



Svenska
kyrkan

Församlings- BLADET

SVENSKA KYRKAN I GUSTAVSBERG-INGARÖ

God Jul!

- TEMA: Vårt behov av andlighet
- Advent och jul i församlingen
- Måla din ikon

#4
2024

Trygg varm
välkomnande!

Innehåll

2 Kyrkoherdens tankar

3 Vårt behov andlighet

När livet rusar fram i högt tempo, blir eftertanke och reflektion, över det vi är med om i våra liv, allt viktigare.

6 Varsamhet & hållbarhet i livet

Om bland annat församlingens pilgrimsvandringar, retreatar, skörde- och återbruksmarknad.

8 Två om andlighet

Två församlingsbor berättar om sin syn på andlighet.

9 Kostnadsfria familjeterapisamtal

Diakon Emmett Norling i Gustavsberg-Ingarö församling erbjuder kostnadsfria familjeterapisamtal.

10-11 Notiser

Julinsamlingen, kyrkovalet 2025, jullunch och annandagsfirande.

12 Gudstjänster

Från advent till påsk.

13 Konserter och musik

Njut av någon av församlingens konserter eller sjung i kör.

14 Verksamheter

15 Personal och kontakt

16 Tankar på baksidan

Var hittar du din korrek?

FÖRSAMLINGSBLADET ges ut av Gustavsberg-Ingarö församling, Svenska kyrkan.

Tidningen kommer ut med fyra nummer per år och distribueras till samtliga hushåll i församlingen.

ANSVARIG UTGIVARE

Elisabeth Magnusson Rosengren

REDAKTION Christer Engström,

Frida Brink

OMSLAGSBILD Kristin Lidell/ Ikon

TRYCK Tellogruppen. Upplaga: 12 700



Svenska kyrkan

Kyrkoherdens **tankar**

Kraftsamling

I HELGEN HADE vi 7-årskalas för våra barn och deras klasskompisar. Det blev tre högljudda, stimmiga och mer eller mindre kaotiska tre timmar; precis så som barnkalas är och väl ska vara! Ungefär i halvlek så drog sig vår dotter undan och satt för sig själv en stund. Senare på kvällen undrade jag om det var så att hon inte tyckte att det var ett roligt kalas. ”Jo mamma”, svarade hon, ”det tyckte jag! Jag var bara tvungen att dra mig undan en stund för att samla ny kraft.” Hon svarade som att det var den självklaraste och mest naturliga sak i världen. I kyrkans vokabulär finns det massor av ord för detta; reflektion, kontemplation, meditation, retreat... Att dra sig undan från bruset i världen och söka kontakt med sitt inre är nämligen en naturlig del av människans grundläggande behov av andlighet.

JUST ANDLIGHET, som är temat för detta nummer av församlingsbladet, kan ta sig olika uttryck för olika människor. För vissa kanske det handlar om att söka svar på de existentiella frågorna, för andra om att hitta balans i livet, för en tredje om att söka och möta Gud och för en fjärde om att hämta kraft från djupet av sig själv och/eller från Gud. Vissa går ut i naturen, andra till gudstjänster, till enskild andakt eller till konserter...

VI NÄRMAR OSS advents- och jultiden med stormsteg. Det är en tid av fixande och fejande, familjesammankomster och släktfejder, köttbullerullande och brända pepparkakor, tingeltangel och blinkande lampor, tomtar och troll, kilometerlånga kassaköer och tomma bankkonton, tindrande barnaögon och rinnande tårar, det är högt ställda förväntningar och besvikelser. Och mitt i bruset och kommersen står krubban; centrum och mål för vårt julfirande. Krubban som ska komma att bli den enklaste av viloplatser för det nyfödda, värnlösa barnet; Gud själv; Försonaren, Frälsaren, Befriaren och Fredsfursten.

JAG HOPPAS ATT du, under denna advents- och jultid får möjlighet att samla kraft. Att du får möjlighet att dra dig undan från bruset, stojet och förväntningarna och böja dig ner en stund framför krubban. Jag hoppas att du tar dig tid att möta det lilla, nyfödda barnets blick; Gudabarnet som bär på hopp, kärlek och framtid. Barnet som blickar mot ditt livs djup och som ser allt det som är just Du. Du, så som du är skapad, önskad, älskad och sedd.

*Giv mig ej glans, ej guld, ej prakt i signad juletid.
Giv mig Guds ära, änglavakt och över jorden frid.
Giv mig en fest som gläder mest
den konung jag har bett till gäst.
Giv mig ej glans, ej guld, ej prakt.
Giv mig en änglavakt.*

SvPs 645:1

Elisabeth Magnusson Rosengren
KYRKOHERDE



Foto: Magnus Aronson

Vårt behov av *andlighet*

Intresset för andlighet växer och är kanske nu större än någonsin. Yogan lockar många, astrologin har fått ett uppsving och självhjälpsböckerna säljer som smör i solsken. Men hur kommer det sig att vi är lockade av den inre resan och varför just nu?

Text: Frida Brink



– Ska vi ta en walk and talk? Camilla Ulén, som är präst i Gustavsberg-Ingarö församling, dyker upp vid min sida och ger mig ett av sina breda leenden.

– Det är en sådan underbar dag, jag vill gärna vara utomhus så mycket jag kan, säger hon. Och visst kan vi ta en walk and talk. Det är en fantastisk höstdag när vi möts. Trädens löv lyser i orange och gult och solen glittrar i fjärden nedanför oss. Vi ska prata om andlighet; vårt behov och vårt sökande efter andlighet.

Varför växer intresset för andlighet och varför just nu?

Camilla funderar en stund. Sedan svarar hon eftertänksamt:

– Samhället uppmuntrar inte till inre resor, snarare tvärt om. Allt går fortare och fortare och kraven ökar på livets alla områden. När vi pressas allt hårdare är det svårt att hitta inre ro. Kraven finns ständigt närvarande, tid och utrymme till återhämtning samt påfyllnad är svårt att hitta.

Camilla konstaterar att när livet rusar fram i högt tempo, blir eftertanke och reflektion, över det vi är med om i våra liv, allt viktigare.

– Vi har skapat ett prestationssamhälle, där de inre dimensionerna inte får

plats, men jag tror att allt fler upptäcker att vi måste vara varsamma om oss själva och vår omvärld. För att lyckas med detta måste vi stänga av bruset, bli stilla och lyssna inåt.

Varsamhet och hållbarhet

Pilgrimsvandringar, retreats, sinnesromässor och trädgårdsgruppen är några av alla de områden som Camilla är engagerad i. Som en röd tråd genom dessa områden går tanken om varsamhet och hållbarhet både riktad till oss själva och till vår omvärld.

