

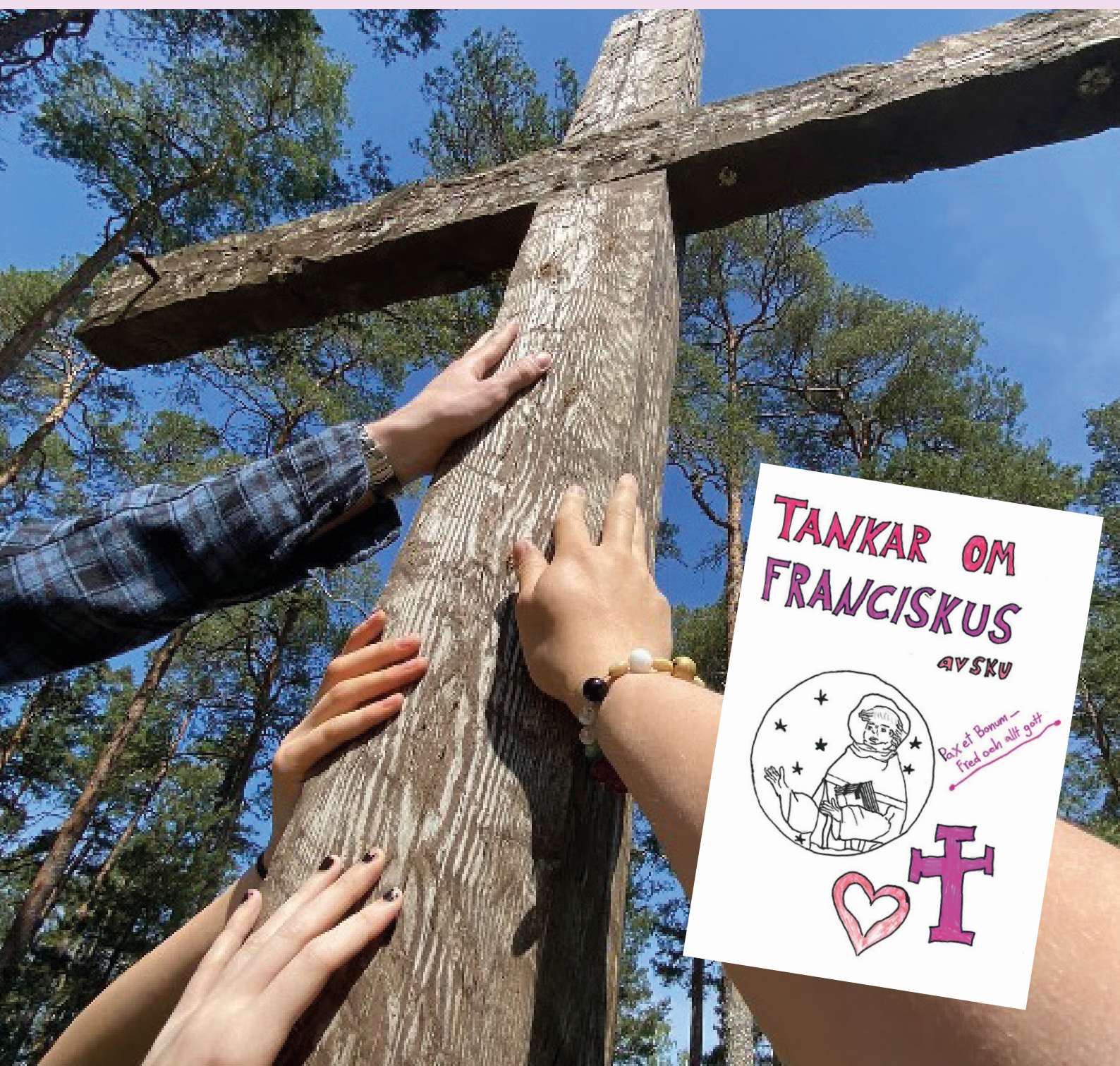
Svenska Kyrkans Unga i Arboga



DET HÄR ÄR VI

Svenska Kyrkans Unga är en öppen gemenskap av unga människor som vill upptäcka och dela kristen tro. Tillsammans skapar vi förändring!

