månaden. Sedermera vd för Vingresor, Linjeflyg och SAS. Investerare, finansman och affärsutvecklare. Ordförande i Mentor som vill stärka ungdomars självkänsla för att undvika våld och droger.

Kuriosa: Skrev som klubbmästare på Handels till Beatles och erbjöd fri taxi från Arlanda ”om ni spelar gratis i aulan och betalar hotellet ur egen ficka”. Han fick aldrig svar.

Konserter



FOTO: ELLIOT ELLIOT

Söndag 28 november 19.00

Danderyds kyrka

Juloratoriet av J S Bach.
Vokalensemblen, Kammarkören, Drottningholms barockensemble.
Sopran: Elisabeth Meyer.
Alt: Anna Zander.
Tenor/evangelist: Conny Thimander.
Bas: Carl Ackerfeldt.
Dirigent: Rikard Karlsson.
Entré: 150 kr/75 kr (ungdom och pensionär). Förköp i Danderyds församlingsgård 22-26/11, 9.00-15.00.

Lördag 4 december 16.00

Djursholms kapell

Adventskonsert med Kapellkören. Cecilia, Ingrid och Ingemar von Heijne samt instrumentalister.

Söndag 5 december 16.00

Sätraängskyrkan

Adventskonsert med Petruskören.
Baryton: Gunnar Birgersson.
Piano/orgel: Rikard Karlsson.
Dirigent: Erna Scherwin.

Söndag 5 december 19.00

Petruskyrkan

Adventskonsert med kammarkören Cantare.
Dirigent: Johanna Pomo.
Entré: 100 kr/50 kr.

Tisdag 7 december 19.00

Enebykyrkan

Pianokonsert med Janos Solyom. Musik av Franz Liszt.
Entré: 50 kr.

Söndag 12 december 16.00

Danderyds kyrka

Adventskonsert med Danderyds kyrkas kammarkör.
Piano/orgel: Anders Ölund.
Harpa: Ingrid Lindskog.
Dirigent: Erna Scherwin.

Måndag 13 december 19.30

Danderyds kyrka

Luciakonsert med kyrkans barnkörer.
Dirigent: Erna Scherwin.

Lördag 18 december 16.00

Danderyds kyrka

Julens sånger och psalmer med Kyrkokören. Lyssna till och sjung med i julens sånger och psalmer.
Organist: Anders Ölund.
Dirigent: Rikard Karlsson.

Söndag 19 december 16.00

Danderyds kyrka

Julkonsert med Vokalensemblen. Förutom att sjunga med i *Dagen är kommen* och andra julsånger så utlovas pepparkaksgubbar, franska Noëls och någon musikalisk överraskning.
Organist: Anders Ölund.
Dirigent: Rikard Karlsson.

Söndag 19 december 18.00

Enebykyrkan

Julkonsert med Enebykyrkans kör, Arne Wikström.
Dirigent: Johanna Ek.

TRETTONDEDAG JUL

6 januari 16.00

Danderyds kyrka

Musikgudstjänst med Trettondagsmusik av Anders Öhrwall framförd av Kyrkokören.
Dirigent: Rikard Karlsson.
Präst: Stefan Bendtz.

Lördag 12 mars 17.00

Kulturhuset i Ytterjärna och

Söndag 13 mars 17.00

Danderyds kyrka

Matteuspassionen av J S Bach.
Vokalensemblen, Kammarkören, Stockholms Domkyrkas Gosskör och Edsbergs kammarorkester.
Sopran: Karin Andersson.
Alt: Ivonne Fuchs.
Tenor: Leif Aruhn-Solén.
Bas: Carl Ackerfeldt.
Evangelist: Conny Thimander.
Jesus: Petteri Salomaa.
Konsertmästare: Per Enoksson.
Dirigent: Rikard Karlsson.



Gudstjänster

FÖRSTA I ADVENT

28 november

Danderyds kyrka

9.00 Gudstjänst med små och stora, Lisa Axelsson Runeborg, barnkörerna.

11.00 Högmässogudstjänst, Staffan Hellgren,

Johanna Keck, Kyrkokören.

19.00 Juloratoriet.

Djursholms kapell

11.00 Gudstjänst, Ulrica

Aspenberg, Kapellkören.

Enebykyrkan

11.00 Gudstjänst, Christina

Molin, Emma Rudäng, Arne

Wikström, Enebykyrkans kör.

JULAFTON

24 december

Danderyds kyrka

10.00 Samling vid krubban,

Monika Regnfors Sjören,

Lisa Axelsson Runeborg,

barnkörerna.

17.00 Julbön,

Staffan Hellgren, Julkör.

23.30 Julnattsmässa,

Jennie Petersen.

