

JÄRFÄLLA FÖRSAMLING:

# Tusen möjligheter

28 mars – 31 maj 2026

PÅSK – musik och  
pilgrimsvandring Sid 3

Påsk och pingst  
– starten  
på den åttonde  
skapelsedagen

Sid 8

Håller landskapet  
öppet – Johan  
Andersson  
på Görvälns gård

Sidorna 10–11

Återupptaget jord-  
bruk – Anders Ström,  
arrendator på  
Hästa gård

Sidorna 12–13

Ungdoms-  
verksamheten  
– från andra ögon

Sid 14

# NYKLIPPT

– fårklippning på Görväln



Svenska  
kyrkan

Sid 4



HANNA LÖNNEBORG | KYRKOHERDE

Utgivare av Svenska kyrkan i Järfälla.  
Denna tidning klassas som samhälls-  
information och delas ut till samtliga  
hushåll i Järfälla kommun.

**Ansvarig utgivare:** Hanna Lönneborg  
**E-post till redaktionen:**  
jarfalla.tusenmojligheter@  
svenskakyrkan.se

**Församlingsexpeditionen har  
besöks- och telefonid:**  
Mån-tor kl 9-15, lunch kl 12-13  
Fre kl 9-12  
**Telefon:** 08-580 218 04

**Postadress:**  
Svenska kyrkan i Järfälla  
Box 139, 177 23 Järfälla  
Besöksadress: Kyrkvägen 8, Barkarby

**På internet:**  
[www.svenskakyrkan.se/jarfalla](http://www.svenskakyrkan.se/jarfalla)  
[www.facebook.com/jarfallaforsamling](https://www.facebook.com/jarfallaforsamling)  
[www.youtube.com/jarfallaforsamling](https://www.youtube.com/jarfallaforsamling)  
Instagram: @svk\_jarfalla

**Våra kyrkor:**  
Barkarby: Järfälla kyrka, Kyrkvägen 8  
Jakobsberg: Maria kyrka, Sturevägen 3  
Kallhäll: S:t Lukas kyrka, Svarvargränd 1  
Viksjo: Viksjo kyrka, Agrargränd 2

**Omslag:**  
Förberedelser inför klippningen. Caro-  
line Jadenstam och Åke Ploghammar på  
Görvålnlammet övervakar.

**Foto:** David Lagerlöf

**Nästa nummer utkommer 30-31/5**

**Tryck:** Pressgrannar, Linköping

 Svanenmärkt trycksak, 3041 0174



## Alla människor bär på ett värde

**VÄRLDEN ENGAGERAR.** Ständiga nyheter om vårt samhälle och vår värld möter oss dagligen. Just nu är vi i en period där många förändringar sker snabbt, medan andra, där vi vill se ett mer medmänskligt perspektiv, går alltför långsamt.

När världen och samhället runt omkring oss "hårdnar", så spiller det gärna över på oss och vår världsbild och människosyn. Vi ser oro och konflikter, hård retorik och krig när vi lyssnar in nyheterna. En av de senaste undersökningarna av ungdomars attityder och världsbild visar att toleransen för den som är annorlunda är lägre idag än bara för några år sen. Hur kommer det att påverka oss och vårt samhälle om det blir en förändring som är bestående?

**ÖVERTYGELSEN OM ATT ALLA** människor bär på ett värde och är unik i sig själv är grundläggande och på samma gång prövas den. Deklarationen om de mänskliga rättigheterna bekräftar att varje människa har rätt till sin frihet, till utbildning, skydd från förtryck, till sin religion och alla människor är lika i värde.

Vår svenska lagstiftning berättar att du inte ska behandlas annorlunda på grund av hur du ser ut, vem du älskar eller vad du arbetar med. I kyrkoordningen som reglerar församlingarna står att "En församling ska behandla dem som tillhör församlingen lika".

**PÅSKENS BUDSKAP** är att Gud gör det omöjliga möjligt genom att bryta dödens udd, död

är inte slutet. Ljuset har övervunnit mörkret. Gud väljer att dö för att var och en av oss är värdefull och för att vi ska få leva. Gud gör inte skillnad på oss människor.

Att varje människa bär ett okränkbart värde är inte en känsla. Det är en hållning. När de mänskliga rättigheterna i vår värld och våra samhällen inte värnas utan kränks så är det inte bara ett moraliskt problem. Det är också ett demokratiskt problem, för det bryter mot vår överenskommelse om hur vi vill leva tillsammans.

**SÅ HUR GÖR VI DÅ** när vi delar upp oss i grupper, när vi tänker i ett vi och ett dom? Vi minns vår grundhållning, det vi sagt att vårt samhälle ska präglas av och bygga på. Vi står emot hårda ord, förenklade berättelser och vi börjar i det lilla: en vilja att lyssna, en återhållsamhet i språket, en blick som inte förminskar. Och vi fortsätter att tala om människovärdet och låter det märkas i hur vi behandlar varandra. Allas lika värde är inte en idé som ska försvaras en gång för alla. Det är en berättelse vi måste skriva om, varje dag, i våra liv och i vårt sätt att vara människor inför varandra.

## Påsk och pingst

– starten på den åttonde skapelsedagen

8



Jordnära

10

## Inte vilken väska som helst

18



Händer i Järfälla sid 16

# Gudstjänster i Stilla veckan

Under stilla veckan firas gudstjänster och andakter i våra kyrkor och online. Du hittar alltid digitala andakter och hela påskprogrammet på [svenskakyrkan.se/jarfalla/pask](https://svenskakyrkan.se/jarfalla/pask)



## Palmsöndagen 29/3

- Kl 10 Gudstjänst med små och stora i Viksjö kyrka  
Barnkören Kidz' Voice medverkar
- Kl 11 Högmässa i S:t Lukas kyrka. S:t Lukas Seniorkör  
sjunger Elvis andliga sånger
- Kl 15 Mässa i Maria kyrka. Kören Cantabile medverkar
- Kl 18 Mässa i Järfälla kyrka. Kören Cantabile medverkar

## Måndag 30/4

- Kl 12 Passionsandakt i Maria kyrka

## Tisdag 31/4

- Kl 18 Passionsandakt i S:t Lukas kyrka

## Onsdag 1/4

- Kl 12 Passionsandakt i Maria kyrka
- Kl 18 Passionsandakt i S:t Lukas kyrka

## Skärtorsdagen 2/4

- Kl 17 Skärtorsdagsmässa i Maria kyrka
- Kl 18 Skärtorsdagsmässa i S:t Lukas kyrka

## Långfredagen 3/4

- Kl 10 Långfredagsgudstjänst i Viksjö kyrka  
Viksjö Motettkör medverkar
- Kl 11 Långfredagsgudstjänst i S:t Lukas kyrka
- Kl 15 Långfredagsgudstjänst i Maria kyrka
- Kl 18 Långfredagsgudstjänst i Järfälla kyrka

## Påskafton 4/4

- Kl 23.30 Påsknattsmässa i Järfälla kyrka

## Påskdagen 5/4

- Kl 10 Påskdagsmässa i Viksjö kyrka
- Kl 11 Högmässa på påskdagen i S:t Lukas kyrka  
S:t Lukaskören medverkar
- Kl 11 Digital påskdagsandakt (endast online)
- Kl 15 Påskgudstjänst på finska i Maria kyrka
- Kl 18 Påskdagsmässa i Järfälla kyrka

## Långfredagsretreat

Fredag 3/4 kl 13–17 i S:t Lukas kyrka

**VÄLKOMMEN TILL EN EFTERMIDDAG** i stillhet  
och andlig fördjupning.

Lunch från kl 12 för den som vill.

Gemensam inledning och avslutning med  
bibelmeditation och bön.

Inga förkunskaper behövs, retreaten leds av en präst.  
Möjlighet till enskilt samtal finns.

**Föranmälan** senast 31/3 till  
[anna.unghammar@svenskakyrkan.se](mailto:anna.unghammar@svenskakyrkan.se).



## Pilgrimsvandring över Järvafältet

Annandag påsk (måndag 6/4)  
kl 10–15

Start kl 10 S:t Lukas kyrka, avslut  
med mässa kl 15 i Järfälla kyrka.  
Ta med matsäck och kläder efter  
väder.

**Anmälan till**  
[anders.hagglund@svenskakyrkan.se](mailto:anders.hagglund@svenskakyrkan.se).

## Konsert: Jesus Christ Superstar

Lördag 28/3 kl 16 i S:t Lukas kyrka

Söndag 29/3 kl 16 i Viksjö kyrka

Järfälla Gospel och Joyful Gospel Choir  
med musiker framför musik från  
musikalen Jesus Christ Superstar.

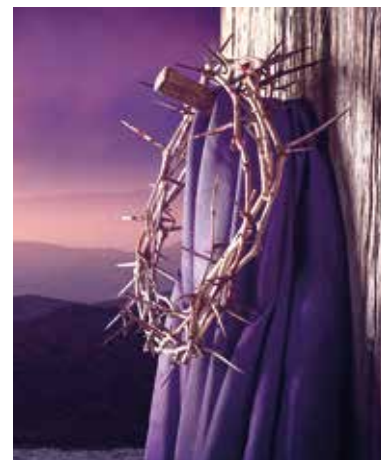
Bosse Bjerkerot, bas

Charlie Westre, trummor

Joel Wallander, gitarr

Ledning: Monika Bjerkerot

En frivillig gåva till Act Svenska kyrkan tas  
upp i samband med konserten.