SVENSKA
KYRKANS
UNGA
2026



TANKAR OM
FRANCISKUS
AVSKU



Pax et Bonum –
Fried och allt gott





Vad är Svenska Kyrkans Unga?

Det är en öppen gemenskap av unga människor som vill upptäcka och dela kristen tro genom till exempel diskussioner, samtal, aktiviteter, gudstjänst och läger. Där får vi ungdomar tillsammans fundera och diskutera kring Gud och livet. Svenska Kyrkans Unga blir också en röst för oss ungdomar att forma och påverka kyrkan. Vi växer i tro och ansvar när vi får visa att unga människor kan och vill.

Engagemang och medlemskap i Svenska Kyrkans Unga är gratis. Men medlemskap krävs för att ha rösträtt i frågor, eftersom Arboga är en egen lokalavdelning med en styrelse. För att driva verksamheten behövs medlemmar, en styrelse, en ordförande, en revisor, men

också en verksamhetsberättelse, årsmötesprotokoll och stadgar.

De flesta lokalavdelningarna är knutna till församlingar, även i Arboga, men ingår samtidigt i ett distrikt. Svenska Kyrkans Ungas distrikt följer samma indelning som stiftet i Svenska kyrkan. Lokalavdelningen har ett årsmöte som bland annat utser ombud till distriktsårsmötet, som i sin tur utser ombud till Riksårsmötet.

Varje lokalavdelning i Svenska Kyrkans Unga bestämmer över sin egen verksamhet. Men det som är gemensamt för alla delar är de tre första paragraferna i stadgarna. Dessa handlar om vad som är Svenska Kyrkans Ungas syfte, organisationens uppbyggnad samt vem som kan bli medlem.



Vad betyder Svenska Kyrkans Unga för ungdomarna?

För oss är **gemenskapen** det bästa och känslan av att kyrkan är som en familj. Det är en mötesplats där vi har träffat nya vänner som vi har roligt med och som vi delar nya minnen med. Men också stunder då vi bara får vara.

Vi får tillsammans skapa eller delta i mässor och andakter. Vi får prata om Gud på ett ställe där det är som vilket annat samtalsämne som helst och där ingen ifrågasätter. Det är ett ställe där vi får vara precis som vi är.

Alla bär en "mask" på olika ställen och platser och vågar inte visa sitt rätta jag. Men här får vi vara med våra olikheter och ta fram bit för bit av oss själva när vi själva vill det.

Vi får vara med och bestämma och säga det vi tycker är viktigt. Vi lär oss demokrati genom att vi är en egen förening med styrelse, och vi bestämmer aktivitet varannan gång vi ses. Vi äter också tillsammans på varje träff och maten är gratis för oss. Men även läger och resor delar



Hur går en träff till i Arboga?

I Arboga erbjuds Svenska Kyrkans Unga (SKU) **en kväll i veckan, på torsdagskvällar**. Det är gratis och det finns inget krav på att delta varje träff. Under träffarna erbjuds en mötesplats, gemensam måltid, andakt eller mäsasamtal samt vuxna som finns till hands, deltar, lyssnar och delar liv och tro. Men också olika former av aktiviteter. Dessa aktiviteter turas vi ungdomar och de vuxna om att planera.

Det kan variera mellan såväl bibelsmedja och filmkväll som pingis, utflykter, bowling eller att hälsa på i en annan församling, eller bara få vara och hänga. Men vi får alltid dela tid och samtal om allt i livet, glädje, sorg, bus och allvar.

Under året åker SKU också på flera läger tillsammans, skapar

nya minnen och upplevelser. Men vi hjälper också till i arbetet med Franciskus och med att driva verksamheten Motorburen ungdom.

Svenska Kyrkans Unga är en **öppen gemenskap** av unga människor som vill **upptäcka och dela kristen tro**.

