

ALLA FÅR PLATS

Svenska kyrkans verksamhet hösten 2025

*Hjälp andra,
väx själv
– bli volontär*

*Se kyrkornas
späckade program*

I KARLSTAD OCH HAMMARÖ

NÅGOT FÖR ALLA

*Fika, lek,
prata, sjung,
diskutera*

PRIDE

*Fira allas
lika värde
30/8*



Svenska
kyrkan

Alla får plats!

Det här är en katalog med det mesta som händer under hösten i Svenska kyrkan i Karlstad och på Hammarö.

HÄR FINNS ALL INFORMATION du behöver ifall du är sugen på att börja sjunga i kör, gå till en öppen förskola eller ta del av verksamhet för daglediga.

Det finns även föreläsningar, konserter, gudstjänster, fördjupande samtalsgrupper om kristen tro och mycket annat. För den som vill ha samtal med en präst eller diakon går det bra att kontakta någon av våra expeditioner.

SVENSKA KYRKAN ÄR EN ÖPPEN FOLKKYRKA som bjuder in alla människor som vistas i församlingarna att ta del av kyrkans verksamhet. Du som medlem är därför mycket viktig. Genom kyrkoavgiften är du med och skapar förutsättningar för att kyrkan ska vara en mötesplats där alla får plats. Mer information om medlemskap hittar du på Svenska kyrkans hemsida.

Välkommen!

Dan Fredriksson, domprost



Bevara det vackra – byggnadsvård i centrum

DENNA LÖRDAG fylls Domkyrkan och kyrkbacken utanför av utställare och föreläsare, ljud och dofter, idéer och utbyten – allt på temat byggnadsvård.

Exempel på föreläsare: Daniel Eriksson, byggnadsvårdare, om tjära och stavspån på kyrkor och Emma Sundh, bloggare och influencer, om hennes halmhusbygge.

NÄR: 27 september 10.00-16.00

VAR: Domkyrkan



**HÄR HITTAR DU HELA
PROGRAMMET**



PRIDE 30/8

HÄNG MED KYRKAN I PRIDEPARKEN. Gå med i tåget bakom kyrkans banderoll "Störst av allt är kärleken". Delta i regnbågsmässa i Domkyrkan med mycket sång och musik.

NÄR & VAR: 11.00-15.00 Besök kyrkans tält i Museiparken
15.00 Paraden avgår från Museiparken
17.00 Regnbågsmässa, Domkyrkan

Mysigt att
umgås!

Kul att se
dig här!

Hej!

Mingelkväll

27 september 17.00
Västerstrandskyrkan

MAT, MINGEL OCH ANDAKT. Hammarö drag-spelsklubb bjuder på ett medryckande melodikryss.

ANM: Senast 18/9, 054-14 14 00 eller
karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se
Ange namn, telefonnummer och eventuell specialkost i anmälan.

INFO: charlotte.moberg@svenskakyrkan.se eller 076-766 19 57



Kyrk-appen

I **SVENSKA KYRKANS APP** "Kyrkguiden" hittar du alla kyrkors program.

Den är gratis att ladda ner och genom den kan du få påminnelser och spara dina favoriter.



Act-kväll:

Berättelser och bilder från Tanzania

MARIA FALKENLANDS BERÄTTELSE och bilder från tiden som volontär i *Ung i den världsvida kyrkan*.

Insamling till Act Svenska kyrkan, andakt, musik och fika.

NÄR: 18 september 19.00

VAR: Västerstrandskyrkan



FOTO: Louise Albrecht, Cecilia Hardestam, Marie Lundström, Jessica Segerberg, Jock-Petter Sönnfors, Helen Oscarsson, Linus Persson, Albert Hillert/IKON, Alex Giacomini/IKON, Johannes Frandsen/IKON, Linda Maria Thompson/IKON, Magnus Aronsson/IKON

Samtal om tro & liv

VI PRATAR OM LIVET

För dig som är 65 år eller äldre och intresserad av att stanna upp och reflektera över livet och dela dina erfarenheter med andra.

Samtalsledare: Lilian Hamsch, seniorambassadör, Hjärnkoll.

INFO & ANM: Sensus.se

NÄR: Tis 13.00-15.00

VAR: Kronoparkskyrkan

LIVSSTEGEN

Självhjälpsprogram enligt 12-stegsmodellen utifrån Olle och Fotini Carlssons bok *Livsstegen*. En samtalsgrupp för människor utan kemiskt beroende. Var och en söker sin egen potential i trygg gemenskap.

INFO & ANM: Expeditionen 054-14 14 00 eller karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se

NÄR: Tors 18.00 med start i september

Infomöte 4/9 eller 11/9 18.00

VAR: Norrstrandskyrkan

BIBELSAMTAL

Vi samtalar runt texter, psalmer etc och utbyter tankar med varandra. Öppna grupper, det är bara att dyka upp de gånger du vill.

NÄR: Tors en gång i månaden 16.30

VAR: Åstorpsgården, Vålberg

NÄR: Ons udda veckor 10.00-11.30

VAR: Grava församlingshem

NÄR: 25/9, 9/10, 23/10, 20/11, 4/12 18.30-20.30

VAR: Domkyrkans församlingshus



Hjälp någon annan

INTERNATIONELLA/GLOBALA GRUPPEN

Vi arbetar för att vår jord ska bli en mer rättvis planet, en lite bättre plats att leva på för alla.

Vi planerar och genomför aktiviteter till förmån för Act Svenska kyrkan, SKUT (Svenska kyrkan i utlandet) med mera. Vi ses några gånger per termin och samlar på oss kunskaper samt planerar för olika aktiviteter.

KONTAKT

KARLSTADS PASTORATS GRUPP:

Marie Lundström, 054-14 19 58

marie.lundstrom@svenskakyrkan.se

HAMMARÖS GRUPP:

Regina Piscator, 054-51 24 22

regina.piscator@svenskakyrkan.se

BLI VOLONTÄR

Är du sugen på att engagera dig som volontär?

Kontakta församlingens/pastoratets expedition så lotsar de dig rätt.