## Johannespassionen

Söndag 29/3 kl 18 i S:t Lukas kyrka

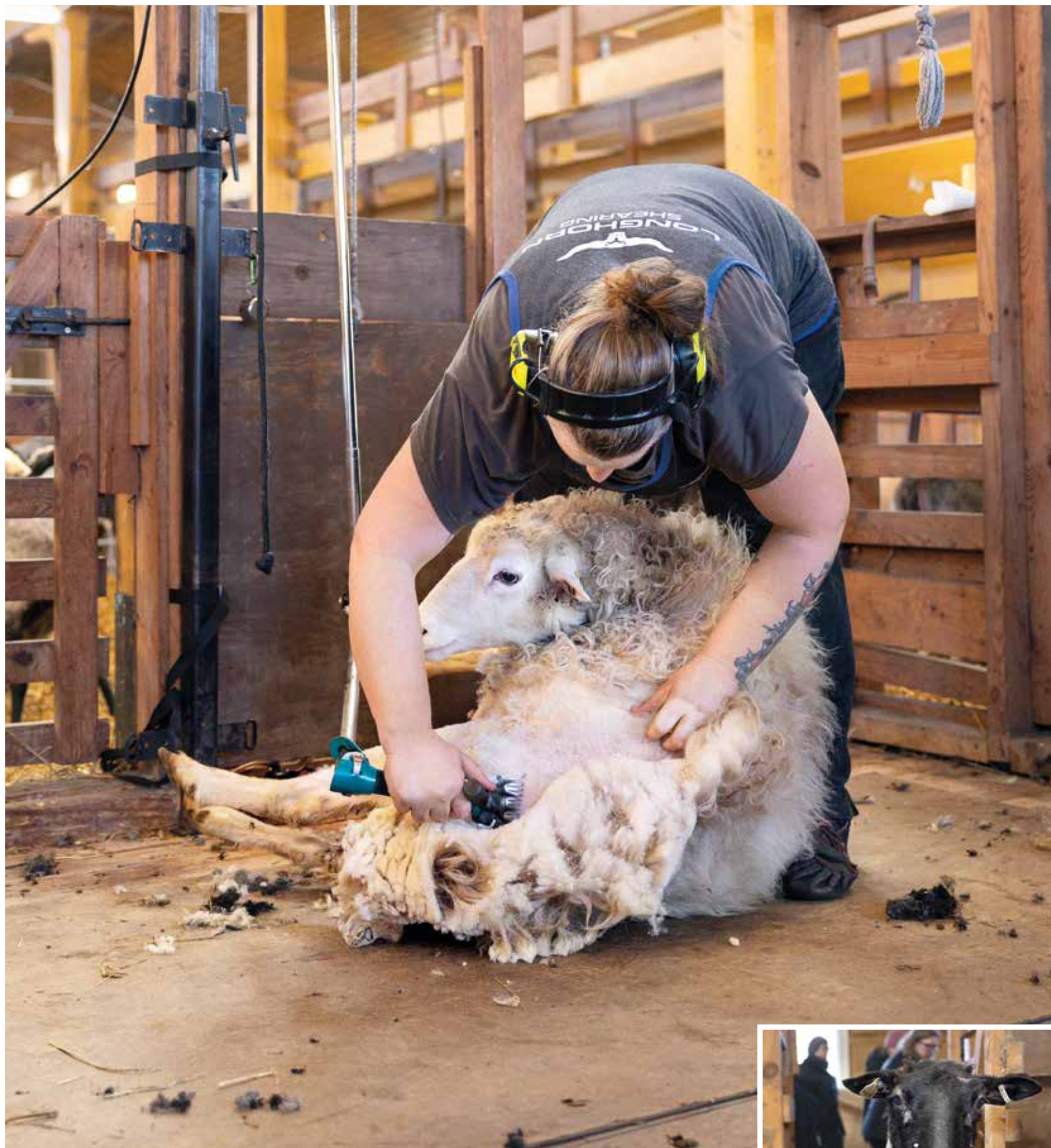
S:t Lukaskören framför Johannespassionen av J. S. Bach, med solister och orkester  
(ur bl.a. Kgl Hovkapellet).

Agnes Auer, sopran. Hovsångerskan Ingrid Tobiasson, alt

Arvid Emilsson tenor och Evangelist

Dirigent: Anders Emilsson

En frivillig gåva till Act Svenska kyrkan tas upp i samband med konserten.



*Elin Esperi i full aktion med ullsaxen.*

*Gutebaggen Mållgam har pondus med  
sina imponerande horn.*



*Nyfriserad tacka.*



# Nyklippt

Föreningen **Görvälnlammet** bedriver fåravel på ideell basis. De har ett hundratal djur som går i hagar ute på Görvälns gård bakom slottet. Tusen Möjligheter följde vårens klippning av fåren.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT FOTO: DAVID LAGERLÖF

**DET ÄR DAGS FÖR VÅRKLIPPNING** av fåren. Ett 50-tal får väntar på att få ullen klippt och tillvaratagen i föreningen Görvälnlammets fårstall på Görvälns gård. Medlemmar i föreningen Görvälnlammet arbetar med förberedelserna.

– Alla fåren som ska klippas idag är dräktiga tackor. Lamningen sker i mars, berättar Elisabeth Helgöstam, kommunikationsansvarig på föreningen.

– Alla är undersökta med ultraljud, så vi vet att fostren mår bra och hur många lamm det blir. Några av tackorna kommer att få flera lamm, säger fårexperten Åke Ploghammar.

Några baggar får också åka med i den här klippningsomgången.

– Man kan tycka att det är konstigt att vi klipper ullen när det är som kallast ute, fortsätter Åke. Det finns flera skäl till det. När ullen är klippt åter tackorna mer för att hålla värmen. Det är bra för lammen som får mer näring.

– Det är också av hygieniska skäl. När lammen ska dia är det lättare för dem att hitta spennarna om det inte är så mycket ull på mammans mage.

– Magullen kasserar vi, förklarar föreningens ulleexpert Eva Bill. Fåren ligger på magen när de vilar, så den blir smutsig. Det kan också finnas rester av urin.

– Det är tre sorters får vi klipper idag, inflikar Elisabeth Helgöstam: gutefår, gotlandsfår och klövsjöfår.

– Klövsjö är en utrotningshotad svensk fåras. Det är en del i vårt uppdrag att försöka beva-

ra utrotningshotade fårraser.

Föreningen Görvälnlammet bildades för ett tjugotal år sedan och drivs som en ideell förening. De flesta i föreningen har inte bakgrund inom jordbruk eller djurhållning utan är med av rent intresse, bland annat för att hålla landskapet öppet.

– Jag kom i kontakt med föreningen när jag blev med hund för ett tiotal år sedan, berättar Elisabeth Helgöstam. Jag gick en vallningskurs med hunden och fick genom det upp ögonen för Görvälnlammet.

– Hundar används traditionellt vid vallning av får. Det tar lång tid att utbilda en vallhund. Man brukar säga ett år per tass.

– Hundarna och fåren kommer bra överens,

”Egenskaperna hos ull från olika raser gör den mer eller mindre lämplig för garn.

Klövsjöfårens ull har långa fibrer och ger ett väldigt starkt garn.

de har ett kompisförhållande. Det har gjorts undersökningar om det. Fåren blir avsevärt mindre stressade av att vallas av en hund än om människor försöker hålla ordning på dem.

**FÖRUTOM SJÄLVA FÅRAVELN** har föreningen även andra aktiviteter. Jan Eriksson är föreningens ordförande.

– Vi anordnar exempelvis kurser för dem som vill ha egna får, säger han. Det är faktiskt ganska många som har ett par egna får. Man måste ha minst två får, de trivs inte med att vara ensamma.

– Jag har en bakgrund inom databranschen, berättar Jan. Det var min dotter som blev intresserad av fåren och hon insisterade på att vi skulle vara med i föreningen. Nu är hon utflugen, men jag har stannat kvar i föreningen. Hon blev veterinär, så intresset för djur finns kvar.

– Vi tillverkar även livsmedelsprodukter som säljs på exempelvis julmarknaden, säger Elisabeth Helgöstam. Fårfärs, korv med mera. Fårskinn och ullprodukter säljer vi också förstås.

– Vi klipper fåren en gång på våren och en gång på hösten, berättar Eva Bill. Höstullen brukar vara av bäst kvalitet, då har fåren varit ute och betat hela sommaren.

– Man kan göra massor av saker med ullen. Garn förstås, men det finns också många andra användningsområden. Du kan dekorera ljusstakar med ull. Du kan använda ull i trädgården

och lägga på rabatter. Den både skyddar växterna och bevarar fukten i jorden.

Eva demonstrerar hur kardning går till. Det är en förberedelse för att kunna spinna ullen till garn. Tovad ull är kanske en ännu större produkt än garn.

– Tovning av ull är en textilt teknik med väldigt många användningsområden. Då behandlas ullen med varmt vatten och såpa och blir till en tjock, sammanhängande filt. Av den kan du göra smycken, tyger, kläder, skulpturer. Det finns nästan obegränsade möjligheter.

– Egenskaperna hos ull från olika raser gör den mer eller mindre lämplig för garn, fortsätter Eva. Klövsjöfårens ull har långa fibrer och ger ett väldigt starkt garn.

**NU TAR FÅRKLIPPAREN** Elin Esperi plats på en plattform. Elisabeth Helgöstam och Caroline Jadenstam slussar fåren till henne ett i taget. Med van hand lägger Elin fåren på rygg, håller fast dem i ett bengtrep och klipper ullen. Det är en snabb process, klippningen tar några minuter per får.