När jag frågar Camilla varför hon har engagerat sig i just dessa verksamheter, de som nu är samlade under det poetiska namnet *Varsamhet och hållbarhet i livet*, berättar hon att det är vårt uppdrag som människor, som kristna och som församling att leva varsamt med hela skapelsen. Ur en varsam livsstil växer hållbarhet fram menar hon.

– Jag vill ge utrymme för människor att hitta tid för ro och reflektion, för när vi låter tempot sjunka gör vi plats för tacksamhet över livet och får kraft att förändra. När stillheten får utrymme inom oss, upptäcker vi vad vi har omkring oss, vem vi möter och hur vi kan finnas för varandra.

Camilla berättar om sinnesrobönen. Den sätter nämligen ord på hennes längtan efter hållbarhet i livet och i världen. Hon citerar de första raderna: *Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mod att förändra det jag kan och förstå att inse skillnaden.*

Längtan driver oss att söka

I vårt samtal återkommer Camilla till vår inneboende längtan. Hon menar att längtan är en kraft inom oss, som driver oss att söka. Hon ser den inre längtan som ett av Guds tilltal till oss människor. Längtan är en dragningskraft till en djupare andlighet och till Gud. Vi kan välja att bejaka vår längtan och söka närhet till det som är

större än oss själva.

Hur närmar man sig då sin inre längtan och närheten till Gud?

– En bra start är att fråga sig *Vad berör mig?* Svaret på den frågan kan leda dig till sammanhang där du känner dig hemma och där du kan utforska din längtan.

Det goda samtalet ger livsmod

Camilla lyfter fram vikten av att skapa utrymme för det goda samtalet.

– Det är värdefullt för oss att mötas i samtal, där vi berör det som verkligen är viktigt för oss. Där vi vågar och vill dela med oss av våra tankar. I det goda samtalet ryms allt, både oro, rädsla, sorg, glädje och tacksamhet. Ett sådant samtal är inte alltid enkelt att finna, men när vi gör det ger vi varandra livsmod.

Katekumenatet är en samtalsgrupp, som Camilla leder. Det är en mötesplats för samtal om tro och liv. De möts regelbundet och varje träff blir en del av ett lägre samtal. Samtalet tar vid där det slutade gången innan, vilket låter funderingar och frågor haka i varandra. Att de möts regelbundet gör att samtalen och även närheten djupnar.

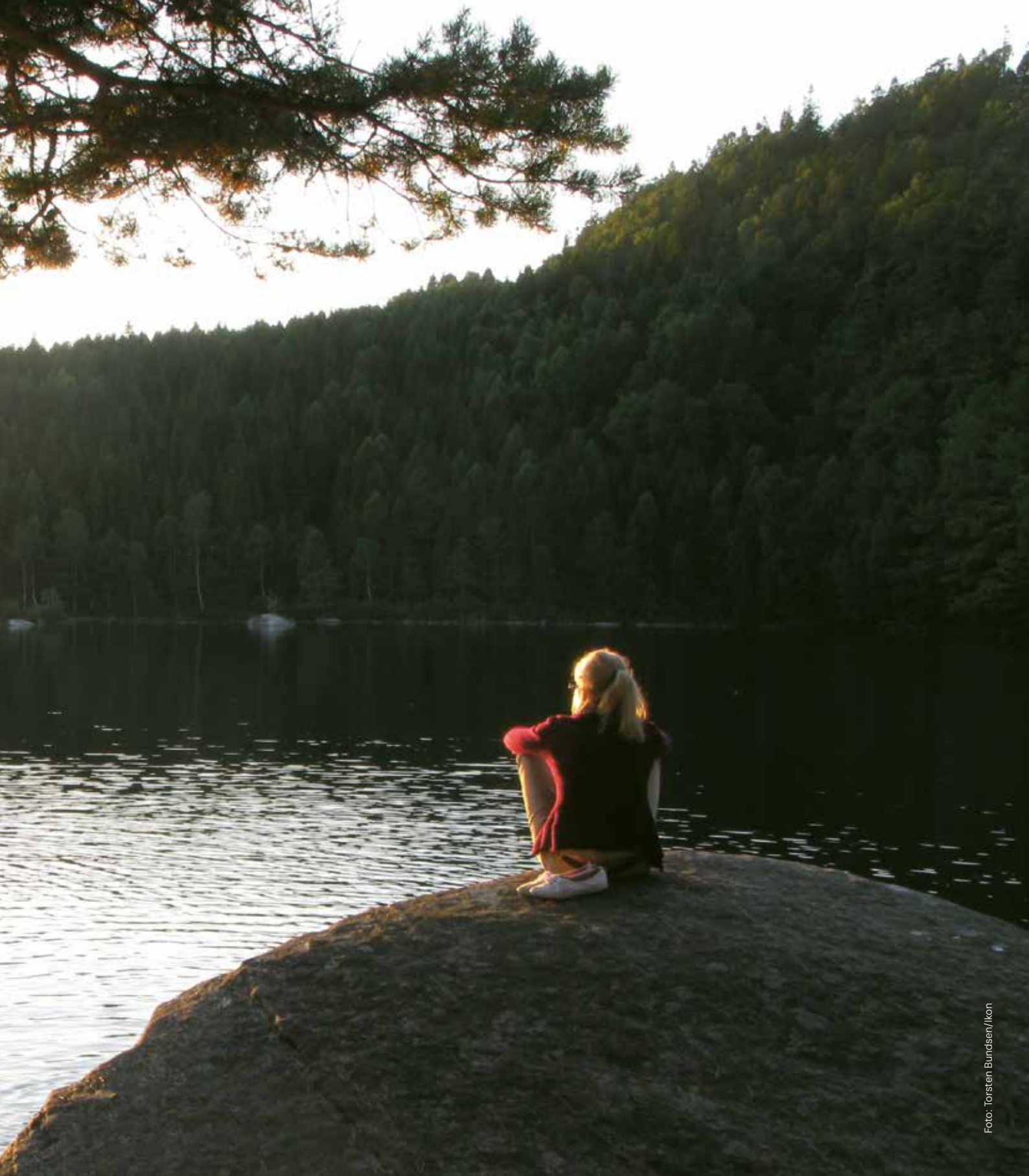
Samtalskvällarna avslutas alltid med mässa i kyrkan.

– Det är något mycket värdefullt i detta, berättar Camilla. Vi möts i våra tankar och funderingar för att sedan lämna ifrån oss det vi vill lämna ifrån oss och ta emot det som Gud vill fylla oss med.