HUR HAR DU DET MED

GUD?

SAMTALSKVÄLLAR om kristen tro, liv och tradition. Alla från 16 år och äldre är välkomna. Inga förkunskaper krävs. Anmälan krävs.

INFO: linda.ganters@svenskakyrkan.se eller 054-14 15 08

NÄR: 30/9, 14/10, 28/10, 11/11, 25/11
18.00-20.00, drop in-fika från 17.30

VAR: Nyeds församlingshem

Gränslösa möten

AGABI –

MÅNGKULTURELL MÖTESPLATS

Gemenskap för kvinnor och män. Mångkulturell språkundervisning.

NÄR: Tis och tors 10.00-12.15

VAR: Kronoparkskyrkan

MÅNGKULTURELL KVINNOGRUPP

Grupp för kvinnor med olika kulturell bakgrund. Fika och gemenskap.

NÄR: Ons 18.00-20.00

VAR: Kronoparkskyrkan

Samtal & fika

TISDAGSTRÄFFEN

Blandat program och fika.
Kroppkärrs församlingskrets i samarbete
med Sensus studieförbund.

NÄR: Tis jämna veckor 14.00-15.00

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

MÖTESPLATS VIKEN

Mötesplats öppen för alla. Föredragshållare
eller musiker vid vissa tillfällen, kaffeser-
vering.

NÄR: Tis udda veckor 14.00-16.00

VAR: Vikenkyrkan

VÄSTERSTRANDSKYRKANS MÖTESPLATS

För alla åldrar, barn och vuxna tillsammans.
Umgås, spela spel, prata, fika m.m.

NÄR: Tis jämna veckor 17.00-19.00

VAR: Västerstrandskyrkan

MARIATRÄFFEN

Mötesplats med program eller föredrag för
daglediga. Sopplunch efteråt.

NÄR: Ons 10.30-12.00

VAR: Mariagården, Skattkärr

TRIVSELTRÄFF

För dig som är dagledig. Här inbjuds du till
gemenskap, fika, samtal och aktivitet.

NÄR: Ons 10.00-11.30

VAR: Skoghalls församlingsshem

FRÅGEQUIZ I NORRSTRANDSKYRKAN

Vi umgås och har en trevlig stund med fråge-
sport och gofika i Café Titt-in.

NÄR: Ons 11.00, start 5/11

VAR: Norrstrandskyrkan



TORSDAGSCAFÉ I ÅSTORPSGÅRDEN

Andakt och enkelt café, udda veckor har vi
något program.

NÄR: Tors 11.00

VAR: Åstorpsgården, Vålberg

FREDAGSMYS

Vi äter varma mackor och sallad, lyssnar på
musik, umgås och avslutar med en kort kvälls-
andakt.

NÄR: 26/9, 24/10, 28/11 17.00-19.00

VAR: Vikenkyrkan

LÖRDAGSCAFÉ

Vi träffas och umgås, kanske träffar nya vän-
ner eller bara pratar bort en stund. Ibland
bjuder vi in en gäst, en annan gång är det
frågesport eller något annat kul.

NÄR: 20/9, 18/10, 22/11, 13/12 13.00-15.00

VAR: Vikenkyrkan

KULTURCAFÉ

Blandat program och fika,

NÄR: 10/9, 24/9, 8/10, 22/10, 5/11, 19/11 13.00

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

AFTERNOON TEA

Nybakade scones och program.

NÄR: 2/9, 7/10, 4/11, 2/12 13.30-15.30

VAR: Väse sockenstuga

NÄR: 7/10 17.00-18.30

VAR: Vikenkyrkan

Kom och rör på dig

PROMENADGRUPPER

Det är skönt att vandra tillsammans. Samtalet
flyter ofta lite lättare och motionen får man
på köpet.

NÄR & VAR:

Mån 10.00 Stavgång, fika, kort andakt,
Grava församlingsshem

Mån 13.00 Västerstrandskyrkan

10/9, 17/9, 1/10, 8/10 11.00 Promenaden
avslutas med gemensamt fika, Norrstrands-
kyrkan



Dramagrupper

Vill du lära känna nya människor och samtidigt utvecklas i dig själv?
Är du nyfiken på teater och skådespeleri? För vuxna från 18 år.

DRAMAGRUPP I KRONOPARKS- KYRKAN

Vi träffas och gör olika lättsamma
dramaövningar med fokus på im-
provisationsteater.

Inga förkunskaper krävs och man
kommer när man kan.

INFO: 070-566 02 76 eller
martina.nisser@svenskakyrkan.se

NÄR: Mån 18.00-20.00

VAR: Kronoparkskyrkan

TEATERGRUPP I VIKENKYRKAN

På vandring med Jesus i teaterns
anda. Vi diskuterar kring bibelbe-
rättelser och skapar en föreställ-
ningen tillsammans utifrån det.
Ledare: Lilian Hamsch, drama-
pedagog.

NÄR: Ons 16.00-18.00

VAR: Vikenkyrkan



Skapa med händerna

KREATIVT SKAPANDE

Vi målar, samtalar och umgås.

NÄR: Ons 12.30-14.30

VAR: Kronoparkskyrkan

STICKCAFÉ

Älskar du handarbete, trevligt sällskap och en god kopp te eller kaffe med dopp? Då är vårt stickcafé den perfekta platsen för dig. Här möts vi för att handarbeta och inspireras av varandra. Nybörjare eller erfaren – alla är välkomna.

INFO: charlotte.moberg@svenska-kyrkan.se eller 076-766 19 57

NÄR: 28/9 11.00-13.00,
gudstjänst 10.00

VAR: Västerstrandskyrkan

ULLTUSSARNA

Tycker du om att sticka, virka, sy och vill göra det med andra? Har du kanske barn eller barnbarn som vill lära sig att sticka? Välkommen till Ulltussarna.

INFO: pernilla.skyvulstad@svenska-kyrkan.se eller 076-766 19 66

NÄR: Ons 15.00-17.00

VAR: Västerstrandskyrkan



Katedralvärd SÖKES

DOMKYRKAN söker volontärer som är intresserade av kyrkans kulturarv och vill möta människor.