– Jag har hållit på med fårklippning i drygt tio år, berättar Elin. Vi är ett tiotal fårklippare i hela Sverige som åker runt. Jag jobbar mest i mellersta Sverige. Det är första gången jag är på Görvåln.

– De flesta får är lätta att hantera. Gutefåren är lite besvärligare eftersom de har horn, både tackor och baggar. Jag håller fast fåren med benen. Hornen trasslar ofta in sig i kläderna.

Den enda som inte är så samarbetsvillig är den kraftfulla gutebaggen Mållgam. Det märks att han är van vid att bestämma själv, men Elin får snabbt bukt med honom. Mållgam är lite av favorit i stallet genom sin imponerande

uppenbarelse. Annars är namngivning av fåren en ständigt återkommande diskussionspunkt. Vissa menar att namn ger en alltför personlig relation till djuren.

– Det bryr jag mig inte om, betonar Eva Bill. Jag äter ändå inte får.

Föreningen har ytterligare ett fyrtiotal får. De går ute i hagarna året om, oavsett väder.

– Det finns tak och vindskydd om de skulle behöva, men de går aldrig in där, säger Elisabeth Helgöstam. De föredrar att vara ute. Det finns bäddar av halm som ger värme om de vill.

När klippningen är avslutad pustar Elin ut med en kopp kaffe. Det är en rejäl fysisk insats att hantera 50 får som ska läggas ner och vändas i alla vinklar för att ullsaxen ska komma åt överallt.

– Ett får väger 70-80 kilo, säger Åke Ploghammar. Baggarna är större och tyngre, de väger upp mot 100 kilo.

**FÅREN ÄR TILLBAKA** i sina inhägnader. De stannar inomhus tills lamningen är klar och det är varmare utomhus. De är lika många som när vi började, men ungefär hälften så stora. Ullen ligger sorterad i säckar, färdiga för bearbetning och användning.

Och vem vet? Snart kanske garnet från vårens klippning på Görvåln finns i en vante nära dig.

**Vill du besöka fåren eller veta mer om Görvålnlammets aktiviteter? Hör av dig via Facebook – sidan Görvålnlamm.**



Eva Bill, ullexpert.



Åke Ploghammar, fårexpert.



Elisabeth Helgöstam, kommunikation.



Caroline Jadenstam, alltiallo.



Åke Ploghammar delar ut foder.



De får som inte klipps denna dag går ute i hagarna.



Väntar på sin tur.



Ullsaxen.



Nykardad ull.



Årets vårull.



Elin har ett fast grepp.



Vägs skyltar i väntan på lammningen.



Färdigt Görvälngarn från tidigare klippningar.



Ullen sorteras efter färg och kvalitet.

## Ekonomiskt tufft?

**MELLAN 15 APRIL OCH 30 MAJ** kan du ansöka om ekonomiskt bidrag ur församlingens fonder inför sommaren (besked lämnas i början av juni). Du kan ansöka om du är skriven i Järfälla och har knappa ekonomiska resurser. Vid handläggningen prioriteras barns behov och rättigheter, samt äldres behov av tandvård och glasögon.

Församlingen behandlar ansökningar tre gånger om året: vår, höst och jul. Endast ansökningar som lämnas in under ansökningsperioderna behandlas.

**PÅ HEMSIDAN** hittar du mer info om fonderna, om hur du ansöker, samt ansökningsblankett. Blanketten kan också hämtas i Maria kyrka.

**Frågor?** Hör av dig till fondhandläggaren på [jarfalla.fonder@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.fonder@svenskakyrkan.se), eller ring 08-580 218 15 (fre 13.30–15).



## Var med i utlottningen!

### Frälsarkransen

Frälsarkransen är ett radband skapat av biskop emeritus Martin Lönnebo.

#### Maila till

[jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se) senast 23 april. Skriv **Frälsarkransen** i ämnesraden och glöm inte uppge ditt namn och adress.



**Nästa nummer av Tusen möjligheter i din brevlåda 30–31 maj!**

## Second hand-butiken har öppett

**Måndagar och torsdagar kl 14–16 på nedervåningen i Maria kyrka**  
**FYNDA OCH INSPIRERAS** i Maria kyrkas second handbutik! Kontantfri butik, betala med kort eller Swish.  
**STÄNGT** 31/3 och 2/4.



# Påsk och pingst

## – starten på den åttonde skapelsedagen

Orsaken till att vi firar påsk skriver om världshistoriens agenda. Jesus, Guds son korsfästs, dör och uppstår till nytt liv.

**JESUS KRISTUS VANDRADE** som människa i 33 år på dammiga grusvägar i östra medelhavsområdet och hjälpte människor som bett honom om förbarmande. Jesus väljer som uppståndne att inte längre vara begränsad till en fysisk kropp och plats utan blir i och med pingsten en osynlig närvaro, en andlig kraft som alla överallt kan vända sig till, samtala med och få kraft.

Jesu uppståndelse skriver om allt vad vi trott. Påsk och pingst öppnar en fönsterglugg till himmelens dimension av tillvaron. Den kräver inte att vi presterar något utan "bara" tro.

**MELLAN PÅSKEN OCH PINGSTEN** kommer Jesus till lärjungarna som synlig och osynlig, en tidsperiod på 50 dagar. Att det är 50 dagar har en djupare betydelse. Ordet pingst kommer från grekiskans Pentecoste = 50. Gud skapar kosmos, eller världen som vi känner den, på sju dagar eller tidsperioder (se 1 Mos). Gud såg på sin skapelse och det var mycket gott. (1 Mos 1:31) Men med människan går något sönder i skapelserektionerna. Vi människor blir trasiga och skadade på många plan.

**I BIBELN KAN FÖR GUD** en dag vara som tusen år och tvärtom. Gud är den som skapar och håller i alla processer som gett oss solar, galaxer, vintergator och livet på Tellus, vårt jordklot. Gud skapar allt inom sju perioder/dagar.

Sju är ett odelbart heligt primtal,  $7 \times 7 = 49$  blir en lång tidsrymd som vi lever inom. Allt vi lever inom är begränsat inom det odelbara heliga talet  $7 \times 7 = 49$ .

**SÅ KOMMER PÅSKEN** och pingsten och Jesus öppnar något nytt i vår begränsade verklighet. I pingstens 50:e dag öppnar den Högste en dörr in i vår fysiska verklighet med sin Ande. Pingstens 50:e dag är den första dagen på en ny skapelsedag i Guds odelbara verklighet.

Den 50:e dagen efter Jesu uppståndelse blir

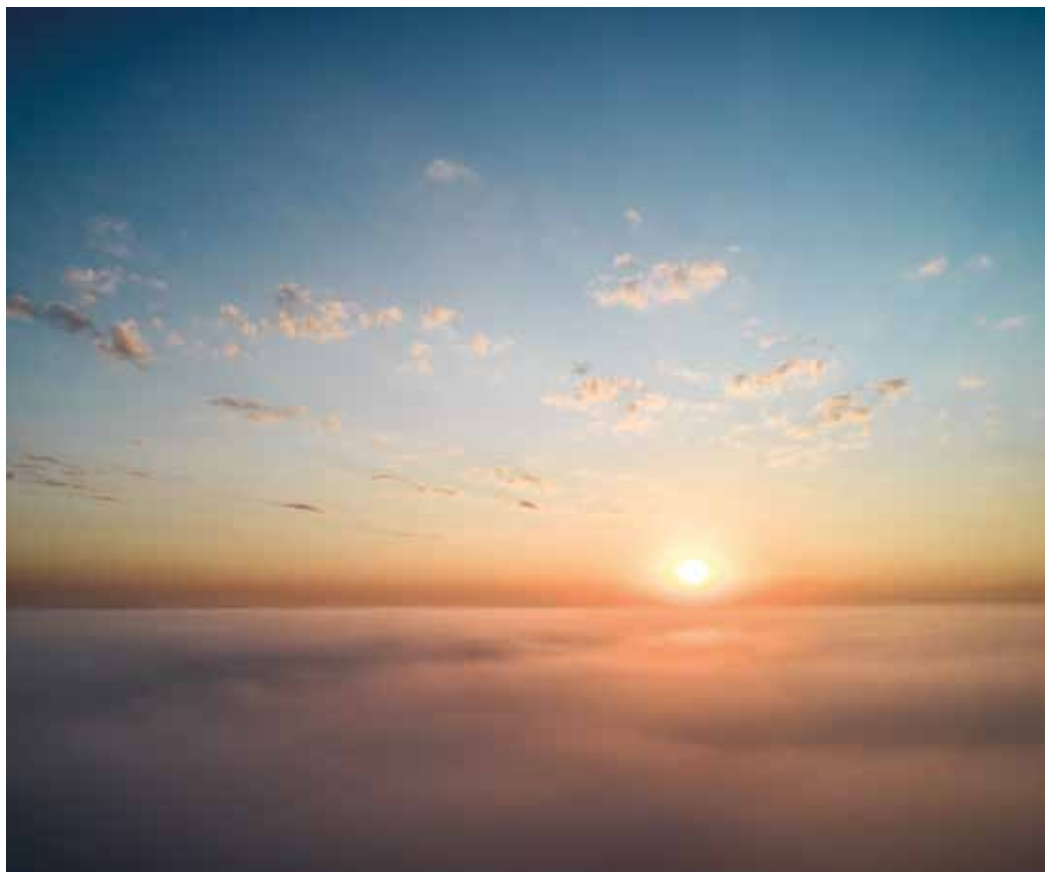
den nya åttonde dagen i Guds skapelseordning; något nytt. Eller som Johannes skriver i Uppenbarelseboken 21:1: Gud skall skapa en ny himmel, och en ny jord där den uppståndne Jesus Kristus är Herre. (Fil 2:5-11) Jesus som blev en av oss, skänker genom uppståndelsen och sin Ande oss en tro, hopp, kärlek och rättvisa vi bara drömt om. Oavsett alla mörker och skuggor.