Camilla berättar om ett moment från sinnesromässorna. Att deltagarna får möjlighet att ta en sten i sin hand och ”ladda” den med det som just nu tynger och oroar. Stenarna lägger de sedan ner i dopfontens vatten. I detta moment blir orden ur psalm 762 tydliga ”låt oron få sjunka som stenar mot botten”. I samma psalm finns textraden ”Bli stilla, låt tystnaden föra dig nära, närvaron finns där. En kraft som vill bära”. Rader som kan sägas vara kärnan i det Camilla Ulén vill förmedla.



Camilla Ulén, präst i Gustavsberg-Ingarö församling. På sidan 6–7 kan du läsa om de verksamheter hon är engagerad i.





Nedan hittar du aktiviteter som ger möjligheten att vända blicken inåt och låta stillheten ta plats. Är du intresserad att delta, kontakta Camilla Ulén, se personal sid 15.

Varsamhet & hållbarhet i livet

Här hittar du aktiviteter som både ger dig möjlighet att vända blicken inåt och låta stillheten ta plats samt aktiviteter där vi tillsammans, genom kreativitet, mod och medkänsla blir en del av den positiva förändring som vår värld behöver - nu mer än någonsin.

PILGRIMSVANDRING

Gör en inre resa med hjälp av den yttre. När vi gör en pilgrimsvandring ger vi oss själva tid till gemenskap och reflektion, där både kropp och själ är med. Flera vandringar arrangeras årligen och varje vandring har ett tema. Återkommande är Stjärnvandringen, där församlingar runt om i Stockholm, vandrar för att mötas i en gemensam mässa. I år var temat för vandringen "Hållbar inåt, hållbar utåt".

RETREAT

Retreats erbjuds i flera format. Gemensamt för alla retreats är att de ger oss utrymme till att hinna ifatt oss själva och reflektera över vad som är viktigt i livet. Tystnaden, stillheten och samtalen blir till läkande krafter i livet.

TRÄDGÅRDSGRUPPEN

Här möts vi som tycker om att påta i trädgård och vill odla både grönsaker, blommor och gemenskap. Tillsammans tar vi hand om odlingar och skörd. Vi samtalar om hållbarhet och hur vi tar hand om vår natur och varandra.

ÅTERBRUKSMARKNAD

Återbruksmarknaden har skapats för att inspirera till ett liv i hållbarhet. Under marknaden hålls workshops och anordnas loppis. Trädgårdsgruppen säljer äppelmust, äppelmos och chutney - himmelskt gott och mycket trevligt! Dagen avslutas med en gudstjänst på temat: I varsamhet och hållbarhet inför livet.

SKÖRDEMARKNAD

På tacksägelsedagen arrangerar trädgårdsgruppen en skördemarknad. De dukar då upp läckerheter från årets skörd till försäljning. Dagen avslutas med en gudstjänst där altaret är smyckat med höstlöv, blommor, äpplen och annat vackert från trädgården. Traditionen att smycka altaret går tillbaka till tiden då bönderna tog med sig delar av sin skörd för att tacka Gud för den.

SINNESROMÄSSA

Sinnesromässan är en enkel mässa där gemenskap, enkelhet och sinnesro står i centrum. Musik har en given plats, liksom tystnaden och bönen. I mässan ingår ett moment som kallas delning. Då kan den som vill dela med sig av något ur sitt liv eller av sina erfarenheter. Många upplever detta moment som mycket värdefullt.

TAIZÉMÄSSA

Taizémässan är en gudstjänst inspirerad av andaktslivet vid klostret Taizé i centrala Frankrike. Mässan kännetecknas av meditativa sånger, tystnad och en lugn och skön atmosfär. Många har upptäckt någonting gott och livgivande i denna gudstjänstform och klostret i Taizé besöks av mer än 100 000 människor varje år.

KATEKUMENATET

Här får du både lyssna och dela med dig, och utforska bön, gudstjänst och Bibelns berättelser. Modellen för samtalsgruppen kallas Katekumenatet – vuxenväg till tro, och vänder sig till den som vill möta andra, som är nyfikna på vad det kan innebära att tro eller vill fördjupa sin tro.



Foto: IKON och privata



Andlighet, att vara älskad

Det sägs att vi lever i en tid av ökat behov av andlighet, stämmer det? Vi ställde fyra frågor om andlighet till två församlingsbor.

1. Känner du igen dig i att det finns ett ökat behov av andlighet?
2. Vad tror du det beror på?
3. Hur ser ditt andliga behov ut?
4. Hur kommer det till uttryck?

Annika Johansson

1. Ja, både hos mig själv och andra.
2. Jag tror att människor längtar efter något större, men det finns få forum. Den där längtan beror nog på omvärldsläget, men

även de stressiga och, i vissa delar, ytliga liv vi lever. Vi vill hitta en mening, ett annat sammanhang bortanför ekorrhjulet, och alla yttre hot i världen, där vi kan vila ut.

Jag tror också att det finns en längtan efter riktiga och angelägna samtal som andligheten rymmer.

3. Det är stort, framför allt har det kommit



att bli det efter min kallelse till diakon. I samband med det har jag gått i andlig vägledning och de övningarna har jag låtit följa med in i min vardag, de skänker trygghet och glädje.

4. Dels genom de andliga övningarna jag gör varje kväll, som en del av mitt liv, men även i Katekumenat-gruppen, läs mer på sid 6, där man ganska fritt kan utforska vad andlighet är.

Lennart Rapp

1. Ja, det tycker jag. Samtidigt beror det lite på vad vi menar med andlighet.

Avser vi pengar och prylar är svaret nej, men om det rör

sig om till exempel goda relationer, som ett uttryck för andlighet, då är svaret ja.

2. Jag tror det beror på hur vår värld ser ut. Våra vanliga hållpunkter i tillvaron är satta ur funktion, vi känner oss hjälplösa.

3. Min definition är att jag vänder mig till Jesus. Jag gör det varje dag och ber *Fader vår*, en fantastisk bön. Jag är född med en öppenhet för Guds kärlek. Generellt tror jag detta grundläggs tidigt i livet, bland annat genom att vi blir sedda av föräldrarna, och det i sin tur skapar tillit inför livet.

4. Andlighet för mig är att vara älskad och genom den kärleken få kraft att sprida det vidare till andra människor. Mina vägar in till detta har gått genom böne- och samtalsgrupper, vilket jag har ägnat en hel del av mitt liv åt.

