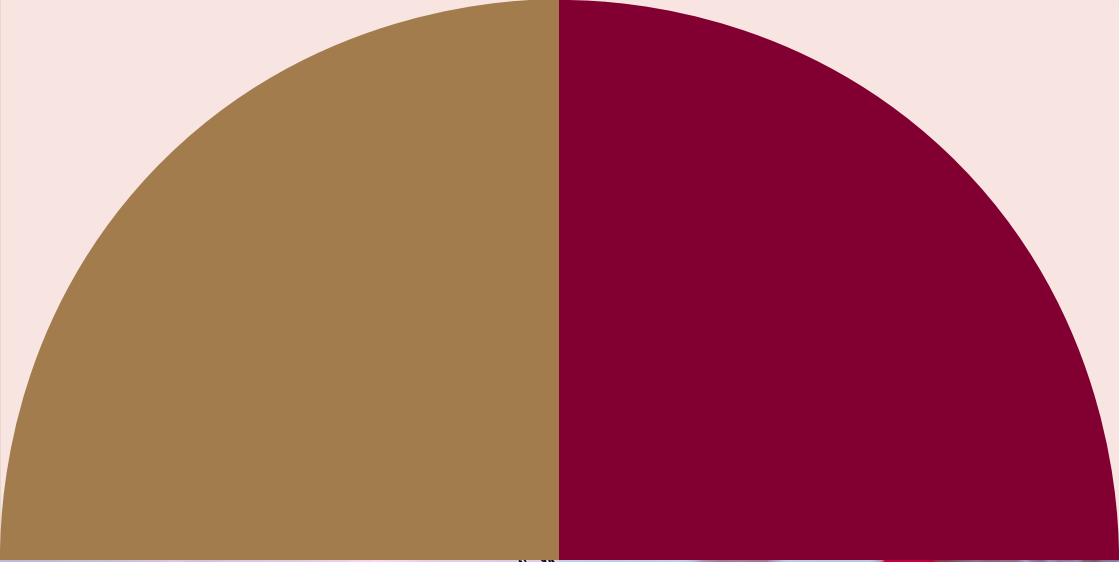




Vinter i Västra Frölunda församling



Svenska
kyrkan

2025/26

Du är älskad och buren

När vi är ute och kör bil en mörk kväll, blir ljusen från de mötande bilarna så starka att de bländar oss. Det beror på att våra ögon har vant sig vid mörkret. Ja, det är som om våra ögon slutat att hoppas på ljus och vant sig vid mörkret.

Jag tänker att det är på ett liknande sätt med mörkret runt omkring oss i vår värld. Vi får ständigt information om krig, ondska och mörker i vår värld – långt borta och nära. Kanske bär vi också själva ibland på svårigheter som blir som ett mörker. Dessutom är vi mitt i den mörka hösten. På något sätt är det som om vi vänjer oss vid att höra om allt mörker. Ja, vi nästan slutar hoppas på ljus. Det är då ljuset kommer!

Mitt i novembermörkret kommer så äntligen adventstiden och ljuset. Vi får tända adventsljus i väntan på jul. Adventsljusen som skingrar mörkret och ger oss hopp!

I Bibeln kan vi läsa: "Det folk som vandrar i mörkret ser ett stort ljus,

över dem som bor i mörkets land strålar ljuset fram". När det lilla Jesusbarnet föds till jorden, för länge sedan, rådde ett kompakt mörker: ockupation, krig, kamp och flykt. Precis som den värld vi lever i idag. Men – det finns ljus!

Advent och julens budskap talar om för oss att Jesus kom till oss som människa i Jesus Kristus för att rädda en hel mänsklighet från mörker till ljus. Jesus Kristus är världens ljus. Livets ljus – som lyser in över oss och i våra liv. Det ljuset är inte bländande – det är varmt och inbjudande. Det tränger sig inte på och bländar dig. Det är ett ljus som säger: Du är älskad. Du är buren. Det är en påminnelse om att Gud kommer till oss – inte bara en gång för länge sedan, utan gång på gång. I mörkret. I ljuset. I livet. Tillsammans med varandra.

Låt det ljuset möta dig; i advent, jul och alla dagar – högtid som vardag. Med önskan om en ljus advent, god jul och ett gott nytt år!