**REDAN IDAG FÅR VI DE FÖRSTA** smakproven på en ny verklighet, den åttonde dagen i historien har startat i och med påskens och pingstens

händelser där Jesus är uppståndne och inte är långt borta från någon enda av oss. I tron kan ingenting skilja oss från Guds goda kärlek i Kristus Jesus. (Rom 8:39) Jesus vandrar med oss alla dagar intill tidens slut. (Matt 28:20). Det är vår tro, hopp och kärlek. (1 Kor 13:13)

**GLAD PÅSK!** Kristus är sannerligen uppståndne! Ljuset återvänder. I pingstens andlighet knacker den åttonde skapelsedagen på hjärtats dörr.

ANDERS GEZELIUS HÄGGLUND



## Vernissage: Lovis Nouveau

**Söndag 5/4 kl 13–15 i S:t Lukas kyrka**  
**KONSTNÄRSGRUPPEN** Lovis Nouveau är tillbaka med en ny utställning, som pågår 5–20 april!  
Kom och träffa konstnärerna på vernissaget:  
Anna-Karin Nystrand,  
Tony Hodge, Maja E Svärd,  
Maria Kinley och Mia Forsberg.



## Beställ ljuständning på en grav

**VILL DU TÄNDA ETT LJUS** på en grav utan att behöva ta dig dit själv mellan första oktober och sista april? Swisha 105:- till 123 006 77 93 senast en vecka innan önskat datum, så tänder vi det åt dig! Märk din Swish-betalning med gravplats eller gravnummer, den avlidnes namn samt datum för tändningen.



## Tekniktimmen

**Måndagar kl 14–15 i Maria kyrka**

**FÅ HJÄLP MED INSTÄLLNINGAR** på dina digitala hjälpmedel! Café Ne:Re erbjuder trevligt och prisvärt fika.  
Ej 30/3.



## Järfälla kyrka – 900 år på 90 minuter

**Söndag 3/5 kl 15–16.30 i Järfälla kyrka**

**EN SKÄGGIG SKÄLM I KLÄNNING**, en mystisk pyramid, och niohundra år av församlingsliv. Hör prästen Anders Gezelius Hägg-lund levandegöra Järfälla kyrkas långa och spännande historia på 90 minuter!

## Känner du någon som inte får tidningen?

**TUSEN MÖJLIGHETER DELAS UT** till alla hushåll i Järfälla sex gånger per år.  
Känner du någon som inte får tidningen? Anmäl här!



## Behöver du prata med någon som kan juridik?

**DET KAN DU FÅ GÖRA I MARIA KYRKA!**

Hör av dig om du behöver kostnadsfri juridisk rådgivning inom exempelvis familjerätt, brottmål, migrationsrätt, socialrätt och försäkringsärenden.  
Mer info och tidsbokning hos  
Anna Johansson Blomberg, 08-580 218 87  
anna.johanssonblomberg@svenskakyrkan.se

## Stickcafé

**Söndagarna 29/3, 12/4,  
26/4, 10/5 och 24/5  
kl 12.30–15.30 i Prästgården  
vid Järfälla kyrka**

**FÅ HJÄLP MED DITT STICKPROJEKT** eller prova på något nytt, inspireras, umgås och prata garn – eller något helt annat! Virkning, broderi och andra handarbeten är lika välkomna.



## Var med och skapa en trädgård

**VILL DU VARA MED** i arbetet att skapa en vacker trädgård? Bakom Barkarby församlingshem ligger Klosterträdgården. Där förbereder vi för vårens och sommarens odlingar och sköter om de växter som finns.  
Du behöver inga förkunskaper.

**Kontakta**

Ulrika Ingermark 08-580 218 66

## Therese tipsar...

### Plankan för starkare mage, axlar, rygg och framsida lår.

**DU KAN VÄLJA** att stå på underarmar eller komma upp på dina händer.

**På knäna** stå på framsidan av dina knän (den mjuka delen), aktivera dina skulderblad och undvik att hänga i axlarna.

Undvik att hänga i ditt bäcken genom att lyfta det lite upp mot taket. Tryck i golvet med händerna.

**På fötterna** som knävarianten, men kom upp på tårna för lite större belastning.



# Jordnära

Ett levande jordbruk är viktigt för att bibehålla ett öppet landskap.  
**Johan Andersson** är anställd jordbrukare med uppdrag att driva och utveckla **Görvälns gård** i Jakobsberg.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT FOTO: FOTO: DAVID LAGERLÖF

**DET ÖPPNA KULTURLANDSKAPET** kring Görvälns gård är viktigt att bevara. En betydelsefull del i det arbetet är att hålla igång ett levande jordbruk. Sedan drygt två år tillbaka är Johan Andersson anställd av kommunen som jordbrukare.

– Mitt uppdrag är att hålla landskapet öppet och utveckla jordbruket här, berättar han.

Det gäller inte bara området kring själva gården. All mark i Järfälla kommun ligger under Görvälns gård. Totalt rör det sig om ca 400 hektar. Ungefär en fjärdedel är odlingsmark, resten bete.

– Vi odlar bland annat höstvet, korn och ärtor. Det kommer mer. Men det tar tid med jordbruk. Vi är beroende av vädret. Alla tycker att bönder klagat på vädret och så är det. För mycket vatten eller sol påverkar kvaliteten på grödorna. Vädret är sällan perfekt.

– Det är olika var nederbörden kommer. Mälaren här utanför delar upp den. Enköping, som ligger på andra sidan, får tre gånger så mycket regn som Järfälla.



Johan med skördetröska.

” Jag vill att de ska komma till gården och lära sig mer.

Idag vet folk inte varifrån maten kommer eller hur den produceras.

När de ser ett levande jordbruk kan de lära sig mer.

Johan Andersson är jordbrukare i sjätte generationen, uppväxt på en mjölkgård just utanför Enköping. Arbetsinsatsen som en stor bondgård kräver skrämmer honom inte.

– När jag drev gården i Enköping arbetade jag heltid med andra uppdrag också. Nu är jag bara jordbrukare på Görvål.

**OMRÅDET KRING** Görvälns gård är mycket uppskattat av Järfällaborna.

– När det är fint väder kryllar det av folk här. Det är bra. Jag vill att de ska komma till gården och lära sig mer. Idag vet folk inte varifrån maten kommer eller hur den produceras. När de ser ett levande jordbruk kan de lära sig mer.

– Jätteroligt om barn och skolklasser skulle komma på studiebesök.

– Det krävs resurser för att utveckla ett jordbruk. Mycket här på Görvål skulle behöva bytas ut. Till exempel spannmålshantering är



Johan Andersson i logen där maskinerna förvaras.

från 1970-talet och sliten. Det finns också andra anläggningar som behövs för att utöka kapaciteten.

**VÄRLDSLÄGET HAR GJORT** att jordbruk fått en annan betydelse än det haft under senare år. Idag ser man gårdarna som viktiga också ur ett beredskapsperspektiv. En större del av livsmedelsproduktionen måste bli lokal för att kunna leverera mat till kommunens invånare. Ett stort jordbruk som Görvål så nära en storstad är



*Johan Andersson i minsta traktorns däck.*

ovanligt och har en viktig funktion.

– Beredskapsperspektivet finns i mitt uppdrag, säger Johan Andersson. Men det tar tid. Vi måste bruka jorden så effektivt som möjligt. Vi talar om att producera hundratals ton spannmål. Det behövs också anläggningar för att lagra skördarna.

– Man måste ha det perspektivet. Vi klarar detta, men det tar ett antal år att bygga upp en sådan kapacitet. Det måste också skjutas till de resurser som krävs.

**DEN TIDIGARE BONDEN** på gården drev jordbruket i 30 år. Även Johan Andersson har ett långt perspektiv och vill utveckla Görvälns gård på flera sätt.

– Idag har vi bara jordbruk. Jag vill ha djur. Min tanke är att det på Görväln ska finnas alla djur som hör till en stor bondgård.

– Vi har bra bete. Potentialen finns.

– Om tio år kan vi ha en stor bondgård här på Görväln.

## Görvälns gård

Gården ligger längs den gamla segelleden mellan Stockholm och Uppsala och benämns ofta som ett slott. Görväln är namn både på gården och Mälarfjärden norr om gården. Ursprunget till namnet är omdiskuterat.

Gården har anor från 1400-talet. Förste kända ägare var Nils Jönsson Oxenstierna. Ägare har förutom olika adelsfamiljer varit bland annat kyrkan (tillhörde en tid biskopsgården i Stäket) och kronan.

Vid mitten av 1600-talet beslöt dåvarande ägaren Erik Oxenstierna att bygga en ny huvudbyggnad vid Görväln. Arkitekten Jean de la Vallée anlätades och 1659 började man uppföra det nuvarande huset.