Jag har arbetat som ingenjör och ser ingen motsättning mellan vetenskap och det andliga, det är två parallella spår. Vetenskap är Guds gåva, men begränsad till det vi kan mäta och väga. Det förklarar det som finns, men kan inte förklara de stora frågorna i vår tillvaro, som till exempel medvetande. Den kristna tron är en väg in i en annan dimension, och jag grips av sorg över de som inte upptäckt detta. Det finns allt för många som söker på fel ställen.

Text: Christer Engström





Foto: Christer Engström

Diakon Emmett Norling i Gustavsberg–Ingarö församling, till höger i bild, erbjuder kostnadsfria familjeterapisamtal under sin utbildning.

Kostnadsfria familjeterapisamtal

Församlingens diakon Emmett Norling vidareutbildar sig till familjeterapeut och erbjuder nu kostnadsfria familjeterapisamtal under utbildningstiden.

Vad kan familjeterapi bidra med?

I dagens snabba och ofta stressiga samhälle utmanas våra relationer mer än någonsin, vilket leder till att vi inte alltid hinner med att ta hand om våra relationer. Som församling vill vi erbjuda en trygg plats för familjer att kunna komma och prata.

Vem/vilka kan komma till familjeterapin?

Alla som tänker på sig själva som en familj. Konstellationen familj kan vara sammansatt på en mängd olika sätt, från "Kärnfamilj" till "Stjärnfamilj". Det går till exempel att tänka; vuxna och barn i föräldrabarnrelation, barnen i syskonrelation och vuxna i en eventuell parrelation.

Vad kan man prata om?

Oj, det går att prata om det mesta. Vanligast är ju att komma när livet ställs inför en kris så som sjukdom, dödsfall, skilsmässa. Men familjeterapi kan vara hälsofrämjande, att komma innan en stor kris kan hjälpa till när livet senare svajar. Jag skulle säga att alla som på något sätt vill jobba med kommunikationen och relationerna i en familj är varmt välkomna.

Hur går det till?

Det är en stor fördel om alla de som lever tillsammans kommer till ett första samtal. Gemensamt kommer vi sen överens om vilka som ska komma på de efterföljande samtalen, vilket kan variera beroende på hur behoven ser ut. Vad vi pratar om väljer familjemedlemmarna.

Ett familjeterapeutiskt samtal är 90 minuter – till skillnad från individuella samtal, som vanligtvis är cirka 45 minuter.

Vad går du för utbildning?

Jag har tidigare 16 års erfarenhet av enskilda samtal. Nu går jag på *Marie Cederskölds högskola*, utbildningen heter *Grundläggande psykoterapiutbildning med systemisk familjeterapeutisk och relationell inriktning* och sträcker sig över två år. Under den här tiden har jag grupphandledning för att utveckla mig som terapeut.

Under utbildningen används videoinspelning av familjesamtalen jag leder. Det är bara handledningsgruppen och handledaren som tillåts titta på videon. De har tystnadsplikt och fokuset är att titta på min roll och mitt agerande i samtalet. Därefter förstörs samtligt material.

Kan min familj komma till dig?

Ja, välkommen att höra av er till mig via mejl, *se sid 15 för kontaktuppgifter*, för att boka eller om ni har frågor. Jag tar även emot i församlingsgården, Värmdögatan 1.

Notiser

Träffar för daglediga *under våren*

KYRKAN HAR I LÅNGA TIDER varit en viktig samlingspunkt för människor, med gemenskap på högmässor, vid kyrkkaffet, på konserter och vid livets skiften. Även vid våra träffar i vardagen vill vi vara en öppen famn. Ingen ska behöva stå utanför gemenskapen, det var Jesus tydlig med och så vill vi också vara och verka. Därför tar vi till exempel inte betalt för våra träffar.

Soppluncher

Vi sitter vid dukade bord och bjuds på ett varierat program med mycket sång, en del lek samt föredrag och framför



allt en varm gemenskap liksom goda soppor.

När: varannan tisdag kl 12.00–13.30

Plats: Kyrkettan, Värmdögatan 1.

Vårens soppluncher: 21/1, 4/2, 18/2, 4/3, 18/3, 1/4, 15/4, 29/4, 13/5 och 27/5.

Torsdagsträffen

En något mindre träff med få fasta program, men med gästbesök ibland. Vi har smörgåsfika, delar lite från vardagen, spelar spel eller sjunger. En öppen och familjär stämning råder.

När: Varje torsdag kl 11:00–13:00, 16 jan–12 juni (utom helgdagar).

Var: Ingaröhemmet vid Ingarö kyrka.

Nya kyrkogårdsmedarbetare: *Joel och Marko*



Joel Permatz Ahlin

Ålder och familj

36 år. Fru, två barn, en hund, två kaniner och ett stim guldiskar.

Det gör jag gör i församlingen

Jag jobbar på kyrkogården med skötsel och div. små och stora projekt.

Varför Gustavsberg–Ingarö församling?

Jag bor på Värmdö och hittade hit när de sökte säsongspersonal till kyrkogården, sen blev jag kvar och stortrivs.

Det jag har gjort tidigare

Jag har arbetat som snickare.

Så kopplar jag av på fritiden

Är med familjen, klättrar eller cyklar en sväng i skogen.



Marko Björn

Ålder och familj

46 år. Fru och tre barn.

Det gör jag gör i församlingen

Kyrkogårdsarbetare.

Varför Gustavsberg–Ingarö församling?

Nära hemmet på Ingarö och dessutom massa trevliga kollegor.

Det jag har gjort tidigare

Varit mekaniker.

Så kopplar jag av på fritiden

Fiskar och bygger hemma på huset.



Foto: Fredrik Bengtsson

JULINSAMLINGEN: *Sprid ljus i mörkret*

”Och ljuset lyser i mörkret. Och mörkret har inte övervunnit det.”

Johannes 1:5

VI LEVER ALLA under samma himmel men verkligheten ser olika ut. I natt vaknar miljontals människor till ljudet av krig och konflikt. Just nu pågår omkring 200 väpnade konflikter i världen. En fjärdedel av jordens befolkning lever i konflikttrabbade områden.

Som världsvid kyrka och internationell biståndsaktör har **Act Svenska kyrkan** unika möjligheter att skapa förändring. Till-sammans med lokala kyrkor, organisationer och människorättsförsvarare agerar vi för fred. Julinsamlingen pågår mellan **första advent och trettondedag jul**. Sprid ljus i mörkret! Swisha din gåva till **900 1223**.