Värdskapet handlar om att finnas till hands i kyrkorummet, att visa, värna, berätta och knyta kontakter. Schemalagd bemanning dagtid ett par timmar varannan vecka, måndagar och onsdagar. Utbildning ingår.

KONTAKT: Sandra Albertus,
sandra.albertus@svenskakyrkan.se
eller 054-14 19 60

Kyrkohistoria

NYFIKEN PÅ DOMKYRKAN

Välkommen att upptäcka vår vackra domkyrka tillsammans med pedagog Sandra Albertus.

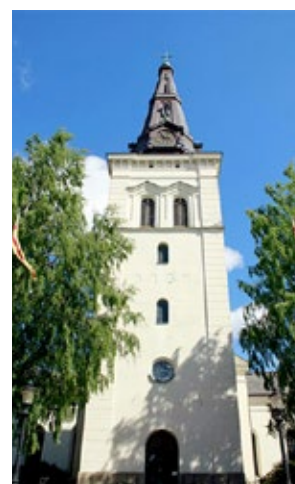
Vi möts klockan 16.00 i Domkyrkan.

18 september Arkitektur och material

16 oktober Det textila kulturarvet

6 november Fönster och ikoner

4 december Abrahaitiska religioner



METAKAPellet

4/9 17.00 Musik och konst

Visning av Metakapellet med efterföljande vandring på kyrkogårdarna.

14/9 13.00 Kulturarvsdagen

"Kulturarv och bebyggelse". Visning av Metakapellet med efterföljande vandring på kyrkogårdarna.

7/10 13.00 Metakapellet 187 år

Visning av kapellet, musik och texter, samt en kort vandring på kyrkogårdarna.





Öppen förskola

Öppen förskola finns på flera ställen varje vardag. Barn och föräldrar möts för att leka, prata och skapa i olika material.

För barn 0–6 år tillsammans med vuxen. Ingen anmälan, kom när ni har lust.

Mån 9.00–11.30 Nyeds församlingshem

Mån 9.00–12.00, tors 9.00–13.00 Åstorpsgården, Vålberg

Mån och fre 9.00–12.00 Arkens församlingshem, Hammarö

Mån 9.30–14.00, fre 9.30–12.00 sångstund 10.00, Barnens katedral/
Kroppkärrskyrkan

Mån 10.00–12.00, ons 10.00–12.00, 13.00–15.30 Grava församlingshem

Mån 10.00–14.00, tors 13.00–16.00, fre 9.00–12.00 sångstund 11.30,
Västerstrandskyrkan

Mån 13.00–16.00 Vikenkyrkan

Mån 13.30–16.00 sångstund 14.00, Alsters församlingshem

Tis 13.45–16.00 Norrstrandskyrkan

Ons 10.00–13.00 Mariagården, Skattkärr



OBS!

Norrstrands öppna förskola flyttar ut i lekparken.
9/9 och 16/9 14.00–15.30

Barnrytmik

Sång ihop med rörelse är ett fantastiskt sätt att få ta del av musik med hela sin kropp. Det stimulerar barnets musikalitet, fantasi, motorik och språkutveckling.

Här får föräldrar och barn röra sig och sjunga till musiken och på så sätt skapa trygghet genom samspelet. Anmälan krävs.

Mån 10.30–12.00 10–18 mån, **tors 10.30–12.00** 0–10 mån,
Väse sockenstuga

Tis 9.30–11.00 0–9 mån, Alsters församlingshem

Tis 10.00–11.30 6–18 mån, Grava församlinghem

Tis 10.00–11.30 ca 0–6 mån, Arkens församlingshem, Hammarö

Tis 10.00–11.30 ca 0–6 mån, Familjecentralen, Mörmö gård, Hammarö

Ons 10.00–11.30 ca 6–12 mån, Arkens församlingshem, Hammarö

Ons 11.00–11.45 Sjunga–Gunga, 0–12 mån, drop-in-fika fr 10.30,
Åstorpsgården

Tors fm 0–10 mån, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Tors 11.00 0–15 mån, Norrstrandskyrkan

Tors 9.30–10.30 9–18 mån, **tors 11.00–12.00** 2–8 mån, Domkyrkans
församlingshus

Fre 10.45–11.30 0–12 mån, Kronoparkskyrkan

Fre 10.45–11.30 1–5 år, drop-in, Kronoparkskyrkan



Spädbarnsmassage

Huden är kroppens största sinnesorgan och genom dina händer förmedlar du kärlek, omsorg och trygghet. Massagestunden gör er lyhörda för varandra, vilket främjar en trygg anknytning. En instruktör visar mjuka strykningar för hela kroppen.

FÖRANMÄLAN: sensus.se

10/9, 29/10 10.15–11.45 1–7 mån, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan



För dig i lågstadiet

Buskul

Vi leker, pysslar, bakar, äter matigt mellis och har andakt.

För dig i förskoleklass till årskurs 3.

ANM: sarah.spethz@svenskakyrkan.se

NÄR: Mån 16.30-18.00

VAR: Grava församlingshem

Korallerna

Både en miniorgrupp och barnkör. Vi leker, sjunger, pysslar och äter mellanmål tillsammans. Vi hämtar barnen på skolan vid skoldagens slut.

NÄR: Tis 13.45-16.15

VAR: Alsters församlingshem

Kyrkis

Gillar du att träffa kompisar, leka, pyssla, sjunga, spela spel och mycket annat kul är det här något för dig. Alla grupper gör olika saker. Passar dig i åk 1-3.

NÄR: Tis 15.45-17.00

VAR: Arkens församlingshem, Hammarö

Västis

För dig som går i förskoleklass och i lågstadiet. Vi skapar, leker och äter våfflor. Vi startar med en kort andakt. Du kan vara med i både Västis och Sångfåglarna.