Görvälns slott är inte bara en huvudbyggnad. Unikt för Görväln är det stora byggnadsbeståndet som är ovanligt komplett för en så stor gård i Stockholms närhet. Här finns huvudbyggnad, flyglar, ekonomibyggnader och arbetarbostäder. Parken mot sjön kompletterades med exotiska träd under 1900-talets början. Parken sköts numera av Järfälla kommun.

Idag drivs Görvälns slott som hotell- och konferensanläggning.

Slottet har varit inspelningsplats för en säsong av tv-programmet Stjärnorna på slottet (2011) och för filmen Ondskan (2003).



FOTO: JOHAN ANDERSSON

*Inplastade ensilagebalar (djurfoder).*



FOTO: JOHAN ANDERSSON

*Traktor med lastare som används bland annat till att plocka ensilagebalar.*

# Visionärt jordbruk

Under flera år var **Hästa gård** vid Järvafältet nedlagt. Sedan ett år arbetar den nya arrendatorn **Anders Ström** med att bygga upp verksamheten. För honom handlar det om så mycket mer än livsmedelsproduktion. Han har stora visioner för gården som en aktör i samhället.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT FOTO: DAVID LAGERLÖF

**DET STÅR KLART** redan från början av samtalet: Hästa gård drivs av passion och vision. En passion för jordbruk, en vision av hur gården kan spela en viktig roll i samhället.

– Det vi gör här betyder så mycket mer än enbart produktion av livsmedel, säger Anders Ström. En bondgård är en kunskapsbank som kan fylla en funktion för alla i hela samhället. Vi skapar traditioner och relationer, vi skapar respekt för djur och natur och vi för ett kulturarv vidare.

Sedan april 2025 är syskonen Anders och Bia ny arrendatorer på Hästa gård, som ligger i Igelbäckens naturreservat nära Akalla på Järvafältet. Från 2017 låg gården nere. Men Stockholms stad, bestämde sig för att få igång verksamheten igen. Man har fått upp ögonen för hur viktigt det är med lokal produktion av livsmedel för kommunens invånare. Staden ville ha en arrendator som kunde driva gården.

– Hästa gård är ungefär 250 hektar. En stor gård så nära en storstad är ovanligt och den kan fylla en viktig roll i ett krisläge, fortsätter Anders.

**ANDERS OCH BIA** driver också den ungefär lika stora Bögs gård, där de är jordbrukare i femte generationen. Familjen kom dit 1856. Gårdens namn kan tyckas lite märkligt. Den nämns första gången i en kyrkoskrift 1350. Namnet kommer av ordet böj och anses syfta på att vägen gör en skarp sväng framför gården. Väster om gården ligger ett gravfält från järnåldern (från omkring 800 före Kristus till 800 efter) med ett 50-tal gravar. Troligen anlades gården vid denna tid.

– Det finns fornlämningar från samma tid på Hästas marker också. Ett levande jordbruk är

betydelsefullt inte bara för livsmedelsproduktion utan även för natur- och landskapsvård. Det är viktigt att bevara de här kulturlämnarna. Det känns fint att ingå i en så lång historia av odling som vi har på Järvafältet.

Anders Ströms intresse för Hästa gård går flera år bakåt i tiden. 2018 var ett år med svår torka. Det fanns inte foder till djuren. Anders



Anders har ett nära förhållande till sina djur.

”Människor mår bra av att träffa djur. Många barn och unga lider av psykisk ohälsa. Låt dem komma till oss. Jag har så många gånger sett hur mötet med djuren förändrar människor.

ville inte slakta sina djur (som många gjorde det året). Han kom att tänka på Hästa gård, där det fanns fodervall på omkring 80 hektar som inte utnyttjades.

– Jag kontaktade Stockholms stad och fick tillstånd att ta hand om fodret. Då fick jag upp ögonen för det här fantastiska stället och Igelbäcksdalen. Under sex år skötte olika entreprenörer skötseln. Under den tiden hjälpte jag till med olika skötselåtaganden.

Två stora gårdar med omfattande verksamhet. Hur räcker tiden till?

– Det går, men det är länge sedan jag räknade hur många arbetstimmar jag lägger ner. Det här är en livsstil och det är så fantastiskt att se alla fina resultat och fina möten. Det ger energi.

– På Bögs gård har vi tre anställda. På Hästa gård är vi i nuläget fyra personer som sköter driften.

– I vår ansökan om att ta arrendet på Hästa gård la jag också in ett förslag om hur gården kan utvecklas. Det var en noga genomarbetad verksamhetsbeskrivning. För att driva ett jordbruk behöver man ha tre olika perspektiv: kortsiktigt, långsiktigt och visionärt.

– Kortsiktigt är det vad som behöver göras för den aktuella skörden och djurhållningen, underhåll med mera. Långsiktigt hur verksamheten ska utvecklas: hur kan markerna och djurbeståndet utvecklas, vad ska vi odla, vilka djur ska vi ha? Samt öka tillgänglighet för besökare.

– Man måste vara medveten om att jordbruk tar tid. Nu har markerna på Hästa varit obrukade en tid. Det tar några år innan vi har utvecklat en fin mullhalt i jorden och kan odla med jor-

dens fulla potential. Vi forcerar ingenting. Det vi gör nu är att lägga grundstenarna för en långsiktig verksamhet.

– De vanliga sädesslagen vete och korn odlar vi nu: Vilka andra grödor ska vi ha på sikt? Vi vill att Hästa gård ska ha alla djur som hör till en bondgård. Vi har även ett program för att bevara utrotningshotade lantraser.

**I BÖRJAN LÅNADES DJUR** från Bögs gård till Hästa. Nu har vi börjat bygga upp beståndet. Kor, får, höns och kaniner finns redan. Häst och åsna står på tur. Med tiden kommer det fler djur. Ett udda inslag som inte hör till standarduppsättningen på en bondgård är alpackorna Felicia, Juni och Hjärta. De är charmiga med sina krulliga frisyrier, och de betraktar världen med stora, outgrundliga ögon.

– Alpackorna är sociala men inte keliga, betonar Anders. De vill gärna hänga med dig men är inte intresserade av att bli klappade. De är fantastiska landskapsvårdare, precis som korna och fåren.

Djuren går ute året om. Undantaget den krispigt kalla vinterdag vi besöker gården är de dräktiga fårtackorna. De är nyklippta och får därför vara inne i stallet.

– Djuren mår bäst av att gå fritt ute. Det finns tak och vindskydd om de behöver och där har de bäddar av halm. Bäddarna alstrar bra värme, så de fryser inte.

– Visionen är att Hästa ska bli en visningsgård på samma sätt som Bögs gård, med café, restaurang, gårdsbutik och studiebesök. Det är bra för barn och unga att komma till en bondgård. Många vet inte hur mat produceras, det kan vi visa dem. Vi vill ha ett samarbete med skolorna. Det går att relatera de flesta ämnen till det de lär sig på en bondgård.

– Människor mår bra av att träffa djur. Jag har många gånger sett hur mötet med djuren förändrar människor. Den stentuffa machokillen på 12 år som tyckte att allt med landet var tråkigt. Efter en vecka ville han inte gå hem, han ville inte lämna hästarna. Den autistiska flickan som kan hänga hur mycket som helst med korna och som döpte en ko till Kompis.

– Jag ser det hela tiden. Inte bara med barn och unga. Vi har besök av pensionärsgrupper och personer med funktionsvariationer också. Vi river barriärer mellan åldrar och mellan människor med olika förutsättningar. Hit kommer ofta familjer med bakgrund i andra kulturer. Bondgården blir på så sätt viktig för integrationen. Alla kan utveckla en egen relation till djuren.

– Det är bra även för oss. Genom att folk från närområdet besöker oss utvecklar vi ett socialt nätverk. Bra besöksupplevelser leder till nya besök. Folk hjälper oss att hålla koll. Kanske något har gått sönder ute på markerna, en kalv har rymt, eller att någon dumpat avfall någonstans. Då kan vi gripa in direkt.

– En bondgård är en viktig aktör i samhället på många olika plan.



*Anders Ström, ny arrendator på Hästa gård.*

*Alpackorna väcker uppmärksamhet med sina märkliga frisyrier.*



*Korna går ute året om.*



*Med nyklippta får i stallet.*

# Ungdomsverksamheten – från andra ögon

**HEJ, JAG HETER ALBA** och går sista terminen på barn- och fritidsprogrammet. Under åtta veckor har jag haft praktik och följt församlingens pedagog Johan för att få en inblick bakom kulisserna, och erfarenhet av de ungdomsverksamheter som bedrivs i församlingen. De verksamheter jag har tagit del av är ungdomskvällarna i S:t Lukas kyrka (TGF, eller Thank God it's Friday) och i Viksjö kyrka (fördjupningskvällar), Champions för mellanstadiet, träffar inom ledarutbildningen för ungdomar, och så konfirmandverksamheten.

Guldornen bland minnena är många, och

ett av dem är – lustigt nog! – från fredagen den 13:e. Församlingen relativt nyligen gjort en satsning för årskurs 6, som heter "Thank God it's Friday!" och äger rum varannan fredag i S:t Lukas kyrka. Just denna fredag började lokalen fyllas under eftermiddagen, av barn från årskurs 6. Några började spela pingis, men majoriteten flockades runt en och samma soffa för att umgås. Mycket av samtalen kretsade kring veckans händelser.