Sinnenas trädgård

Välkommen lördag 22 mars kl 9.00–11.00 på frukost och föredrag på temat **Sinnenas trädgård**. Våren är på ingång och vi låter oss inspireras att odla mera, både det som smakar gott och är en fröjd för ögat och en lisa för själen. Varmt välkomna önskar Gustavsberg och Ingarö församling och Ingarö hembygdsförening.

Vi möts i Ingarö församlingsgård.

Kontakt och anmälan:

Camilla Ulén, präst, 08-570 380 53.



Gröna rutan

SVENSKA KYRKANS MILJÖDIPLOMERING



Miljödiplomeringen för hållbar utveckling är ett redskap för att ställa om verksamheten till en utveckling som är ekologiskt, socialt och ekonomiskt hållbar för alla människor. Kyrkans diplomering är unik på bland annat följande sätt:

- drivkraften är en teologisk övertygelse om att vi måste arbeta med frågor om hållbar utveckling.
- helhetssynen på hur ekologiska, sociala, ekonomiska och andliga faktorer samverkar i ett globalt och lokalt perspektiv.
- diplomeringsarbetet handlar om att utföra konkreta förbättringsåtgärder
- metoden är ett verktyg som leder till förändrade värderingar och hållbara rutiner.

Så här vill vi arbeta för att uppnå steg 2 i miljödiplomeringen

Kyrkogård och markanläggningar
Främjar biologisk mångfald och värnar kyrkogården och marken genom att använda miljövänliga metoder.

Varor och tjänster

Vi ställer miljö- och hållbarhetskrav på våra leverantörer. Vi försöker alltid beställa ekologiska, lokala eller Fairtrade-produkter så långt det är möjligt.

Transporter och kommunikation

Vi tar tåget eller reser med SL när det är möjligt. Målet är att församlingens samtliga bilar ska drivas på el. Vi går allt mer från information på papper till digitala medier.

Avfall

Vi har rutiner och behållare för skräp, var sak på sin plats. Vi matavfalls-sorterar som sen blir till biogas.

Kyrkor och våra övriga byggnader

Vi har bytt det mesta av belysningen till ledlampor. Vi har installerat bergvärme för byggnaderna på Ingarö.

Jullunch för dig 70+

FÖR DIG SOM är församlingsbo och 70

år eller äldre. Jullunch med andakt kl 11.30. Musikunderhållning av Eliassons orkester.

Ingarö församlingsgård tor

5 december. **Gustavsberg,**

Kyrkettan mån 9 dec, tis 10 dec och tor

12 dec. Begränsat antal platser. **Anmälan**

start 27 nov kl 12.00, tel. 08-570 380 75 (expeditionens telefontider, se sid 15).



Annandagsfirande

GEMENSKAP PÅ ANNANDAG JUL kl 14-16

med gröt och smörgås, musik och lotteri i Kyrkettan, Värmdögatan 1. I samverkan



med Djurö, Möja och Nämndö församling, Värmdö församling, Skärgårdskyrkan och Värmdö kommun. Ingen föränmälan.

Måla din ikon

Välkommen till en workshop i ikonmålari

8 feb kl. 9-16, Kyrktrean, Värmdögatan 3.

Under dagen får vi möta en ikonmålare som visar oss grunderna och tekniken. Vi lär oss om ikonernas historia och målar vår egen ikon. Inga förkunskaper krävs.

Anmälan: Camilla Ulén 08-570 380 53.

VÄLKOMMEN SOM MEDLEM!



8-21 september 2025 är det val i Svenska kyrkan. Alla medlemmar som är **16 år och äldre** kan rösta om hur de vill att Svenska kyrkan ska styras. I kyrkovalet röstar väljarna om vilka som ska vara med och bestämma i Svenska kyrkan de kommande fyra åren. De grupper som ställer upp i kyrkovalet kallas för nomineringsgrupper. De motsvarar ungefär partier i de allmänna valen. I kyrkovalet väljs kandidater för kyrkomötet, stiftsfullmäktige och kyrkofullmäktige, vilket motsvarar nationell, regional och lokal nivå.

Efter valet 2021 är följande nomineringsgrupper representerade i Gustavsberg-Ingarö församling: *Brobyggarna, Kyrkan i tiden, Miljöpartiet och Sverigedemokraterna*. Är du intresserad av vad de har för program kan du kontakta dem direkt. Välkommen att kandidera för en befintlig grupp, du kan även bilda en ny nomineringsgrupp. Du kan läsa mer om valet på:

www.svenskakyrkan.se/kyrkoval

Tack vare dig kan vi finnas där människor finns. För glädje och sorg. Samtal och stöd. För de ensamma och äldre. Barnen, familjen och tonåringarna. För ensamstående. De särskilt utsatta. För dop, konfirmation, giftermål och begravning. Psalmsång och gudstjänstfirande. Kaffe och soppa. Kropp och själ. Musik och konserter. För tankar om livet, kärleken och Gud. Som medlem kan du göra skillnad, påverka, vara en del av något större.

Du kan bli medlem på flera olika sätt:

- Gå in på vår hemsida, www.svenskakyrkan.se/gustavsberg-ingaro, och fyll i den elektroniska ansökan.
- Besök församlingens expedition och hämta inträdesblankett.
- Kontakta oss på telefon eller mejl för att få inträdesblanketten skickad till dig, för mejl och telnr, se sid 15.

Kyrkoval
8-21 sept 2025

Gudstjänster | Advent till påsk



Sinnesromässa. Från 16 januari firar vi Sinnesromässa varannan tors kl 18.30 i Gustavsbergs kyrka. Varje torsdag i december, t o m 19 dec, firas mässa/ gudstjänst kl 18.30 i Gustavsbergs kyrka.

Sön 1 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Gustavsbergs Kammarkör,
Doxa Vocalis och Gustavsbergs
Mässingssextett.

Sön 1 dec kl. 15.00

Gustavsbergs kyrka
Barnens advent.

Sön 1 dec kl. 16.00

Ingarö kyrka
Adventsgudstjänst.
Ingarö kyrkokör och Gustavs-
bergs Mässingssextett.

Sön 1 dec kl. 16.30

Gustavsbergs kyrka
Finsk adventskyrka/
Suomenkielinen adventtikirkko.

Ons 4 dec kl. 08.30

Gustavsbergs kyrka
Morgonmässa.

Sön 8 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa. Kören Våghalsarna.

Sön 15 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 15 dec kl. 16.00

Ingarö kyrka
Sinnesro i juletid.

Sön 22 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa. Therése Hamber och
Helena Engardt, sång och musik.

24 dec–6 jan, se ruta till höger

2025

Sön 12 jan kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 19 jan kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.
Gustavsberg Gospel.