INFO & ANM: Ia Ojala 072-704 15 14, maria.ojala2@svenskakyrkan.se

NÄR: Ons 14.00-16.30

VAR: Västerstrandskyrkan

Miniorer

Vi börjar med en kort samling. Därefter lek och pyssel.

INFO & ANM: christine.nilsson@svenskakyrkan.se

NÄR: Mån 15.30-17.00 Förskoleklass - åk 1, Tis 16.30- 18.00 åk 2-3

VAR: Åstorpsgården, Vålberg

Målarresan

Vi reser i fantasin och provar olika material, färger och former. Inspiration hämtar vi även från olika Bibelberättelser där vi tränar empati, fantasi och tacksamhet. Fika och musikstund på slutet. Barn 2-5 år med vuxen.

ANM: anna.westin@svenskakyrkan.se eller 054-14 14 96

NÄR: Mån 10.00-12.00

VAR: Vikenkyrkan

Solstrålarna

Miniorgrupp och barnkör i ett. Vi äter mellanmål, sjunger, leker och pysslar. Barnen hämtas på skolan vid skoldagens slut.

INFO & ANM: Helena Skyman, 054-14 19 39 helena.skyman@svenskakyrkan.se

NÄR: Tors 13.30-16.00

VAR: Nyeds församlingshem

Musiklek med kvällsmat

Kvällen inleds med musiklek. Vi sjunger, dansar och ramsar. Passar barn ca 2-6 år tillsammans med en vuxen. Efter musikleken äter vi kvällsmat tillsammans.

NÄR: 16/10, 23/10, 6/11, 13/11 och 20/11 17.00-18.30

VAR: Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Grava-ruset

– ett springlopp på Öppna förskolan

Vi springer in hösten. I mål serveras det korv och bröd. Välkomna!

NÄR: 17/9, start 14.15

VAR: Grava församlingshem



ALLA KONTAKTUPPGIFTER HITTAR DU PÅ SISTA SIDAN

För dig i mellanstadiet

*Tjejgrupp*

Vi pysslar, bakar, äter mellanmål, leker och gör annat kul! Åk 4-5.

Begränsat antal platser. Anmälan krävs.

NÄR: Ons 15.00-17.00

VAR: Kronoparkskyrkan

Efter skolan

Här kan du pyssla, snacka, leka, få hjälp med läxor eller spela spel. Drop in efter skolan.

NÄR & VAR:

Mån 15.00-16.30 åk 4-6, Arkens församlingshem, Hammarö

Mån 15.30-17.30, 15/9, 22/9, 29/9, 6/10, 13/10 och 20/10 åk 4-6, Barnens katedral/Kroppkärrs-kyrkan

Tis 14.30-16.00 åk 4-6, matigt mellis serveras, Grava församlingshem

Tors 14.20-17.00 Ästorpsgården, Vålberg

*För enastående ensamstående föräldrar*

Mötesplats för ensamstående med barn. Här kan ni hitta gemenskap, bygga nätverk och umgås med barn och föräldrar i samma situation.

Lek och pyssel för barnen, kort andakt, enkel middag. Allt är kostnadsfritt.

INFO & ANM: 070-598 78 63,
liselotte.anderson@svenskakyrkan.se

NÄR & VAR: Tors 17.00-19.00, Vikenkyrkan

INFO & ANM: 054-53 62 26,
lars.soderberg@svenskakyrkan.se

NÄR & VAR: 29/9, 27/10, 24/11 17.00-19.00,
Grava församlingshem

*Barnvagnspromenad*

Vi går en promenad tillsammans och pratar om småbarnslivets toppar och dalar och allt däremellan.

NÄR: Mån 10.00

VAR: Samling vid Grava församlingshem

Minihopp...

... riktar sig till barn mellan cirka 0-12 år som har särskilda behov av något slag samt deras vuxna och eventuella syskon.

Gemensam enkel middag, aktivitet och andakt. Vi använder oss av bilder och stödtecken. Är ni behov av andra kommunikationssätt – säg till. Anmälan krävs.

NÄR: 24/9, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10 17.00-19.00

VAR: Norrstrandskyrkan

Ett år med konfa!

Nya insikter. Nya kompisar.
Nya åsikter och upplevelser.

VI PRATAR OM LIVET och utmaningarna, kärleken och engagemanget, Gud, dig själv och världen. Häng med på ett härligt konfaår!



Grava



Hammarö



Karlstad



Nor-Segerstad

KONFA
2025/26

Scanna qr-koden och läs mer om konfirmation och de olika konfagrupperna.



För dig som är ung vuxen

GRUPP FÖR DIG MELLAN 18-30 ÅR där vi bestämmer tillsammans vad vi fyller våra träffar med. Det kan vara samtal om allt mellan himmel och jord, bakning, skapande med mera. Givetvis fikar vi, eller kanske lagar mat, tillsammans.

INFO OCH ANM: Ia Ojala, 072-704 15 14, maria.ojala2@svenskakyrkan.se

NÄR: Tis ojämna veckor 17.30-19.30

VAR: Västerstrandskyrkan



Volontär?

DET BEHÖVS alltid volontärer för att köra bussen, bemanna den på fredagskvällar eller baka bullar.

INTRESSERAD?

Kontakta Anders Holz 054-14 14 86, anders.holz@svenskakyrkan.se



Ungdomsbussen ...

... finns på Stora torget i Karlstad varje fredag. Där kan du få fika och en pratstund i en skön varm buss. Bakom verksamheten står Svenska kyrkan och Karlstads kommun. *Du är alltid välkommen!*

NÄR: Fre 22.00-02.00

VAR: Stora torget



Ungdomsmässa

ENKEL MÄSSA med mycket musik skapad av unga men som passar alla åldrar.

Ungdomar från Svenska kyrkans unga medverkar och Ungdomskören eller solister sjunger. Välkommen du också.

NÄR: 9/10, 6/11, 4/12 18.30-19.00

VAR: Västerstrandskyrkan



Svenska kyrkans unga

SVENSKA KYRKANS UNGA - SKU är Svenska kyrkans egen barn- och ungdomsorganisation. Vi är ett gäng unga från 13 år och uppåt som träffas varje vecka. Vi har allt från vanligt häng till spännande aktiviteter och utflykter.