Efter en stund togs skärbrädor och stekpannor fram, och under ett uppstyrt men glatt kaos lyckades omkring 15 personer tillsammans

fixa kebab som mättade allas magar. Stämningen var god, och det är fint att se hur relationerna med dessa barn stärks när de förhoppningsvis senare slussas vidare till ungdomsverksamheten. Strax därefter höjdes medelåldern en aning när barnen åkte hem, och istället började ungdomar strömma in – glatt överraskade över att kebabens redan stod framdukad! Så tog ungdomskvällen TGF vid. Ganska omgående samlades ungdomarna runt ett bord för spontana sällskapsspel. Stämningen var på topp, och allt fler anslöt sig.

**DET ÄR TYDLIGT ATT DETTA** är en plats för gemenskap och en känsla av att höra till. Miljön är trygg, och man märker att både nya och återkommande besökare får ta plats. Jag själv har upplevt det varma bemötandet, som gör att man snabbt känner sig hemma och inkluderad. Det är inte svårt att känna sig som en i gänget.

Senare under kvällen avbröts spelandet – det var dags för en enormt viktig tårtbakartävling, som en del av firandet av Alla hjärtans dag! När tävlingen var avgjord och tårtorna uppätta fortsatte spelandet. Kvällen avslutades med andakt.

**DET FINA MED UNGDOMSKVÄLLARNA** är att ingen kväll är den andra lik. Den här gången blev det spontant sällskapsspel, gången innan var det allsång och afterski-tema.

Sammanfattningsvis är det lätt att förstå varför dessa verksamheter blivit så populära bland unga. Detta är verkligen en plats för alla, oavsett vem man är. Det finns något för var och en. I gemenskap, lek och samtal får tron en naturlig plats i vardagen.

Det är fint att se hur Gud verkar i det enkla.

ALBA BERGSTRÖM, praktikant



Alba i mitten med två andra ungdomar från kvällen.

Checka in på ungdomskontot  
**@svk\_ungdomjarfalla**

# Torget



**Café Ne:Re • Konfirmandrum  
Second hand • Systugan**

## Vi ses på Nedervåningen!

**NEDERVÅNINGEN I MARIA KYRKA** är en mötesplats i mysig retromiljö, som har öppet de flesta vardagar. Kom och fika, prata, fixa, läs en bok, eller bara känn dig som hemma en stund! En vanlig vecka ser programmet ut ungefär så här. **STÄNGT** mån 30/3 – fre 3/4.

### Måndag

- 14–15 Tekniktimme. Få hjälp med inställningar på dina digitala hjälpmedel.  
14–16 Café Ne:Re och Second hand-butiken har öppet. Välkommen till prisvärt fika och inspirerande retro-fynd (endast kort- eller swish-betalning i Second hand-butiken)!

### Onsdag

- 14–15 Våffelbingo med fina priser (ca varannan onsdag, se kalendern på hemsidan)

### Torsdag

- 14–15 Hantverkstimme. Brodera, virka, sticka eller låna symaskinen. Ta med eget projekt eller prova på något nytt.  
14–16 Café Ne:Re och Second hand-butiken har öppet.

### Fredag

- 13–14 Språktimme. Öva din svenska. För alla åldrar!



## Ny pjäs på Teodok

**VÅRENS UPSÄTTNING** på Teodok i Kallhäll är musikalen Kriget om källan och bygger på en roman av Järfälla-författaren Cannie Möller. Musiken är skriven av Lasse Dahlberg.

Handlingen är att flyktingar från "Världen utanför" tagit sig till områden ännu inte förstörda av krig och klimatförändringar. Med sig har de insikten att problem ska lösas genom samarbete, inte med våld. Men när den enda källan börjar sina förändras mycket. Människor ställs mot varandra, det blir ett "vi och dom". Men trots fiendskapen finns vänskap som inte går sönder. Kriget om källan spelades redan 1989 på Teodok. Det fanns krig runt om i världen då också. Nu har kriget kommit närmare, in i vårt närområde och genom flyktingar som kommit till vårt land. Temat är fortfarande aktuellt och därför sätts pjäsen upp igen. Ett sätt att försöka förstå och öppna för samtal.

Kriget om källan spelas 14 mars – 29 april på Teodok på Blomstervägen 11A i Kallhäll. Läs mer på [teodok.com](http://teodok.com), och boka dina biljetter på [kulturbiljetter.se](http://kulturbiljetter.se).

## Var med i utlottningen!

### Honung

Järfälla församlings honung från bikuporna på våra kyrkogårdar.

### Maila till

[jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se)  
senast den 23 april.

Skriv **Honung** i ämnesraden och glöm inte uppge ditt namn och adress.



## Kulturskvällar i Viksjö

En onsdag i månaden kl 19–20.30

i Viksjö kyrka

**ANNA UNGHAMMAR**, präst med gäster, bjuder in kulturskapare och teologer till fördjupande samtal. Ingen anmälan, insläpp från 18.30.

**8 april kl 19**

**Prästen Olle Liljefors** berättar personligt om sin bok "12 mystiker – med blick för ljuset".

Hur kan den kristna traditionens mest älskade mystiker angå oss idag? En kväll om människans inre och vår relation till Gud.

**6 maj kl 19**

**Prästen och journalisten Eva Cronsioe** berättar om "Jerusalemfararna från Näs – en förunderlig resa". En kväll om den historiska verkligheten bakom Selma Lagerlöfs roman Jerusalem.

**BOKNINGEN ÖPPNAR 15 MAJ!**



## Save the date – musikläger i sommar!

**SOMMAREN ÄR ÄNTLIGEN** på väg! Vi är glada att kunna berätta att det omtyckta (och alltid lika fullbokade) musiklägret i S:t Lukas kyrka blir av i år igen.

### Datum och tider

Datumen är 17–19/8, preliminärt 9–16 på måndagen och tisdagen, och kl 15–19 på onsdagen.

### Plats

S:t Lukas kyrka, Svarvargränd 1 i Kallhäll

**Kostnad** Ingen. Lunch och mellanmål ingår.

**Bokningen** öppnar 15 maj på [svenskakyrkan.se/jarfalla](http://svenskakyrkan.se/jarfalla).

Först till kvarn!

### Frågor, funderingar?

### Kontakta

Marie på [marie.ullenius@svenskakyrkan.se](mailto:marie.ullenius@svenskakyrkan.se)  
/ 08-580 219 11

## Jeansplagg, ja tack!

**TACK FÖR ALLA** gamla jeans som skänkts till församlingens arbets träningsprojekt.

Insamlingen fortsätter! Lämna dina avlagda jeans (ej stretch) i det uppmärkta kärlet en trappa ner på torget i Maria kyrka.

**OBS!!** Vi tar ej emot andra textilier än jeans.

**Frågor?** Hör av dig till

Anna Johansson Blomberg på 08-580 218 87  
[anna.johanssonblomberg@svenskakyrkan.se](mailto:anna.johanssonblomberg@svenskakyrkan.se)



# JÄRFÄLLA FÖRSAMLING: Tusen möjligheter

## BARN & FAMILJ

### Café S:t Lukas

Torsdagar 16.15–18

S:t Lukas kyrka

Du som har barn i musikverksamheten kan ta en fika, och du som vill kan pyssla och leka tillsammans med ditt barn på förskolan på neder-våningen. Varmkorv till självkostnadspris. STÅNGT 2/4 och 9/4.

### Champions: Thank God it's Friday

Fredagarna 10/4, 24/4, 8/5, 22/5  
kl 15–16.30 i S:t Lukas kyrka

Special-häng för dig i åk 6! Vi lagar middag ihop och äter tillsammans. Kiosken håller öppet, stunden avslutas med någon gemensam aktivitet. Börja helgen hos oss!



### Familjelördag

Lördagarna 18/4 och 30/5

kl 9.30–14 i Viksjö kyrka

En härlig dag med pyssel, lek och mys och allmänt häng, för barn i sällskap med för-älder (eller annan vuxen). Lunch till självkostnadspris 11.15–12.15.

### Öppen förskola

Enkel och kravlös gemenskap för föräldrar med barn 0–5 år. Träffa nya vänner, fika, hänga, sjunga eller bara vara. STÅNGT 30/3–3/4.

### Viksjö kyrka

Mån, ons, tor, fre kl 9–12.30, sångsamling 10.15.

### Järfälla kyrka

Ons 13–16 och tor 9–12. Träningspass för föräldrar ons 14–14.15.

### S:t Lukas kyrka

Tor 16.15–18 och fre 9–12.

## MUSIK & KÖR

### Lunchmusik live

Torsdagarna 23/4 och 28/5

kl 12 i Maria kyrka

Var med på plats i kyrkan eller via livestream!

23/4 Kyrkokören Cantabile med

Nonna Shilo-Svensson, piano

28/5 Nonna Shilo-Svensson

spelar pianomusik



### Vårkonsert med Järfälla kyrkokör

Söndag 17/5 kl 18 i Järfälla kyrka

Vårkonsert med Järfälla kyrkokör och instrumentalister.

Dirigent: Johan Lindberg

### Sommarkonsert med kyrkokören Cantabile

Lördag 30/5 kl 16

Maria kyrka

Cantabile och solisterna Erik Sunnerstam, flöjt, och Tina Bergholm, sopran.

### Alla kan sjunga-kören

Torsdagar kl 15.30–16.30

Maria kyrka

Sjung för att det är kul med Linda & Jocke Dominique. Inga förkunskaper, ingen anmälan.

Uppehåll på skär-torsdagen 2/4.