Djursholms kapell

9.00 Lillkrubban, Johanna Keck.

10.00 Samlings vid krubban,

Johanna Keck, barnkören.

17.00 Julbön, Lars Collmar.

23.30 Julnattsmässa, Christina

Odenberg.

Enebykyrkan

11.00 Samlings vid krubban,

Emma Rudäng.

23.30 Midnattsgudstjänst, Arne

Wikström, Enebykyrkans kör.

Petruskyrkan

10.00 Samling vid krubban,

Jennie Petersen.

17.00 Julbön,

Georgina Fornhammar.

Sätraängskyrkan

23.30 Julnattsmässa,

Georgina Fornhammar.

JULDAGEN

25 december

Danderyds kyrka

7.00 Julotta,

Fredrik Hesselgren, Julkör.

Djursholms kapell

7.00 Julotta, Staffan Hellgren,

Kapellkören.

Sätraängskyrkan

16.00 Juldagsmässa,

Fredrik Hesselgren.

ANNANDAG JUL

26 december

Enebykyrkan

Sammanlyst gudstjänst

11.00 Gudstjänst,

Arne Wikström.

NYÅRSAFTON

31 december

Danderyds kyrka

17.00 Nyårsbön, Jenny Karlsson.

Djursholms kapell

17.00 Nyårsbön,

Ulrica Aspenberg.

GUDSTJÄNSTER

annonseras i Stockholms
Stifts gudstjänstannons
i DN och SvD

PÅ FREDAGAR

www.svenska.kyrkan.se/danderyd

Kyrkrösten 08-568 957 34

Enebykyrkan

17.00 Nyårsbön,

Christina Molin.

NYÅRSDAGEN

1 januari

Danderyds kyrka

11.00 Högmässa,

Monika Regnfors Sjören.

Enebykyrkan

11.00 Gudstjänst med nattvard,

Christina Molin.

Söndag 2 januari

Danderyds kyrka

11.00 Högmässogudstjänst,

Jenny Karlsson.

TRETTONDAG JUL

6 januari

Danderyds kyrka

16.00 Musikgudstjänst på

Trettondagen.

Djursholms kapell

11.00 Gudstjänst,

Lars Åke Lundberg.

Enebykyrkan

11.00 Missionsgudstjänst,

Emma Rudäng, Christina Molin,

deltagare från Indienresan.

Andlig vägledning

Att tala vänskapligt med Gud.

Vad vill jag med mitt liv?

Hur hittar jag det som är

viktigt för mig? Och hur bär

jag mig överhuvudtaget åt för

att höra Guds röst? Andlig

vägledning inleds med tankar

kring ett tema som följs av

en meditation och därefter

delas i ett samtal.

Tisdagar jämna veckor 19.00

i Danderyds kyrka.

Start: 11 januari.

Bibeln och ditt liv

Samtal kring bibeltexter och

vad de har att säga oss idag.

Start: Onsdagen den

12 januari 12.00-13.30.

Jämna veckor i Andrum,

Mörby centrum.

Livscoaching

Vad är viktigt i livet? Hur

hittar du din balans? Tre

träffar där vi arbetar med

frågeställningar, mål och

strategier kring harmoni

och utmaningar i livet.

Onsdagarna 19/1, 2/2 och 16/2

12.00-13.00 i Andrum,

Mörby centrum.

Endagsretreat

i Ignatiansk anda

Tid: 10.00-17.00, lördagar

19 februari och 2 april.

Plats: Petruskyrkan.

Pris: 250 kr (inkl. lunch+kaffe).

Anmälan och information

till samtliga aktiviteter:

Monika Regnfors Sjören,

08-568 957 22.

Välkommen

BARN

Kyrkans förskola, 1-5 år

Kyrkans förskola finns i Djursholms församlingsgård, vid Petruskyrkan i Stocksund och vid Enebytorget. Verksamheten bygger på små grupper med hög personaltäthet. Genom lek, sång och skapande verksamhet vill vi ge barnen god självkänsla och trygg gruppgemenskap. Som kyrkans förskola har vi kristen tro och tradition som plattform i vårt arbete. Vi följer förskolans läroplan som ska lägga grunden för ett livslångt lärande. Maxtaxa. För ytterligare information är du välkommen att ringa förskolechef Ebba Zeno, 08-568 957 02. Anmälan till www.danderyd24.se Varmt välkommen!

Barnrytmik

Musik, lek och fika för barn och vuxna.
Onsdag 10.00–11.30, 1,5–3 år.
Onsdag 11.45–13.15, 0–1 år.
Plats meddelas senare.
Avgift: 200 kr/termin.
Ledare/anmälan: Christiane Højlund, 070-952 81 82.