Ingrid Svensson
Församlingsherde
Västra Frölunda församling

Kontakta pastoratet

Välkommen att höra av dig!
Telefonnummer: 031-731 64 50
Telefontider: 09.00–12.00, mån–fre
E-post: vastrafrolunda.pastorat@svenskakyrkan.se

Foto: Josefin Casteryd/Ikon, Fredrik Bengtsson/Ikon, Rajat Verma/Unsplash

En kyrka att räkna med

... för den som behöver gemenskap, omsorg och stöd på olika sätt i vår egen stadsdel och i världen.



Julinsamlingen 2025 i Västra Frölunda pastorat

Vill du vara med? Din gåva delas lika mellan:

Diakonimottagningens arbete att stödja medmänniskor i utsatta livssituationer.

Act Svenska kyrkan som tillsammans med andra kyrkor och organisationer arbetar långsiktigt mot fattigdom och förtryck och agerar snabbt vid katastrofer i hela världen.

Ljuset lyser i mörkret och mörkret har inte övervunnit det.
Johannesevangeliet 1:5



Swisha
din gåva!
123-409 35 63



Svenska kyrkan

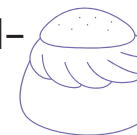


Händer i kyrkan



med musik av Bach, Messiaen, Nordal samt egna improvisationer. Kom och upplev orgelns stora klangfärger och känn ljuset i vinterkvällen.

Semmel- mingel



Tisdag 17/2

18.00 Västra Frölunda församlingshem

Fettisdagen firas med semla, dryck & underhållning. Kostnad 30 kr. Anmälan senast 11/2: Ingela Flood, 031 731 87 07.



Första advent

Söndag 30/11 11.00

Västra Frölunda kyrka

Tänd adventsljuset tillsammans med oss och låt tonerna bära hoppet in i väntans tid. Frölunda kyrkokör, Frölunda brasskvartett, sopransolisten Ellen Larsson, Axel Holmgren på pukor och Lars Hernqvist vid orgeln medverkar under ledning av Jakob Klöfver. Präst: Ingrid Svensson.

Söndag 30/11 16.00

Västra Frölunda kyrka

Advent med alla sinnen. Upplev adventsfirande med adventspsalmer, sång och rörelse. Glögg och pepparkaka! Präst: Ingrid Svensson.



Julkonsert – Sjung in julen!

Lördag 20/12 18.00

Västra Frölunda kyrka
(Fri entré)

När vintermörkret sänker sig bjuder Västra Frölunda församling in till en stämningsfull konsert. Kvällen rymmer både det högtidliga och det innerliga – från den majestätiska *Dagen är kommen* till stillsamma toner som bjuder in till eftertanke. En konsert för hela familjen och en stund att stanna upp, andas in julens frid och låta musiken föra oss närmare varandra. Kom och sjung med, lyssna, njut – och låt julen börja här.

Anna Salonen; musikalartist, Frölunda kyrkokör, orkester, Adrian Littwold; konsertmästare, Jakob Klöfver; dirigent.

Julafton med alla sinnen

Onsdag 24/12 11.00

Västra Frölunda kyrka

Kom och upplev julens budskap med alla sinnen! Glögg och pepparkaka från 10.30. Ingrid Svensson, präst, Lars Hernqvist, musiker, Maria Högberg och Anna-Karin Nilsson.

Julotta

Torsdag 25/12 07.00

Västra Frölunda kyrka

Ett barn är fött på denna dag!

Var med i den tidiga morgontimmen när vi firar Jesus födelse i Betlehem. Jakob Klöfver; organist, Per Eriksson; präst och Frölunda Julkör.



Jultrivsel

Söndag 28/12 11.00–15.00

Västra Frölunda kyrka och församlingshem

Gudstjänst och jultrivsel när allt annat är stängt... Skattjakt, pyssel och lek för stora och små, quiz m.m. Vi börjar i kyrkan 11.00 och går sedan över till församlingshemmet. Vi bjuder på mat och fika mellan 13.00 och 14.30. Frågor: per.eriksson@svenskakyrkan.se eller 031-7316435

Ljus i vinterkväll

Lördag 17/1 18.00

Västra Frölunda kyrka
(Fri entré)

Välkommen till en stämningsfull orgelkonsert som lyser upp vintermörkret. Organist Karin Nelson bjuder på ett varierat program

After work

Fredag 27/2 17.00–19.00

Västra Frölunda församlingshem

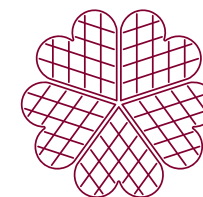
Kom på mingel, snacks och toast. Det blir musik, quiz och lite till... Kostnad 30 kr. Drop in. Ingen anmälan, bara kom!