Kyrkan är som en familj. Det är ett ställe där vi **får vara precis som vi är**.



vi tillsammans. Allt från att lära sig nya saker om sig själv, kyrkan eller världen till lekar, bus och sena nätter.

Även om det i gruppen finns mycket skämt, ironi och skoj så finns **den starka känslan av att när det verkligen gäller, så finns vi där och hjälper till.** Det är verkligen öppet för alla och vi hjälps åt att ta emot nya med öppna armar.



Det är också öppet för olika intressen och aktiviteter med kyrkan som grund. Vi fick frågan om att vara med i arbetet med Motorburen ungdom och såklart sa vi ja! Vi fick också erbjudande att börja arbeta med Franciskus och ja, såklart.

Det finns så mycket vi kan lära oss av Franciskus, även hos oss kallad Frasse.

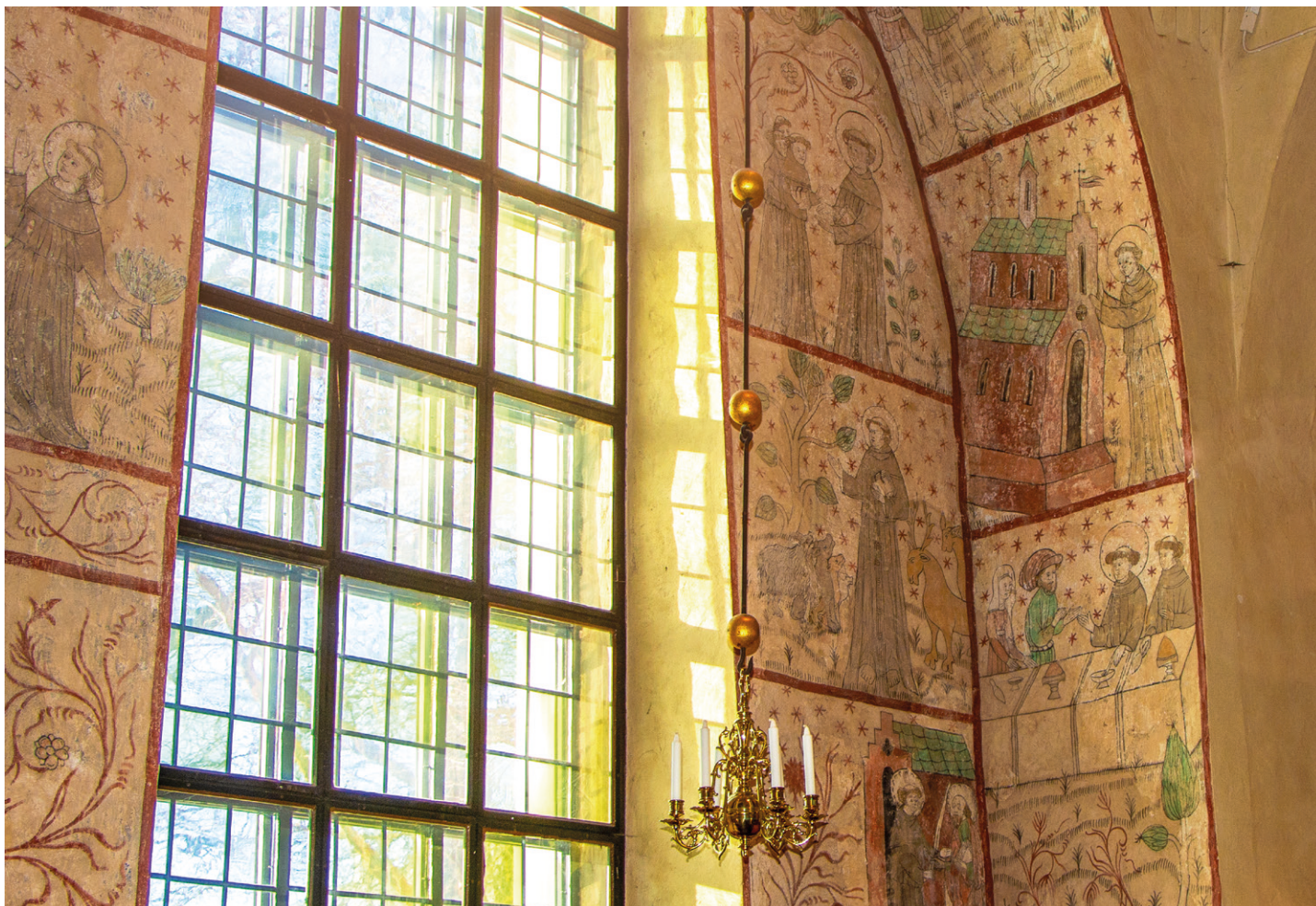
Vem är **Frasse** för oss idag?