Spädbarnsmassage

Ålder: 2–6 månader.
Max åtta barn/kurs.
Start: Torsdag 20 januari 11.00–13.00.
Plats: Andrum, Mörby centrum.
Kostnad: 200 kr för 5 träffar à 1,5 tim.
Ledare/anmälan: Susanne Kindwall, 070-483 62 60.

Söndagsskola i Enebykyrkan

Söndagar 11.00.
Kontakt: Emma Rudäng, 08-758 44 54.

UNGDOM

Aupair meeting

Djursholms församlingsgård. International group. A place where you can get to know other aupairs, learn from each other, have a coffee and a laugh...
Thursdays 7 pm. Contact: Rut Niska Säfström, 08-568 957 36.
Start 13th of January.

Konfirmation

Född 1996? Under 2010-2011 är det din tur att vara konfirmand. Kontakta Lotta Gunnarsson, 08-568 957 43.

Svenska Kyrkans Unga

Petruskyrkan i Stocksund är mötesplatsen för unga i Danderyd efter konfirmationen. Svenska Kyrkans Unga träffas varje torsdag utom under skollov. Alla är välkomna, även du som varit konfirmand någon annanstans.
Ungdomsmässa 19.00.
Kontakt: Lotta Gunnarsson, 08-568 957 43.

VUXNA

Samtalsgrupp

Utifrån vardagslivets händelser och Bibeln samtalar vi om tro och tvivel och om att leva som kristen. Tisdagarna 23/11, 21/12, 18/1, 15/2, 15/3, 12/4, 10/5 19.00-21.00 i Vagnslidret, Sätträängskyrkan.
Kontakt: Lennart Rapp, 08-644 48 72.

Kvinnodialog

Samtalsgrupp för kvinnor
20/11, 18/12, 29/1, 26/2, 26/3, 30/4, 28/5 10.00–12.00 i Vagnslidret Sätträängskyrkan.
Kontakt: Kerstin Alterman, 08-753 13 08.

Leva vidare-grupper

Du som har drabbats av sorg är välkommen att delta i en *Leva vidare-grupp*. Där finns möjlighet att dela tankar och känslor till andra. För information, välkommen att ringa diakon Catharina Björnstedt, 08-568 957 29.

Lovsång- och bönegrupp

Tisdag 7/12, 1/2, 1/3, 29/3, 26/4 19.30 i Vagnslidret, Sätträängskyrkan.
Kontakt: Lennart Rapp, 08-644 48 72.

Män emellan

Samtalsgrupp för män.
Sätträ prästgård 13/11, 4/12, 15/1, 5/2, 26/2, 19/3, 9/4, 30/4, 21/5, 11/6 10.00.
Kontakt: Johan Olsson, 070-249 00 75.

Gymnastik för äldre

Måndagar 10.00-11.00 i Danderyds församlingsgård.
Start: 17 januari. Gruppen kan för tillfället inte ta emot nya deltagare. Kostnad: 200 kr.
Ledare: Britt Hellgren.
Onsdagar 10.00-11.00 i Danderyds församlingsgård.
Start: 19 januari.
Ledare: Heléne Thamm.
Kostnad: 200 kr. Anmälan till Inessa Rejer, 08-568 957 21.

Seniorqigong

Tisdagar 10.00-11.00 i Enebykyrkan. Start: 25 januari.
Ledare: Rosmarie Sandahl.
Kostnad: 150 kr. Anmälan till Inessa Rejer, 08-568 957 21.

Bibelstudium

Samtal utifrån en bibeltext.
Tisdagar 8/2, 8/3, 5/4, 3/5, 7/6 13.00 i biblioteket i Danderyds församlingsgård.
Anmälan till diakon Inessa Rejer, 08-568 957 21.

Kyrkbänken i Mörby Centrum

Bänken står utanför Apoteket. På onsdagar 15–17 finns präst, diakon eller annan personal från församlingen på plats för samtal. De berättar också gärna mer om församlingens verksamhet.

Afternoon tea

Musik, underhållning eller föredrag samt kaffe/te och andakt. Onsdagar 14.00–15.30 i restaurangen, Kevinge Vårdshus, Edviksv. 1 A.
Start: 19/1. Kontakt: Catharina Björnstedt, 08-568 957 29.

Nya Trivselklubben

Torsdagarna 13.00-15.00 i Petruskyrkan, Stocksund.
Kontakt: Rut Niska Säfström, 08-568 957 36.

Livsglädje tillsammans

Fyra programträffar i Enebykyrkan. Tisdagarna 25/1, 22/2, 22/3, 19/4, 25/5 14.00.
Kontakt: Inessa Rejer, 08-568 957 21.