Sön 19 jan kl. 16.00

Ingarö kyrka
Gospelmässa.
Gustavsberg Gospel.

Ons 22 jan kl. 08.30

Gustavsbergs kyrka
Morgonmässa.

Sön 26 jan kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.
Gustavsbergs Kammarkör.

Sön 26 jan kl. 14.00

Gustavsbergin kirkko
Suomenkielinen messu –
Mässa på finska.

Sön 2 feb kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.
Gustavsbergs Allsångare.

Sön 2 feb kl. 16 ingarö kyrka

Ingarö kyrka
Taizégudstjänst. Ingarö kyrkokör.

Sön 9 feb kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 16 feb kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.
Doxa Vocalis.

Sön 16 feb kl. 16.00

Ingarö kyrka Gudstjänst. Musik-
lekis Ingarö och Havsånglar.

Ons 19 feb kl. 08.30

Gustavsbergs kyrka
Morgonmässa.

Sön 23 feb kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Baby- & barnmässa.
Gustavsbergs Vokalensemble.

Sön 2 mars kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.
Gustavsbergs Allsångare.

Sön 2 mars kl. 14.00

Gustavsbergin kirkko
Suomenkielinen messu.

Sön 2 mars kl. 16.00

Ingarö kyrka. Gudstjänst.

Ons 5 mars kl. 08.30

Gustavsbergs kyrka
Askonsdagsmässa.

Sön 9 mars kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Konfirmationsmässa.

Sön 16 mars kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 16 mars kl. 16.00

Ingarö kyrka
Gudstjänst.

Ons 19 mars kl. 08.30

Gustavsbergs kyrka
Morgonmässa.

Sön 23 mars kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 30 mars kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa. Kören Våghalsarna.

Sön 30 mars kl. 14.00

Gustavsbergin kirkko
Suomenkielinen messu –
Mässa på finska.

Sön 30 mars kl. 16.00

Ingarö kyrka. Gudstjänst.

Sön 6 april kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

jul och nyår i våra kyrkor

JULDAGARNA

Tis 24 dec kl. 10.00
Gustavsbergs kyrka
Barnens jul.

Tis 24 dec kl. 17.00
Ingarö kyrka
Julbön.

Helena Engardt och
Per-Håkan Precht sång,
Anders Modig, cello.

Tis 24 dec kl. 23.30
Gustavsbergs kyrka
Midnattsmässa.

Ons 25 dec kl. 07.00
Ingarö kyrka
Julotta.
Filip Hamber, sång.

Ons 25 dec kl. 09.00

Gustavsbergin kirkko
Jouluaamun jumalanpalvelus/
Finsk julotta.

Tor 26 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Sön 29 dec kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

**NYÅR &
TRETTONDEDAGEN**

Tis 31 dec kl. 17.00
Gustavsbergs kyrka
Nyårsbön. Therése Hamber
och Caroline Blad, sång och
musik.

Ons 1 jan kl. 14.00

Sjölidens kapell, Värmdö
Nyårsmässa (sammanlyst
med Värmdö församling).

Sön 5 jan kl. 11.00

Gustavsbergs kyrka
Högmässa.

Mån 6 jan kl. 18.00

Gustavsbergs kyrka
Musikgudstjänst. Se sid 13.



Konsserter & musik



Välkommen att ta del av våra musikupplevelser i Gustavsberg-Ingarö församling. Kanske vill du själv börja sjunga i kör? Kontakta någon av våra körledare.

Fre 13 dec kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Luciakonsert

Körerna Tonfiskar, KanNoter och Havsänglar.
Dirigent: Caroline Blad och Therése Hamber.

Lör 14 dec kl. 14.00 Gustavsbergs kyrka Kauneimmat joululaulut De vackraste julsångerna

Solisti/Solist: Hannele ja Erik Iivonen.

Lör 14 dec kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Sångglädje och Julyra

Allsång med Gustavsbergs Allsångare och instrumentnissarna under ledning av Urban Rosengren.

Sön 15 dec kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Stjärneljus

En julkonsert med Gustavsberg Gospel, stråkkvartett och flygel.
Dirigent: Maria Sandell.

Lör 21 dec kl. 16.00 Ingarö kyrka Julkonsert med singalong

Ingarö kyrkokör och Doxa Vocalis sjunger in julen. Musiker och solister.
Dirigent: Per-Håkan Precht.

Sön 22 dec kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Rejoice!

Jul- och Mariamusik samt valda stycken ur Händels Messias.

Gustavsbergs Kammarkör.
Sopran: Alexandra Büchel.
Orgel och piano: Per-Håkan Precht.
Stråkkvartett. Dirigent: Helena Engardt.

Mån 6 jan kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Musikgudstjänst

Doxa Vocalis framför "Ceremony of Carols" av B. Britten. Harpa.
Dirigent: Per-Håkan Precht.

Lör 15 feb kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Hope

Gustavsberg Gospel med musiker.
Dirigent: Maria Sandell

Sön 23 mars kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Magnificat

Gustavsbergs Kammarkör. Solister och orkester. Dirigent: Helena Engardt.

Sön 6 april kl. 18.00 Gustavsbergs kyrka Mässa för dubbelkör av Frank Martin

Gustavsbergs Vokalensemble och Euterpe
Dir: Helena Engardt och Annika Treborg.

Körer för vuxna

Gustavsbergs Kammarkör

Blandad kör för dig med körvana. Från a cappella till stora kör- och orkesterverk. Se även körens hemsida: www.gustavsbergskammarkor.se
Gustavsbergs kyrka, onsdagar 19.00–21.30. Ledare: Helena Engardt.

Gustavsbergs Vokalensemble

Blandad körensemble. För dig med körvana. Se även körens hemsida: gustavsbergsvokalensemble.se
Gustavsbergs kyrka, tisdagar 19.00–21.30. Ledare: Helena Engardt.

Ingarö Kyrkokör

Blandad kör med huvudsakligen klassisk repertoar.
Ingarö församlingsgård, torsdagar 18.30–21.00. Ledare: Per-Håkan Precht.

Doxa Vocalis

En damkör som sjunger blandad repertoar.
Ingarö församlingsgård, tisdagar 19.00–21.00. Ledare: Per-Håkan Precht.

Gustavsberg Gospel

Gospelkör med blandade åldrar. För dig med körvana.
Ingarö församlingsgård, onsdagar 19.00–21.00. Ledare: Maria Sandell.

Våghalsarna

En kör för dig 20–65 år med eller utan körvana, både dam- och herrstämmor. **OBS! Anmälan krävs. För närvarande kölista.**

Ingarö församlingsgård.
Måndag ojämn veckor 18.30–20.30.
Ledare: Caroline Blad, Therése Hamber.