Svenska kyrkans unga är en öppen gemenskap av unga som vill upptäcka och dela kristen tro. Hos oss är gemenskapen viktig. En gemenskap där man får vara sig själv, troende eller inte. Välkommen du också.

NÄR & VAR: Ons 15.00-19.30 Grava församlingshem

NÄR & VAR: Ons 18.30-21.00 Arkens församlingshem, Hammarö

NÄR & VAR: Tors 19.00-21.00 Västerstrandskyrkan

Hoppets gäng

– EN GRUPP FÖR UNGA MED FUNKTIONSvariationer

HÄR TRÄFFAS UNGA människor med funktionsvariationer av olika slag och aktiviteterna utformas utifrån deltagarnas önskemål och behov.

Vi fikar, umgås, har andakt, är med och planerar och medverkar i gudstjänsten i Norrstrandskyrkan.

NÄR: Ons 15.00-16.30

VAR: Norrstrandskyrkan

Vilken religion du än har – eller om du inte har någon religion alls – är du som student eller anställd vid universitetet välkommen till oss i Universitetskyrkan. Hos oss kan du prata om existentiella frågor som identitet, relation, mening, tro, studier eller annat som du har lust att prata om. Vi har tystnadsplikt.



Vi finns här...

3C 306



Studenter bokar stödsamtal hos oss via kau.onlinebooq.se

CRISTOFFER FORSSANDER

präst Svenska kyrkan
054-700 14 92 eller 0768-404 606
cristoffer.forssander@svenskakyrkan.se

SOLVEIG KÄRRBOM

diakon Svenska kyrkan
solveig.karrbom@svenskakyrkan.se
054-14 19 28

ANNELI SANDBERG

pastor Equmeniakyrkan
054-700 18 03 eller 054-22 44 481 (även sms)
anneli.sandberg@kau.se

Aktuell information om våra verksamheter finner du på Facebook och Instagram



Barnkörer

Mån 13.10–13.50 Väse barnkör, F-åk 2, **14.20–15.00** åk 3-4, Väse skola

Mån 15.30–16.10 Lejonkören 4-7 år, Grava församlingshem

Mån 16.30–17.30 Domkyrkans flickkör, åk 3-7, Domkyrkan

Tis 14.00–15.30 Kroniskören, åk 2-3, Kronoparkskyrkan

Tis 16.10–16.50 Juniorkören, från 10 år, Arkens församlingshem

Tis 16.30–17.30 Domkyrkans gosskör, åk 3-7, Domkyrkan

Tis 17.00–17.40 Miniorkören, 7-9 år, Arkens församlingshem

Tis 17.10–17.50 Lejonkören 4-7 år, Grava församlingshem

Ons 14.45–15.30 Sång & skoj 2, åk 3-4, Mariagården, Skattkärr

Ons 15.00–15.45, Krokajo grupp 1, åk 4 och uppåt, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Ons 15.30–16.10 Sångfåglarna, åk 1-3, Västerstrandskyrkan

Ons 16.00–16.45, Krokajo grupp 2, åk 1-3, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Ons 16.15–16.55 Musicanterna, åk 4-6, Västerstrandskyrkan

Ons 16.30–17.15 Diskanten, 7-9 år, Domkyrkan

Ons 16.30–17.15 Tonjägarna, F-åk 3 + föräldrar, Åstorpsgården, Vålberg

Tors 13.30–16.00 Solstrålarna, 7-9 år, Nyeds församlingshem

Tors 15.00–16.00 Sång och skoj, åk 1-3, Mariagården, Skattkärr

Tors 16.30–17.10 Änglakören, åk 1 och uppåt, Grava församlingshem

Tors 17.00–17.30 Fenix, 5-6 år, Domkyrkan



Västerstrandskyrkans ungdomskör

FÖR DIG 13 ÅR OCH ÄLDRE. För alla sångsugna, både för dig som har varit med tidigare och för dig som vill prova på att sjunga tillsammans med andra. Kören sjunger visa, pop, gospel, musikal m.m.

NÄR: Ons 17.00-18.15

VAR: Västerstrandskyrkan

Domkyrkans ungdomskör

FÖR CIRKA 16–25 ÅR. Blandad kör där vi utvecklar sångteknik, körklang och vårt musicerande. Gammal musik varvas med ny, enklare med mer avancerad. Vi sjunger på konserter och i gudstjänster.

NÄR: Ons 18.00-19.30

VAR: Domkyrkan

Vuxenkörer

- Mån 18.30** Goba gospel, trestämmig vuxenkör, Alsters församlingshem
- Mån 18.30** Le petit coeur, Vikenkyrkan
- Tis 10.00–11.15** Må bra-kören, blandad kör, Skoghalls kyrka
- Tis 10.30–12.00 udda veckor** Sångglädje, 65+, Grava församlingshem
- Tis 10.30** Solsångarna, enkla tvåstämmiga sånger, Nyeds församlingshem
- Tis udda veckor 13.00–14.15** Må Bra-kören, +65, Åstorpsgården, Vålberg
- Tis 14.00–15.00** Västanvinden, blandad kör, Västerstrandskyrkan
- Tis 17.00–18.30** Katedralsångarna, blandad kör, lite enklare repertoar, Domkyrkan
- Tis 17.00** Kyrkokören Resonans, blandad repertoar, Vikenkyrkan
- Tis 18.30–20.00** Norrstrands kyrkokör, blandad kör, Norrstrandskyrkan
- Tis 18.30** Nova Cantica, blandad kör, Skoghalls kyrka
- Tis 18.30–20.00** Vox viva – kör för alla, Åstorpsgården, Vålberg
- Tis 19.00–20.30** Domkyrkokören, blandad kör, viss notvana krävs, Domkyrkan
- Tis 19.00** Grafva kyrkokör, blandad kör, Grava församlingshem
- Ons 17.00** Norrtoner, alla kan sjunga-kör, Norrstrandskyrkan
- Ons 17.30** VÄSingErs, blandad kör, Väse sockenstuga
- Ons 18.30** Alsters kyrkokör, blandad kör, Alsters församlingshem
- Ons 18.30** Viva Voce, damkör, Arkens församlingshem, Hammarö
- Ons 18.30–20.15** Nyeds kyrkokör, blandad kör, Nyeds församlingshem
- Ons 18.30–20.00** Västerstrandskören, blandad kör, Västerstrandskyrkan
- Ons 19.00** Fågelvikskören, damkör, Mariagården, Skattkärr
- Ons 19.00** Väse kyrkokör, blandad kör, Väse sockenstuga
- Tors 10.00** Dagkören Sånglusten, blandad kör, Vikenkyrkan
- Tors 13.45–15.15** Koralkören, Domkyrkans församlingshus
- Tors 18.30** Kronokören, blandad kör, Kronoparkskyrkan
- Tors 19.00** Karlstads motettsällskap, notläsningsförmåga krävs, Domkyrkan
- Tors 19.00** Vox Nova, damkör, Grava församlingshem
- Tors 19.00–21.00** Vox Humana, blandad kör, Arkens församlingshem, Hammarö
- Tors 19.00–21.00** Kroppkör, 20 år och uppåt, Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan



Prova på-kör för män

För dig som tycker om att sjunga och vill våga ta steget att sjunga med andra. Enkelt och lättsamt, roligt och utvecklande! 18 år och uppåt.

Ni bjuds på något lättare att äta och sedan sjunger vi. Inga förkunskaper krävs.

NÄR: 27/8, 3/9 och 10/9 17.15–18.30

VAR: Nyeds församlingshem, Molkom



Scanna qr-koden för mer info.

Konsserter

Här är ett litet urval av höstens konsserter

7/9 18.00 Senior Swing Seven, storbandsjazz i litet format, Nyeds kyrka.

4/10 18.00 Konsert med stor ungdomskör med deltagare i ungdomskörsfestivalen som i år äger rum i Karlstad, Domkyrkan.

19/10 18.00 Höstkonsert, Lieder och Deutsche Messe av F Schubert, Ole Aleksander Bang och Grafva kyrkokör, Grava kyrka.

LUNCHMUSIK

Kom och njut en stund av korta konsserter med varierade inslag mitt på dagen. Efter lunch-musiken serveras värmande soppa/enkel lunch.

NORRSTRANDSKYRKAN Tisdag 12.00

BARNENS KATEDRAL/KROPPKÄRRSKYRKAN Onsdag jämna veckor 12.00–12.20

DOMKYRKAN Torsdag 12.00



Man kan lära känna Gud och sig själv på många olika sätt. Stillheten finns redan där någonstans inuti oss och kyrkan erbjuder olika grupper där du, tillsammans med andra, får verktyg att hitta dit.



Pilgrim i Parken

VI VANDRAR cirka tre km i Mariebergsskogen. Inled gärna med bön och frukost kl 10.00 i Vikenkyrkan.

FRÅGOR: cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se

NÄR: Tis jämna veckor 11.30-12.30

VAR: Samling vid grindarna vid Mariebergsskogens huvudentré

Heliga danser

VARJE MÅNDAG under terminerna dansar vi Heliga danser. Danserna har enkla steg och är lätta att lära sig. Ibland kallar vi dem helt enkelt för meditation i rörelse.

Gruppen är öppen för alla och det är bara att komma när du har lust!

NÄR: Mån 18.00-19.30 **VAR:** Domkyrkan

Meditation i Domkyrkan

STILLHETEN FINNS INNANFÖR DIG och utanför dig. Den längtar efter dig. Välkommen att prova meditationens väg, att dela tystnad och stillhet. Vår metod kallas objektlös djupmeditation. Vi använder inga bilder eller ord, utan vår sittställning och andning hjälper oss att finna vilan och att uppmärksamma den stora närvaron.

NÄR: Tis 19.00, introduktion för nya 18.30 **VAR:** Domkyrkan

BLI PRENUMERANT

VILL DU VETA vad som sker kring pilgrim, lugna dagar, meditation, yoga, heliga danser etc?

Mejla cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se och skriv att du vill prenumrera på nyhetsbrevet kring Kroppsburna andakter.

RETREAT PÅ SANDVIKENGÅRDEN

TEMA: JAG ÄR PÅ VÄG

I denna retreat får vi dra oss undan vardagen till en rastplats med vacker miljö, god mat och andlig näring. Vi tillbringar dagarna i tystnad och ges möjligheten att skapa i olika material eller bara vara. För medlemmar i Karlstads pastorat och Nor-Segerstads församling. Kostnad: 2 050 kronor.

INFO & ANM: ann-charlotte.uggla@svenskakyrkan.se eller charlotte.moberg@svenskakyrkan.se

NÄR: 19-21 oktober **VAR:** Sandvikengården, Edane

Nära livet

VERKSAMHET i Alster-Nyedsbygdens församling med livsnära frågor och må bra-aktiviteter.

Se hemsidan för mer info.

Lugna lördagar i Acksjöns kapell

UPPLEV TYSTNAD. Unna dig en rofylld paus i vackra Acksjöns kapell. 10.00-12.00 Prova på meditation, öppet för alla, inga förkunskaper krävs.

13.00-17.00 Fördjupa din övning. För dig van vid objektlös meditation. Anmälan krävs.

FRÅGOR & ANM: cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se

NÄR: 27/9, 18/10, 8/11 samt 20/12

VAR: Acksjöns kapell, Mariebergsskogen



Helg som vardag firas det gudstjänster i en kyrka nära dig och du är alltid välkommen dit! Dels finns de "vanliga" gudstjänsterna och andakterna. Dels de lite mer nischade som kan passa extra bra till exempel vid vissa skeden i livet. Här presenteras ett urval av de gudstjänsterna i höst.



Alla gudstjänster, året runt, hittar du i Svenska kyrkans kalender.



Mc-gudstjänst

GRAVA FÖRSAMLING bjuder in till mc-gudstjänst. Först blir det gudstjänst med svängigt kompband i kyrkan.