TRÄFFPUNKTER

Andrum är Danderyds församlingslokal i Mörby centrum, plan 5, uppgång Vårdcentralen. Här kan du delta i gruppverksamhet eller i öppen verksamhet.

Öppet hus – måndag och tisdag 12.00-16.00. Start: 10/1.
Inleds med andakt 12.00.

Musiklyssning – torsdagar 13.30-14.30, jämna veckor. Start: 13/1.

Bibeln och ditt liv – onsdagar 12.00-13.30, jämna veckor. Start: 12/1.

Livscoaching – onsdagarna 19/1, 2/2, 16/2 12.00-13.00.

Lunchföreläsningar – onsdagarna 2/3, 16/3, 30/3 12.00-13.00.

Spädbarnsmassage – fem torsdagar 11.00-13.00. Start: 20/1.

Frukost i gemenskap – fredag 9.00-11.00. Start: 14/1.

Kontakt för Andrum: diakon Fredrik Gyllenhög, 08-568 957 25.

Sjung i kör

Vi har körer för alla åldrar. På hemsidan hittar du en utförlig presentation.



BILD: PYRET SELLBERG.

KREATIVA KURSER

Ikonmålning

Onsdagar 18.00-21.00 i Vangslidret Sättraängskyrkan.
Pris: 1 500 kr exklusive material för 12 ggr.
Ledare: Pyret Sellberg.

Akvarellmålning

För dig som har målat ett tag.
Tisdagar ojämma veckor 17.30-20.00 i Danderyds församlingsgård.
Start: 18/1.
Pris: 750 kr för 8 ggr.
Ledare: Marianne Sarberg.

Keramik

För barn mellan 8-12 år.
Tisdagar 16.30- 18.00 i Danderyds församlingsgård, entré F.
Ledare: Berna Lindahl.
Kostnad: 650 kr/ termin.

Anmälningar till samtliga kurser: Rut Niska Säfstrom 08-568 957 36 eller e-post rut.niska.safstrom@svenska kyrkan.se

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

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

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

Informatör
Christina Högberg, 08-568 957 08.

Församlingspedagog
Rut Niska Säfstrom,
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) Enebytorp, 08-758 66 52.
Petruskyrkan, Kyrkv. 27, Stocksund, 08-568 957 64.
Sättraängskyrkan, 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, (föräldraledig, 2010).
Johanna Keck, 08-568 957 20.
Magnus Ludvigson, föräldraledig 2010.
Monika Regnfors Sjören, 08-568 957 22.
Jennie Petersen, 08-568 957 19.
Arne Wikström, 08-568 957 17.
Jenny Karlsson, (vik vt 2011) 08-568 957 15.

Sjukhuspräster

Stefan Bendtz, 08-655 51 94.
Fredrik Hesselgren, 08-568 957 46.

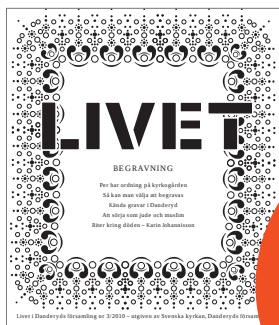
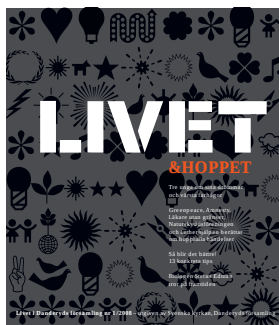
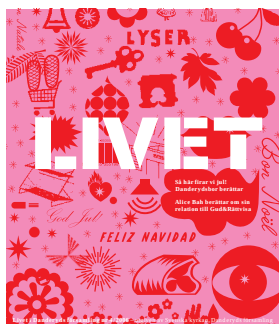
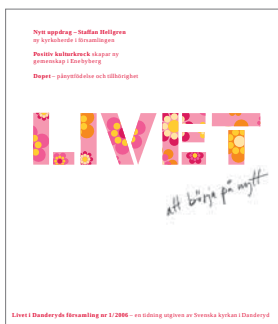
Diakoner

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.



LIVET VANN 25 oktober 2010 första pris i Svenska Publishing-Priset i klassen Medborgartidningar.

I tävlingen bedömdes design, text, repro, tryck och visuellt innehåll. Livet fick, tillsammans med ytterligare en tidskrift, full poäng (40 av 40 möjliga poäng) bland 136 bidrag fördelade på 27 kategorier som årsredovisningar, praktverk, kund-

tidningar, kataloger, kokböcker mm.

Juryns motivering: "För nytt innehåll åt ett uråldrigt ämne, bra målgruppsanpassning i text och färgval samt ett tilltalande omslag."

Ge oss gärna förslag på vad du vill läsa om i kommande nummer. Mejla informatör christina.hogberg@svenskakyrkan.se.