### Vårkonsert med Järfälla Gospel

Söndag 31/5 kl 17

Viksjö kyrka

Varmt välkomna till Järfälla Gospels vårkonsert! Bosse Bjerkerot, bas Charlie Westre, trummor Joel Wallander, gitarr Ledning: Monika Bjerkerot

EN FRIVILLIG GÅVA till Act Svenska kyrkan tas upp i samband med konserter.

## UNGA

### Fördjupningskväll för ungdomar

Onsdagarna 1/4, 15/4, 29/4 och 13/5 kl 18–21 i Viksjö kyrka

Här finns rum för allt mellan himmel och jord, här finns plats för dig. Vi lagar mat, kör ett quiz och pratar om allt det där stora (eller lilla!) som verkligen är viktigt.

Ingen anmälan.

Välkommen som du är.

Terminsavslutning 27/5.

### Ungdomsbandet

Fredagarna 24/4, 8/5, 22/5

kl 17–19 i S:t Lukas kyrka

Letar du efter en plats där du kan få uttrycka dig musikaliskt? Välkommen till Ungdomsbandet! Vi repar två fredagar i månaden från 17.30, och spelar sedan upp på ungdomskvällen Thank God it's Friday som börjar kl 19. Du får vara med och välja musik. Du behöver ha viss förkunskap på ditt instrument. Från åk 7.

### Något för dig?

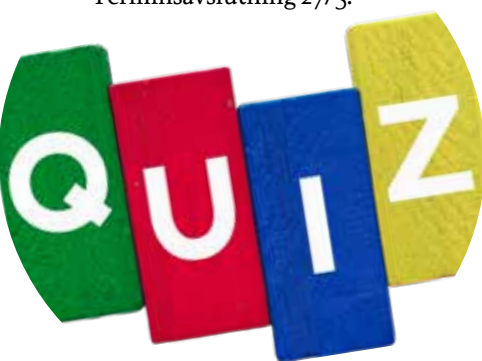
Hör av dig till Kajsa! kajsa.johansson3@svenskakyrkan.se

## Thank God it's ...

### ... Friday!

Fredagarna 10/4, 24/4, 8/5 och 22/5 kl 19–22 i S:t Lukas kyrka

Ungdomshäng (från åk 7) i våra mysiga källarlokal. Vi spelar pingis, biljard, flipperspel, snack, kör utmaningar, quiz och andra happenings. Varje gång avslutas med en lugn stund, med musik, reflektion och kort bön. Passar också dig som är ny i kyrkan! Om du vill vara med och planera kvällen är du välkommen redan 17.30, då vi fixar och kakar middag ihop. Varmt välkommen!



## MÖTAS & UMGÅS

### Café Maria

Välkommen till det mysiga lunchcaféet i Maria kyrka!

Öppet mån, ons och tor 10–15, fre 10–14.

11.45 Caféet stänger för lunchförberedelser

12 Kort andakt i kyrkan

12.15–13.30 Lunchservering.

Se veckans meny på hemsidan.

Tors 16.30 Soppa med efterrätt

Lunch eller torsdagsoppa: 70:- (10-klippkort 630:-).

Torsdagsdeal 2-för-1

Gäller på både lunchen och midagen! STÄNGT 6/4, 1/5.



### PÅ FINSKA / SUOMEKSI

#### Finsk allsång / Yhteislaula

Måndagar / maanantaisin kl 16.30–17.30 i Maria kyrka

Ingen anmälan.

#### Finsk seniorjympa / Senioorijumpa

Tisdagar kl 10–12 i Maria kyrka  
Ingen anmälan. Ej 3/3

#### Mässa på finska

Söndag 5/4 kl 15 i Maria kyrka  
Söndag 10/5 kl 15 i Maria kyrka

### Andakt och Öppet hus i Maria kyrka

Andakt och gemenskap, varannan onsdag 12–14.30 i Maria kyrka

Varannan gång lunch och gemenskap, varannan gång lyxigt

Afternoon tea (måste förbokas

via jarfalla.cafemaria@

svenskakyrkan.se).

Andakt kl 12, Öppet hus kl 12.30.

8/4 Öppet hus i Dagnys minne

22/4 Afternoon tea (förbokning)

6/5 Öppet hus i Dagnys minne

20/5 Afternoon tea (förbokning)

### Café Ne:Re

Måndagar och torsdagar kl 14–16 på nedervåningen i Maria kyrka

Prisvärt fika i inspirerande retro-miljö!

### Vardagscafé

Ons, tor kl 10–15 och

fre kl 10–12

Viksjo kyrka

Sitt ner en stund, drick en kopp

kaffe, tänd ett ljus eller låna en bok från vår bokhylla.

Övriga tider är du välkommen att ringa på klockan.



### TRIVSELTRÄFF i Viksjö kyrka

Tisdagar kl 13–15

Andakt, sittgympa och underhållning med fika

13 Andakt

13.15 Sittgympa med Therese

14 Kaffe och dagens program

31/3 Lär känna Anne Ingersdotter, präst i Viksjö kyrka

7/4 Lunchmusik med Johan och träning med Therese

14/4 Om GVI med Anna Johansson Blomberg

21/4 Kakbuffé

28/4 Res med mig: Emily Liu, fotograf

5/5 Lunchmusik med Johan och träning med Therese

12/5 Loppis

19/5 Utflykt till Ulriksdal

26/5 Sommaravslutning

### TRIVSELTRÄFF i S:t Lukas kyrka

Varannan torsdag kl 13–15

Andakt och underhållning med kaffe (20:-)

12.45 Sittgympa med Therese

13 Andakt i kyrkan, därefter dagens program och kaffe.

2/4 Påskens ikoner

16/4 S:t Lukas seniorkör hyllar Lasse Berghagen

28/5 Vår sång är en vårsång! med S:t Lukas seniorkör

### TORSdagSTRÄFFEN i Barkarby

En torsdag i månaden kl 13–15 i Järfälla kyrkas församlingshem

Andakt, fika och program

#### KYRKBUSSEN HÄMTAR!

12.15 S:t Lukas kyrka, Svarvargränd 1

12.30 Klockstapeln Viksjö kyrka, Agrargränd

12.45 Barkarby seniorboende, Helikoptervägen 10

...och kör tillbaka samma väg efter träffen.

23/4 Mats von Rothstein. Sången vi minns! Älskade andliga sånger.

21/5 Sommaravslutning, vi dansar in sommaren med Hummelora kapell och Söderringens dansare.

### TRIVSELFREDAG i Viksjö kyrka

Fredagarna 10/4, 17/4, 24/4 och 8/5 kl 12–13.30

Kaffe och smörgås 12–12.30.

Mellan 12.30–13.30 gör vi något trevligt ihop, som att prata, promenera eller spela bingo. Vi skapar programmet tillsammans.

### KREATIVITET, KROPP & SJÄL

#### Hantverkstimme

Torsdagar kl 14–15 på nedervåningen i Maria kyrka

Brodera, virka, sticka eller låna en symaskin.

Ta med dina egna projekt eller låt dig inspireras hos oss!

#### Fritt inre måleri

Onsdagar kl 12.30–14.30 Maria kyrka (samling i entrén)

Lek med färg och form! Vi målar under tystnad och avslutar med samtal. Material finns, ingen kostnad, ingen anmälan.

#### Sittgympa

Varje måndag 11.45 i Maria kyrka, och jämna torsdagar kl 12.45 i S:t Lukas kyrka

Ett kvartslångt pass med rörelser du kan utföra sittande. Sträck ut, andas och hitta ny energi!

## KULTUR & FÖRDJUPNING

### Sinnesrommässa

Måndagar kl 17.30 i Maria kyrka

En mässa inspirerad av tolvstegs-andligheten: Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mod att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden. Varje tillfälle har ett av de tolv stegen som tema.



### Bibelsamtal i Prästgården

Tisdagarna 7, 21/4, och 5, 19/5 kl 12.30–14 i Prästgården vid Järfälla kyrka

Med Anders Gezelius Hägg Lund. Bön, fika och samtal.

### Bön i rörelse

Måndagarna 13/4 och 11/5 17–18.15 i Viksjö kyrka

Där orden tar slut tar kanske dansen vid? Välkommen till meditativ dans!

Anmälan behövs inte.

# ...hänt sen sist

## Inte vilken väska som helst

DEN ÄR SYDD AV HOPP, kvinnokraft och åter-  
brukat denimtyg, tillverkad av kvinnor som byg-  
ger sin framtid, och framtagna i ett unikt samar-  
bete. Säljstarten var 8 mars, Kappahls butiker i  
Jakobsberg och Barkarby!



*Lena Lago, Jessica Kempka samt Shokrieh och  
Maria som arbetstränat i Syverkstaden står  
vid skylten och väskorna i Kappahls butik i  
Barkarby.*



*Kvinnorna bakom projektet, tillsammans med Kappahls hållbar-  
hetschef och kommunikationschef (till höger).*



*Präst Anna Johansson Blomberg  
håller tal, medan Lena Lago (pro-  
cessledare) lyssnar.*



## Har du blivit hittad av dina nya vantar?

ELLER VAR DET KANSKE en halskrage, strumpor eller ett par sköna handledsvärmare  
som låg där helt själva i vintermorgonmörkret – och väntade på dig i busskuren den 19  
februari?

Kylan blir allt bistrare, och det är inte främst vädret vi tänker på. Samhället och värld-  
den kan kännas både mörk och kall, och varje liten glimt av värme och medmänsklighet  
gör skillnad.