Efteråt bjuds det på korv med bröd och fika. Vid bra väderlek tar de som har motorcykeln med avslutningsvis en hojtur tillsammans.

NÄR: 31/8 11.00

VAR: Grava kyrka

Regnbågsmässa

MÄSSAN PRÄGLAS AV ÖPPENHET och firas i gemenskap med och för homo-hetero-bi-trans- och queerpersoner. Alla är välkomna precis som de är.

Te och kvällsmacka efteråt.

Ofta med musikinslag.

NÄR: 14/9, 12/10, 9/11, 14/12 18.00

VAR: Norrstrandskyrkan

12/10 och 9/11 även föreläsning med regnbågstema 16.00.

Gudstjänster

GUDSTJÄNST MED SMÅ & STORA

7/9, 14/12, 24/12 17.00 Kronoparkskyrkan

14/9, 28/9, 12/10, 26/10, 9/11, 23/11 10.00 Barnens katedral

14/9, 12/10, 9/11 15.00 Vikenkyrkan

21/9, 19/10, 30/11, 24/12, 6/1 10.00 Västerstrandskyrkan

12/10 11.00, 14/12 15.00 Grava kyrka

19/10, 15/11 11.00 Nyeds kyrka

VARDAGSGUDSTJÄNST MED BARN OCH VUXNA

11/11 17.00–19.00 Efter gudstjänsten äter vi kvällsmat tillsammans och sen blir det lek och pyssel, Västerstrandskyrkan.

KYRKSÖNDAG FÖR ALLA ÅLDRAR

21/9, 19/10, 30/11, 6/1 10.00–ca 12.30 Gudstjänst med små och stora, enklare lunch, fika, pyssel, lekar med mera, Västerstrandskyrkan.



Frälsarkrans-gudstjänst

EN MEDITATIV GUDSTJÄNST med utgångspunkt i Frälsarkransens pärlor, Livets pärlor.

Psalmer, böner och texter anknyter till Frälsarkransen och söndagens tema.

Ta gärna med Frälsarkransarmband. Det finns även att låna på plats. Kyrkkaffe med smörgås.

NÄR: 14/9, 26/10, 16/11, 21/12 18.00

VAR: Kapellet i Västerstrandskyrkan

Taizégudstjänst

EN ENKEL GUDSTJÄNST med böner, bibelord och sånger som sjungs gång på gång i enkla stämmor, inramat av tystnad och tända ljus. Gudstjänst är inspirerad av andaktslivet vid klostret i Taizé i Frankrike.

NÄR: 29/9, 27/10, 24/11, 29/12 17.00

VAR: Kronoparkskyrkan

VÄLKOMMEN till en kreativ andakt för små och stora. Vi börjar med att äta tacos tillsammans. Därefter lyssnar vi till en text från barnens bibel, sjunger och avslutar kvällen med pyssel utifrån ett tema.

NÄR: 11/9, 6/11 17.00–19.00

VAR: Vikenkyrkan



Hoppets mässa

GUDSTJÄNST med nattvard av och med unga människor med olika typer av funktionsvariationer.

NÄR: 28/9, 26/10, 7/12 11.00

VAR: Norrstrandskyrkan

Seniorgudstjänst

Seniorgudstjänst med adventsfika och allsång efteråt.

NÄR: 26/11 14.00

VAR: Grava kyrka

Digitala sändningar

Söndagar 11.00

Livesändning av Domkyrkans högmässa på hemsidan och GLIMT-tv. Se när du vill fr o m måndag.

ALLA KONTAKTUPPGIFTER HITTAR DU PÅ SISTA SIDAN

Behöver du STÖD?

Det kan vara lättare att möta livets tunga dagar om man får prata med någon. Via Svenska kyrkan kan du komma i kontakt med många olika typer av samtalsstöd. Ring gärna vår expedition så slussar de dig rätt.



Akut samtalsstöd

SAMTALSAKUTEN För dig som är i livskris och behöver samtala med en terapeut.

Det kan handla om sorg, separation, arbetslöshet, existentiell kris eller andra dramatiska händelser.

Första kontakten sker via telefonsvararen.

TELEFON: 054-540 11 00 eller

E-POST: samtalsakuten@karlstad.se

Du kontaktas så snart som möjligt.

KAst VÄRMLAND vänder sig till dig över 18 år som är boende i Värmland och som behöver hjälp för att du köper sexuella tjänster. Vi erbjuder individuella krissamtal.

Den som är anhörig är också välkommen att höra av sig för egna samtal, oavsett om den närstående har kontakt med oss eller inte.

Första kontakten sker via telefonsvarare.

TELEFON: 0200-29 09 00 eller

E-POST: kastvarmland@karlstad.se

Behöver du samtalsstöd?

Du är alltid varmt välkommen att kontakta våra diakoner och präster. Du behöver inte tillhöra Svenska kyrkan för att få hjälp och stöd av dem.

Prästernas enskilda själavård omfattas av absolut tystnadsplikt. Samtalet är kostnadsfritt.

Ring för att få en samtalskontakt:

KARLSTADS PASTORAT 054-14 14 00

HAMMARÖ 054-51 24 25

GRAVA 054-53 62 20

NOR-SEGERSTAD 054-224 40 20

Gör skillnad – bli volontär!

I Svenska kyrkan behövs frivilliga insatser i Grava, Hammarö och Karlstad. Du kan göra skillnad för andra människor och dig själv.

Vänd dig hit om du är intresserad:

GRAVA

Marie Kronvall, 054-53 62 22

marie.kronvall@svenskakyrkan.se

HAMMARÖ

Johanna Gerdén, 054-51 24 25

johanna.gerden@svenskakyrkan.se

KARLSTADS PASTORAT

054-14 14 00

karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se

NOR-SEGERSTAD

Kristina Traulsen, 054-224 40 23

kristina.traulsen@svenskakyrkan.se



När relationen inte fungerar

FAMILJERÅDGIVNINGEN Här får ni samtala i lugn och ro med varandra om det som känns svårt.