Våffelcafé

Lördag 21/3 13.00–15.00

Västra Frölunda församlingshem

På våffeldagen går våffeljärnen traditionsenligt varma i församlingshemmet! Våffla och dryck 30 kr. Pengarna går till Act Svenska kyrkans fastekampanj. Välkommen in i värmen!



Gudstjänster

Söndagsgudstjänst

Vi firar gudstjänst varje söndag 11.00.

Morgonmessa

Tisdagar 8.30.

Morgonbön

Onsdag–fredag 8.30.

Du behövs!

Vill du bidra med din tid och ditt engagemang i något som gör skillnad för dina medmänniskor – och blir meningsfullt för dig? Kontakta Maria Högberg så möts vi och ser vad som passar just dig! 0737-73 67 20, maria.hogberg3@svenskakyrkan.se

Håll koll

Aktuella tips i nyhetsbrevet. 
svenskakyrkan.se/vastrafrrolundapastorat/nyhetsbrev

Mötesplatser under veckorna i Västra Frölunda församling

Sittgympa

Måndagar 10.00–10.45

Västra Frölunda församlingshem, ingång baksidan

Västra Frölunda församling erbjuder sittgympa för daglediga med enkla rörelser så att de flesta kan vara med. Ingen kostnad. Ta med vattenflaska! Ledare: Ing-Marie Nilsson, 0708-49 17 05. Terminsstart 9/2.

Second hand-butik

Tisdagar och onsdagar 10.00–14.00

Västra Frölunda församlingshem, ingång på baksidan

Välkommen in för att handla kläder och skor i butiken i Västra Frölunda församlingshem. Vi säljer kläder till förmånligt pris och intäkterna går till pastoratets diakonala arbete. Kontakt: Ing-Marie Nilsson, 0708-49 17 05. Öppnar 10/2.

Språkcafé

Tisdagar 14.00–15.30

Västra Frölunda församlingshem

Språka svenska över en kopp kaffe. Både för dig som vill öva dig på svenska språket och för dig som vill dela med dig av det. Kontakt: Ingela Flood, 031-731 87 07. Terminsstart 13/1.



Sopplunch

Onsdagar

12.00–ca 14.00

Västra Frölunda församlingshem



Välkommen till sopplunch som vi inleder med en andakt 12.00 i församlingshemmets stora sal. Soppa med bröd, kaka och kaffe för 50 kr serveras vid 12.30. Ta med en vän och kom! Ansvarig: Ulrica Espenholt, 070-247 84 44. Terminsstart 14/1.

Kyrkokören

Onsdagar

18.00–20.00

Västra Frölunda församlingshem



Frölunda kyrkokör är en blandad kör med ca 45 medlemmar som sjunger en blandad repertoar och sjunger i kyrkan ungefär en gång i månaden. Vi har kördagar och vissa år åker vi också på körresa. Välkommen att börja sjunga med oss! Körledare: Jakob Klöfver, 031-731 64 87, jakob.klofver@svenskakyrkan.se. Terminsstart: 14/1.

Babyrytmik

Torsdagar

10.00–12.00

Västra Frölunda församlingshem, Lekrummet, ingång på nersidan



Sjung och dansa till svängiga låtar, träffa gosedjuren, spela på trumman och digga loss med rytmikäggen. Ingen anmälan, bara att dyka upp! Vi har öppet mellan 9.00 och 12.00 för lek innan och efter rytmiken. Det finns fika för den som vill. Ansvariga: Mia Högberg, 0737-73 67 20 och Anna-Karin Nilsson, 031-731 64 53. Terminsstart 15/1.