Ditt nya ylleplagg stickades med omtanke av eldsjälarna på Barkarby stickcafé.  
Om du vill fota plagget och posta bilden, tagga oss och #ettvarmaresamhälle eller mail  
jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se så får de veta att presenten kom fram!

## Grattis

Vinnare korsord nummer 1  
Bernt, Annsofie och  
Martin som får ett  
presentkort var.



## Grattis

Vinnare av honung, boken Stigminnen,  
garnpåse, boken Pär Andersson, pussel  
och frälsarkransen  
nummer 1  
Anetth, Siv, Mia, Leena, Katty, Mats,  
Katarina, Charlotte, Birgitta, Åke, Sven, Ia,  
Kerstin, Maria, Lena och Ann-Kristin



## Sista dagarna för utställningen Vinter i Järfälla

I VIKSJÖ KYRKA HAR vi just nu en ut-  
ställning som är skapad av vår församlings-  
bo Göran Fransson och temat är "Vinter i  
Järfälla".

Utställningen med Görans bilder  
kommer att visas fram till efter påsk.

ANNE INGERSDOTTER



|                          |                                |                       |                                    |                           |                           |                          |                           |                           |                        |                          |                    |                      |                                |                 |
|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|------------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------|--------------------------|--------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------|
| TAS FRAM TILL PLAN-KAN   | SLÅ FAST                       | START FÖR MÅNGA RESÖR | LAG I DAG                          | RIKT-NING PÅ MOMA         | SVING-PLATS               | TALAR I FUTU-RUM         | FÖRR FRAM-FÖR TUNG        | VIKTIG FÖR KÖ-MIKER       | EN AV DE VITA BOX-ARNA | HAR MAN LAGT LOCKET PÅ   | GETEN              | VÄXER SIG KNOTIG     | JAKT-SÄLL-SKAP                 | HAR FINA PENNOR |
| EXTRA FÖRDEL             |                                |                       |                                    | DAMM-BILD-NING KYLER      |                           |                          |                           | LIGGER I ENSTAVIGT SVAR   |                        | BLIR KULTIVERAD UR VÄGEN |                    |                      |                                |                 |
| FARA SOM RED-SKAP        |                                |                       |                                    |                           |                           | KÖLL BRUKAR EFTER-FRÅGAS |                           |                           | BESKYD-DANDE SKÖLD     | SATT I SIG DIALYS        |                    |                      | FÄR MAN LÄRDOM SOM VIN-TERGATA |                 |
|                          |                                |                       | ETT TRÖS-TENS ÖRD EJ KUL I KAKFORM |                           |                           |                          | HAN AR ETT VÄGEN TAPPDJUR |                           |                        |                          |                    | HAN HAMS BRÖR KNAFRA |                                | I EN KANAL      |
| NOLL ÄR INGET VIDARE     |                                |                       |                                    |                           | SMYG-PLATS OMGES AV MISÄR |                          | KAN VARA ETT ÅKDON LÄR    |                           |                        | ETÄPP-LOPP PÄRA-SITEN    |                    |                      |                                |                 |
|                          |                                |                       | SKA NOG ÅTLET FATTAR               |                           |                           | EN SÄ-DAN ÄR SOM NY      |                           |                           |                        |                          |                    |                      |                                |                 |
| FÖLJER STJÄR-NA          | KORTARE LEDARE DEN SLÅS PÅ BÅT |                       |                                    | RIKS ÅK TVISTAR DE LÄRDE  |                           | AVSLAG I VAR-DAGEN RÄCKA |                           | BANKEN AVLAGD VITNES-BÖRD |                        |                          |                    |                      | BRUKAR STÄ-DARE                |                 |
| HÄR SES LÖVAD STÄNG      |                                |                       |                                    |                           | MÅNGEN FRÅN ÅGA VÄCKLA    |                          |                           |                           |                        |                          | FÄ LIKA BRITT-FLYG |                      |                                |                 |
| SNITT SOM LIGGER I TIDEN | ÄR KLANLIKT DÄMPADE            |                       |                                    |                           |                           | ANS-VARA                 | BÖRJAR I HÖRN DRIFTS-FORM |                           |                        |                          |                    | BRYTER RÄNNOR        | RÄNNA UTAN RIKT-NING           |                 |
|                          |                                |                       | DEMO-LERADE ÄNDAMÅL I NÖD          |                           |                           | KAN INNE-HÅLLA KLOR      |                           | NÄGOT ONOR-MALT SKRED     |                        |                          |                    |                      |                                |                 |
| SITTER PÅ POST           |                                |                       |                                    | FORMAS TILL FAT GÄR SKÖTT |                           |                          | DOFT STÄR OCH DRAR        |                           |                        |                          |                    |                      | HAR HÄN-DERNA SOM FÖTTER       |                 |
| FLICKA I REVAL           |                                | BÖR VARA MODAN VÄRT   |                                    |                           |                           | MÄTA MINDRE NOGA         |                           |                           |                        | SÄTTER NED               |                    |                      |                                |                 |
| FÖR TILL MÄNEN           |                                |                       |                                    | STICKAT PLAGG             |                           |                          |                           | DIFFUSA                   |                        |                          |                    |                      |                                |                 |

FOTO:SHUTTERSTOCK © MEDIARKYSS, SVANTE DREJENSTAM

# Korsord

## Tusen möjligheter nr 2

Vinnaren presenteras i nästa nummer.

Mejla in meningen i det färgade fältet till [jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se) eller vykort till Tusen Möjligheter, Järfälla församling, Box 139, 177 52 Järfälla senast **23 april**. Glöm inte uppge ditt namn och din adress.

## Anmälan om inträde i Svenska kyrkan

Kryssa för lämpliga alternativ

- ☐ Jag vill bli medlem i Svenska kyrkan
- ☐ Jag är döpt i Svenska kyrkans ordning ☐ Jag är döpt i någon annan evangelisk-luthersk ordning
- ☐ Jag är inte döpt, men vill ha mer information om Svenska kyrkan
- ☐ Jag är konfirmerad i Svenska kyrkans ordning ☐ Jag är konfirmerad i annan kristen kyrkas ordning

Namn \_\_\_\_\_

Personnummer \_\_\_\_\_

Gatuadress \_\_\_\_\_

Postnr och ort \_\_\_\_\_

Ort och datum \_\_\_\_\_

Namnunderskrift \_\_\_\_\_

Lägg talongen i kuvert, frankera och adressera till  
**Järfälla församling**  
**Box 139**  
**177 23 Järfälla**

# Citroncheesecake med passionsfrukt

Smulig, krämig, fräsch – sätt fart på våren med en frisk och syrlig cheesecake! Denna läckra efterrätt kan lätt varieras med garnering av olika färska bär. Perfekt att förbereda dagen innan, går också fint att frysa in.

## INGREDIENSER

### Smuldeg

10 digestivekex  
50 g smör eller margarin

### Fyllning

4 gelatinblad  
2 ägg  
400 g philadelphiaost  
2 dl crème fraiche  
1 1/2 dl socker  
1 tsk vaniljsocker  
1 citron (rivet skal och pressad saft)

### Glasyr

1 gelatinblad  
2 msk socker  
4 msk vatten  
2 färsk passionsfrukter (eller 1 påse fryst passionsfrukt)

### Gör så här

Finfördela kexen i mortel eller matberedare. Smält fett och blanda det med kexsmulorna. Tryck ner smuldegen i botten på en form och ställ i kylen.

Lägg gelatinet till fyllningen i vatten i ca fem minuter. Knäck äggen och separera gulor och vitor. Blanda gulor, philadelphiaost, crème

fraiche, socker, vaniljsocker och citronskal till en slät smet. Vispa äggvitorna till hårt skum och rör ner dem i smeten.

Värm citronsaften i en kastrull. Ta den från värmen, lägg i de väl urkramade gelatinbladen och låt dem smälta. Låt gelatinet svalna något, och håll sedan ner det, i en tunn stråle och under omrörning, i ostsmeten. Håll blandningen i formen och släta till ytan. Täck över och låt stå i kylen i minst en timme.

Lägg gelatinbladet till glasyren i vatten ca fem minuter. Hetta upp socker och vatten i en kastrull. Lägg i

det urkramade gelatinbladet och låt dem lösas upp. Skrapa ner innehållet i passionsfrukterna (ta inte med hinnorna). Blanda väl och låt svalna.

Ta fram formen, och bred ut glasyren över hela cheesecaken. Täck över och låt stå i kylen tills glasyren stelnat (minst en timme). Lossa sedan tårtan från formen, runt kanten och under botten, med en tunn kniv.

LOTTA CARLSSON, husmor



## Sticktid?

Kanske hinner du ägna lite tid åt att sticka? Beställ hem mönster- och materialsats för Järfällamössan, eller ett par av församlingens egendesignade kyrkvantar! Designen är inspirerad av kyrkobyggnadernas interiörer, och följer traditionella nordiska sticktekniker. **Du beställer** genom att **maila** [jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se) och **betalar via swish** till 1230067793, märk "kyrkvanten", så löser vi leveransen till dig som bor i Järfälla. Porto tillkommer utanför Järfälla. Glöm inte att skriva vilket av de sex stickprojekten din beställning avser (se bilderna till höger).

**Pris per påse med garn och mönster är 150 kr.**

**Beställ per mail, betala via swish.**



Järfälla kyrkmössa



Pilgrimsvanten



Järfälla kyrkvante



Mariavanten



Viksjövanten



S:t Lukasvanten