Den är till för familjer, par och enskilda med samlevnadsproblem, kriser och konflikter.

RING: 054-14 14 21

Leva vidare-grupper

Kyrkan bjuder in dem som förlorat en vuxen anhörig till samtalsträffar.

För mer information:

KARLSTADS PASTORAT 054-14 14 00

HAMMARÖ 054-51 24 00

GRAVA 054-53 62 20

NOR-SEGERSTAD 054-224 40 30



Barn i sorg

Stödgrupper för barn och unga i åldern 7-20 år som har förlorat någon nära genom dödsfall. Viktiga vuxna träffas samtidigt i angränsande lokal.

I samarbete med Region Värmland.

Intresseanmälan till sjukhusdiakon

Anna-Karin Berglind, 010-831 58 04 eller via

1177.SE, sök på Barn i sorg.

Har någon i din närhet tagit sitt liv?

Träffa andra i samma situation och prata om gemensamma erfarenheter.

KONTAKT: my.andren@svenskakyrkan.se

FÖR INFO

om hur du tar kontakt med kyrkan för att få stöd, se baksidan.



Jourhavande präst

RING: 112 och tala med jourhavande präst.
Öppet 21.00-06.00 varje natt. Både prästen och du som ringer är anonyma.

Sjukhuskyrkan

Sjukhuskyrkan har samtalsmottagning som stöd för patienter, anhöriga och personal. Här kan du få stöttning i de utmaningar du ställs inför i vården. Vi ordnar också gudstjänst, andakt, dop, nattvard och vigsel.

Du hittar oss på Centralsjukhuset.

SJUKHUSPRÄST: 010-831 53 85

SJUKHUSDIAKON: 010-831 58 04

Vikentryggheten

Du som är 70 år och äldre kan på detta sätt nå ökad trygghet.

Du ringer en telefonsvarare och meddelar datum, ditt namn och telefonnummer innan klockan 11.00 varje dag i veckan så vet vi att du mår bra. Om du inte hör av dig försöker vi nå dig. Lyckas vi inte, kontaktar vi din kontaktperson.

INTRESSERAD?

Kontakta diakon Margit Henriksson,
054-14 15 39
margit.henriksson@svenskakyrkan.se



Café & frukost

Mån & tis 10.00 Frukost, inleds med morgonbön, Vikenkyrkan

Tis 30/9, 28/10, 25/11 8.45 Frukost med mässa, Åstorpsgården, Vålberg

Tis 9.00 Frukost med mässa, Kronoparkskyrkan

Tis 9.00 Frukost, Skoghalls församlingshem

Tis 13.00-16.00 Café, **ons 13.00-16.00** väffelcafé, **fre 9.00-11.00** frukost, Västerstrandskyrkan

Tis 15.00-17.00 udda veckor Tisdagsträff, Grava församlingshem

Ons 9.00 Frukost, inleds med morgonbön, Norrstrandskyrkan

Ons-tors 11.00-14.00 Café Titt in, **25/9, 30/10, 27/11** serveras väfflor, Norrstrandskyrkan

Fre 10.30-12.30 Väffelcafé, Kronoparkskyrkan



Herrfrukost

God frukost i trevligt sällskap för män i alla åldrar. Samtal om livet och ämnen som berör.

12/9, 10/10, 7/11, 5/12 9.00 Grava församlingshem

Ons 9.00-11.00 Vikenkyrkan



Lunch

Tis 12.00 udda veckor Alsters församlingshem

Tis 12.00 jämna veckor Equmeniakyrkan, Molkom

Tis 12.15 Lunchmusik 12.00, Norrstrandskyrkan

Ons 12.00 Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Ons 12.00 Lunchandakt 11.50, Kronoparkskyrkan

Ons 12.00 Mariagården, Skattkärr

Tors 11.00 Inleds med andakt, Vikenkyrkan

Tors 12.00 Inleds med andakt, Skoghalls församlingshem

Tors 12.15-13.30 Inleds med andakt 12.00, Västerstrandskyrkan

Tors 12.30 Inleds med lunchmusik i Domkyrkan 12.00, Domkyrkans församlingshus

26/9, 24/10, 21/11, 19/12 12.00 Grava församlingshem

DU GÖR DET MÖJLIGT

att runt

12 TUSEN

bullar delas ut från
Ungdomsbussen
varje år



att
BRYTA
ENSAMHET

över en kopp kaffe eller en
tallrik soppa



att samtala
med någon när

LIVET RASAR

oavsett tid på
dygnet



för barn och föräldrar att
komma ut och träffa andra
familjer på Öppna förskolan

ALLA VARDAGAR

i veckan



TACK

för att du är

MEDLEM I SVENSKA KYRKAN

KYRKAN ÄR ÖPPEN

SÅ HÄR KONTAKTAR DU DIN FÖRSAMLING

GRAVA FÖRSAMLINGS EXPEDITION

svenskakyrkan.se/grava
grava.pastorat@svenskakyrkan.se
054-53 62 20



ÖPPETTIDER EXPEDITION:

Mån 10.00-12.00 och 13.30-16.00 telefon och besök,
ons och fre 10.00-12.00 telefontid

HAMMARÖ FÖRSAMLINGS EXPEDITION

svenskakyrkan.se/hammaro
hammaro.forsamling@svenskakyrkan.se
054-51 24 00



ÖPPETTIDER EXPEDITION:

Mån-fre 10.00-12.00 samt mån, tis, tors och fre 13.00-15.00

KARLSTADS PASTORATS EXPEDITION

svenskakyrkan.se/karlstadspastorat
karlstads.pastorat@svenskakyrkan.se
054-14 14 00



ÖPPETTIDER EXPEDITION:

Mån-tors 8.00-17.00,
fre 8.00-14.00

NOR-SEGERSTADS FÖRSAMLINGS EXPEDITION

svenskakyrkan.se/nor-segerstad
nor-segerstads.forsamling@svenskakyrkan.se
054-224 40 20



ÖPPETTIDER EXPEDITION:

Mån, ons-fre 9.00-12.00