Existentiella samtal i grupp

Torsdagar 10.30–ca 12.00

Västra Frölunda församlingshem

Att leva i en föränderlig värld är inte alltid lätt. Genom att dela tankar om t.ex. tillhörighet och ensamhet, mening och tomhet, begränsningar och frihet kan det bli mer hanterbart. Vi träffas vid nio tillfällen i en grupp om cirka åtta personer och samtalar om frågor som kan beröra oss på djupet, men som vi sällan sätter ord på. Anmälan: Ulrica Espenholt, 070-247 84 44. Terminsstart 29/1.

Mötesplatsen Tilliten

Fredagar 9.00–12.00

Västra Frölunda församlingshem

Har du ett litet barn med funktionsnedsättning eller en sjukdom som leder till anpassningar i det dagliga livet? Då är Tilliten mötesplatsen för ditt barn och dig. Välkomna! Ansvariga: Mia Högberg och Anna-Karin Nilsson. Terminsstart 16/1.

Leva vidare

Varannan fredag 10.30–12.00

Västra Frölunda församlingshem

När man förlorar någon nära kan det kännas som en hjälp att tillsammans med andra sörjande prata om det som hänt. Leva vidare är en samtalsgrupp som träffas vid fem tillfällen och som vill vara till hjälp att bearbeta sorgen. Start fredag 13 mars. Sammanlagt fem träffar. Sista träffen 8 maj. Anmälan och kontakt: Ingela Flood, 031-731 87 07.

Diakonimottagning

Du som är bosatt i Västra Frölunda pastorat är välkommen att kontakta vår diakonimottagning för att samtal om din sociala och/eller ekonomiska situation med en diakon. Boka tid via hemsidan: svenskakyrkan.se/vastrafrlundapastorat/diakonimottagning eller ring 073-773 68 20.

Besöksgrupp

En grupp för dig som har tid över och vill dela den med någon som önskar sällskap några timmar med då och då. Det kan vara genom besök i hemmet, på boende eller genom telefonkontakt. Info och anmälan: Diakon Ingela Flood, 031-731 87 07.

Solkatten

Solkatten är Sveriges första och största självhjälpshus. Solkatten i Frölunda är ett samarbete mellan Svenska kyrkan i Västra Frölunda pastorat, Göteborgs stad och Flatåskyrkan. På Solkattens hemsida hittar du information och startdatum för de självhjälpkurser som ges för tillfället: sjalvhjalp.com

Öppna rum

Västra Frölunda kyrka och församlingshemmet är öppna 9.00–15.00 tisdag–fredag. Det finns enkelt fika i foajén.

Morgonmässa och morgonbön

Välkommen till morgonmässa tisdagar 8.30 och till morgonbön onsdag–fredag 8.30, i Västra Frölunda kyrka.



Västra Frölunda församling vill vara en växtplats där omsorg och kärlek inkluderar och stärker människor.

Avsändare:
Västra Frölunda pastorat
Frölunda kyrkogata 2
421 47 Västra Frölunda



B

PP

Sverige, Port Payé

Ej retur

Utomhuskatedralen

Utanför vår kyrka finns det en härlig park, som vi kallar utomhuskatedralen. En oas där vi kan vara alla tider på året, även vintertid. Utomhuskatedralen är en plats för alla och du bestämmer själv hur du vill använda den. I utomhuskatedralen finns också två meditations- och böneplatser. Den ena föreställer frälsarkransen, som är ett modernt radband med arton pärlor i olika färger och av olika betydelser.

Den andra böneplatsen består av ett galler och sex olika färgband med olika betydelse, som kärlek, glädje, sorg, förlåt, ilska och hjälp. Här kan vi få be utan ord, bara att välja ett färgband som passar vår känsla och knyta fast i gallret. På detta sätt får vi påminna varandra om att till Gud kan vi alltid komma med vad som helst, var som helst, hur som helst och precis sådan vi är och känner oss. Gud är genom sin förekommande nåd, alltid före oss. Innan du ens visste vem Gud var, fanns Gud hos dig; med sin nåd och kärlek och lämnar dig aldrig.

Välkommen till utomhuskatedralen,
den är alltid öppen för dig!



Vill du samtala med någon?

Diakon Ulrica Espenholt
031-731 64 93

Diakon Ingela Flood
031-731 87 07

Präst Ingrid Svensson
031-731 64 98

Präst Elisabeth Laasonen Belgrano
0761-49 61 15