Gustavsbergs Allsångare

En kör för dig oavsett förkunskaper. Vi sjunger en bred repertoar av visor, psalmer och klassiska klassiker. Församlingsgården Kyrketan. Tisdagar 14.00.
Ledare: Urban Rosengren.

Kontakt med körledare, se sid 15



Fri entré
till alla konserter!



Verksamheter

BARN OCH FAMILJ

Öppen förskola 0–5 år

i Kyrkettan och i Ingarö församlingsgård.

All barnverksamhet startar fr.o.m. mån 13 januari

Kyrkettan, Värmdögatan 1:
Tis 9.00–11.30, sagostund 10.00
Tor 12.30–15.00
(Babysång 13.00–13.30
Klapp & Klang 14.00–14.30)

Ingarö församlingsgård:
Mån 9.00–11.30
(Babysång 9.30–10.00,
Klapp & Klang 10.30–11.00)
Fre 9.00–11.30 Utomhusdag med grill.
Kontakt: Caroline Blad.

Pysselverkstan

OBS! Kölista.

Pysselverkstan är för dig i årskurs 1–6. Vi pysslar, spelar spel och äter mellis.

Kyrkettan, Värmdögatan 1:
Ons 14.00–15.45
Anmälan till: Caroline Blad.

Musikleis 5–6 år

OBS! Kölista.

Ingarö församlingsgård:
Mån 16.10–16.40

Kyrkettan, Värmdögatan 1:
Tors 16.00–16.30
Anmälan till: Caroline Blad.



Kören Tonfiskar åk 1–3

OBS! Kölista.

Kyrkettan, Värmdögatan 1:
Tisdagar 16.00–16.45
Anmälan till: Therése Hamber eller Caroline Blad.

Kören Havsänglar, åk 1–3

Ingarö församlingsgård:
Måndagar kl. 16.10–16.50
Anmälan till: Therése Hamber.

Kören KanNoter, åk 4–6

Kyrkettan, Värmdögatan 1:
Onsdagar kl. 16.00–16.45
Anmälan till: Therése Hamber

UNGDOM



Prat och bak OBS! Kölista.

Gillar du att baka, fika och prata? Vi träffas varje tisdag i våra ungdomslokaler. Vi bakar och samtalar om allt mellan himmel och jord. Varje träff har vi tema som t.ex. vänskap och relationer.

För dig född 2011 eller 2012.
Tis 15.00–17.00, start 14 jan.
Kyrktrean, Värmdögatan 3.
Anmälan: Kristin Dahlqvist och Charlotta Nässén

Ungdomskväll

Öppet hus torsdagar för dig åk 8 till sista året i gymnasiet. Start kl 17.00, men du är välkommen tidigare, ungdomslokalen öppen fr kl 15.30. Middag ca kl 17.30. Mässa 18.30, därefter häng och olika aktiviteter. *Ingen föranmälan. "Holy Corner" i Kyrktrean, Värmdögatan 3.*
Kontakt: Evelina Pellebergs.
Vårterminens första Ungdomskväll 9 jan.

SAMTAL

Enskilda samtal

Önskar du prata med en präst eller diakon?

Ta kontakt direkt eller via expeditionen 08-570 380 50.

Sorgegrupper

För dig som mist någon närstående. Tillsammans med andra i liknande situation söker vi stöd, förståelse och tröst för att hitta vägar framåt.

Är du intresserad av delta i en kommande grupp, eller har frågor, kontakta Lars Liljemark 08-570 380 84.

MÖTESPLATSER

Diakonins öppna mottagning

Få råd och stöd i praktiska frågor, sök medlemskap i Skafferiet, fyll i papper från myndigheter, eller ta en kaffe i Marta & Marias fik.

Kyrktrean, Värmdögatan 3.
Måndagar 13.00–16.00.

Sopplunch

Varannan tisdag 12.00–13.30 serveras sopplunch och program.

Kyrkettan, Värmdög. 1.
Tis jämna veckor, start 21 jan.
Se även notis på sid 10.

Torsdagsträffen

Gemenskap och fika.
Torsdag 11.00–14.00.
Ingaröhemmet.
Kontakt: Lars Liljemark.

Fredagsgemenskap

Middag, pyssel och program för alla åldrar. Fredagar 17.30.
Kyrkettan, Värmdögatan 1.
Kontakt: Elisabeth Westerberg.
Datum: 31/1, 7/3, 4/4.



Skafferiet

Handla närbutikens matsvinn till riktigt låga priser. Kräver medlemskap i Skafferiet.

Öppettider varje vecka:

Mån 13.30–16.00

Ons 17.30–19.30

Stängt 23/12, 25/12, 30/12, 1/1 och 6/1.

Kyrktrean, Värmdögatan 3.

Kontakt: Elisabeth Westerberg.

Trädgårdsgruppen

För dig som tycker om att påta i trädgård, och vill odla både grönsaker och blommor och gemenskap. Vi samtalar kring hållbarhet, hur vi tar hand om skapelsen och om varandra och vårt samhälle. Vi odlar och skördar tillsammans.

Onsdagar kl 14.00–16.30 vid Ingarö församlingshem.
Kontakt: Camilla Ulén.

Övrigt

Ikonmålardag 8 feb kl. 10–16, Kyrktrean, Värmdögatan 3.
Se sid 11 för mer info.

Frukost och föredrag Tema: Sinnenas trädgård

22 mars kl. 9–11, Ingarö församlingsgård.
Se sid 10 för mer info.



FÖRSAMLINGSEXPEDITION

Bokning av dop, vigsel, begravning,
hyra av lokal samt medlemsfrågor
Telefon: 08-570 380 75
Måndag, tisdag, torsdag 9.00-12.00.
Onsdag 12.00-15.00.
Fredag stängt.

E-post: gustavsberg-ingaro.
forsamling@svenskakyrkan.se

Besöks- och postadress:
Värmdögatan 1, 134 31 Gustavsberg

KYRKOGÅRDSEXPEDITION

Gravskötsel, gravsättning, askgravlund,
minneslund, gravnummer

Telefon: 08-570 380 70
Måndag, tisdag, torsdag 9.00-12.00.
Onsdag 12.00-15.00.
Fredag stängt.

E-post: gustavsberg-ingaro.kyrkogards-
forvaltning@svenskakyrkan.se

Besöks- och postadress:
Kyrkogårdsvägen 10, 134 41 Gustavsberg
Gustavsbergs kyrkogård
Kyrkogårdsvägen 10
Ingarö kyrkogård
Ingarö kyrkväg 1

Har du allmänna frågor, eller inte vet
vem du ska vända dig till?
Kontakta växeln, 08-570 380 50,
helgfri måndag-fredag 08.00-17.00

PERSONAL

På webben finns telefonnummer och mejl
till alla medarbetare:
[www.svenskakyrkan.se/
gustavsberg-ingaro](http://www.svenskakyrkan.se/gustavsberg-ingaro)

Nästa nummer ...

av församlingsbladet
kommer i början av
april och innehåller hela
påskens program.



PRÄSTER

Kyrkoherde
Elisabeth Magnusson Rosengren
08-570 380 54
Präst, biträdande kyrkoherde
Hjalmar Fryklind 08-570 380 78
Präst **Camilla Ulén** 08-570 380 53
Finskspråkig präst **Johanna Sternberg**
08-570 380 92
Präst **Christopher Denker**
08-570 380 62
Präst **Kristina Fincken Lethin**
08-570 380 67

DIAKONER

Diakon, enhetschef
Emmett Norling 08-570 380 68
Diakonimedarbetare **Lars Liljemark**
08-570 380 84
Diakon **Elisabeth Westerberg**
08-570 380 69

MUSIKER

Organist, enhetschef **Helena Engardt**
08-570 380 60
Kyrkomusiker **Per-Håkan Precht**
08-570 380 93
Kyrkomusiker **Urban Rosengren**
08-570 380 61
Körledare **Maria Sandell** 08-570 380 50 vxl

PEDAGOGER

Pedagog **Caroline Blad** 08-570 380 91
Musikpedagog **Therése Hamber**
08-570 380 99
Pedagog **Kristin Dahlqvist** 08-570 380 88
Pedagog **Evelina Pellebergs** 08-570 380 82
Pedagog **Charlotta Nässén** 08-570 380 87

KANSLI

Ekonom, enhetschef **Lotta Lindberg**
08-570 380 64
Kommunikatör **Christer Engström**
08-570 380 85
Kommunikatör **Frida Brink** 08-570 380 55
Förvaltningssekreterare
Katarina Pettersson 08-570 380 76

Personal & kontakt

Förvaltningsassistent **Nanna Ojanaho**
08-570 380 86

VAKTMÄSTARE

Kyrkvaktmästare
Susanna Enberg 08-570 380 81
Kyrkvaktmästare
Tommy Ekmark 08-570 380 65
Kyrkvaktmästare
Alexander Reenstierna
08-570 380 57
Fastighetsansvarig
Thomas Lundberg 08-570 380 83

SERVICE

Husmor Gustavsberg,
Sara Jonsson 08-570 380 63
Husmor Ingarö, **Sara Ahlin**
08-570 380 80
Lokalvårdare **Sirpa von Strokirch**
08-570 380 79

KYRKOGÅRDSFÖRVALTNING

Kyrkogårdschef **Tina Sjöberg Olsson**
08-570 380 89
Förvaltningsassistent **Carl Svederot**
08-570 380 74
Kyrkogårdsarbetare **Åke Jansson**
08-570 380 73
Kyrkogårdsarbetare **Robert Löfgren**
08-570 380 72
Kyrkogårdsarbetare **Marko Björn**
08-570 380 71
Kyrkogårdsarbetare **Joel Permats Ahlin**
08-570 380 90
Kyrkogårdsarbetare **Sunatcha Ngawsuwan**
08-570 380 66



Tankar på baksidan



Foto: Pixabay

Var hittar du *din* korkek?

SNART STÅR JULENS TID för dörren, en tid då traditioner väcks till liv. Jag tror inte det är en lika stark tradition idag som när jag var barn på 70-talet, då klockan slog tre på eftermiddagen stannade allt av, oavsett vad man just då höll på med. Julskinkan och tant Hulda fick vänta, nu bänkade vi oss framför TV:n och Disneys vänner önskade alla en riktigt god jul. Min favorit var tjuren Ferdinand, han som älskade att sitta under sin korkek och lukta på blommorna.

När tjuren Ferdinand växte och blev allt större och starkare förväntade sig alla att få se honom kämpa på stadens tjuvfäktningsa-

rena. Men Ferdinand lät sig inte lockas av hurrarop och idoldyrkan, han föredrog tystnaden och stillheten under sin korkek. Folket, matadorerna, sponsorerna alla slet sitt hår i förtvivlan, de förstod sig inte på honom. Hur den som hade allt som behövdes för att bli hyllad och berömd kunde tacka nej till allt det.

BAKOM BERÄTTELSEN DÖLJER sig tidlösa frågor; vad ger vi vår tid och vårt engagemang till? Vad låter vi oss uppfyllas av? Hur hittar vi påfyllnad i en krävande tillvaro? Den är en påminnelse om att då och

då slå av på takten och ge tid för eftertanke och reflektion, att höja blicken och se vad som finns runtomkring och att förundras över allt det vackra, allt hemskt och skrämmande till trots.

När vi läser Bibeln och det som hände kring Jesus berättas det att Jesus drog sig undan folkmassorna och förväntningarna när trycket blev för stort. Ibland valde han ensamheten, ibland bad han sina vänner att komma med. Det är en uppmaning till oss att göra detsamma, inte för att blunda och stänga ute verkligheten men för att träna oss i konsten att se vad jag ska säga ja till och vad ska jag säga nej till? När vi ger tid för tystnad och stillhet öppnar vi oss för vårt sanna jag och på samma gång det som är större. Någon har sagt; "tänk om tystnaden är Guds tydligaste tilltal till oss människor!"

Att stänga av bruset och lyssna inåt, kan vara lättare sagt än gjort, men väl använd tid. För i vårt inre rum finns all kunskap om rätt och fel, om ont och gott. Varje människa bär en gnista av det gudomliga i sitt inre, den gnistan ger oss kraft och mod att gå den goda vägen, den där Gud går bredvid.

I DET SOM ÄR vår tid, med orosmoln som drar in över världen och hotar fred och demokrati, som äventyrar jordens ekosystem och i förlängningen allt levandes existens behöver vi hitta vår korkek. Dit vi kan dra oss undan om så bara för en kort stund, för att urskilja vad är viktigt just nu, för att hitta kraften när vi är alltför trötta, för att ta emot det Gud vill ge oss.

Du kanske har hittat din korkek, dit du går för att hämta kraft. Låt den platsen få vara din lite då och då den här julen. Kanske finner du den i någon av församlingens kyrkor. Varmt välkommen i julens tid!



CAMILLA ULÉN
PRÄST