En kille som vågade gå sin egen väg. En väg som inte alla gillade. Men han vågade. Han följde sin kallelse. Det inspirerar oss idag: att våga gå en egen väg och följa sina drömmar och mål, men för den sakens skull inte göra illa någon annan på vägen.

Han såg inte olika på människor. Han tyckte inte att någon var mindre värd. En ödmjuk kille som vågade vara med dem som ingen annan ville vara med. Det vi kan lära oss är att vi inte ska vara så snabba på att döma, utan ta det lugnt och försöka lära känna nya människor. Men också komma ihåg att det inte handlar om materiella saker, utan att det fina i livet är människor och naturen.

Frasse tog också hand om miljön, och det kan vi lära oss av.

Vi försöker, men det är klurigt. Vi



kan tänka på hur vi kör, inte slänga skräp i naturen. Det mest kluriga är att få andra att haka på och ta hand om vår planet.

Men vi kan genom oss själva visa goda exempel. Samtidigt verkar Frasse vara en kul kille. Han hade humor. Det passar bra in i vår ungdomsgrupp.

Snabbfakta om Franciskus och koppling till Arboga från oss

Franciskus var en man som föddes år 1182 i Assisi i Italien. Som barn ville han bli riddare, men en natt hörde han en röst som sa: "Franciskus, gå och bygg upp min kyrka."

Det ville han göra, men han hade inte råd. Han kom då på att hans

pappa var en rik klädförsäljare, så han sålde pappans alla tyger. Men kyrkan ville inte ta emot pengarna och gav tillbaka dem till hans pappa, vilket ledde till att de blev osams.

Franciskus kom då på att det inte handlade om det materiella. I stället började han leva ett tiggarliv. Pengarna han fick in gavs till de fattiga.

Han kämpade för fred, miljön och social rättvisa. Han var med dem som ingen annan ville vara med. Han kallade de utstötta för sina bröder och systrar. Och är nu **skyddshelgon för ekologin och djuren.**

Han startade en grupp där de skulle leva enkelt, hjälpa andra och sprida fred och glädje. Den kallades för Franciskanerorden. Franciskanerorden skickades ut i

världen för att fler människor skulle få se hur de tänkte.

Anledningen till att vi pratat om det här i Arboga är att de kom till Arboga, som förr i världen var en stor stad där många handlade. Franciskus efterföljare byggde kloster och kyrka i Arboga år 1285.

Arboga var en stor handelsstad och hade mycket folk som kom dit. Ett stort centrum i Sverige, så det var självklart att Frasses bröder valde att bygga ett kloster, dagens Heliga Trefaldighets kyrka i Arboga. Detta för att kunna dra till sig fler människor och kunna predika. Predika om ett enkelt liv och att ta hand om alla.

Läs mer om Franciskus:
www.svenskakyrkan.se/arboga/franciskus

Målningar i Heliga Trefaldighets kyrka

I Heliga Trefaldighets kyrka finns bilder från Franciskus liv. Bilder som säger oss saker än idag. Bilder som vi också har varit med och tolkat utifrån våra liv idag.

Till exempel Franciskus som kramar en spetälsk. Detta tolkade vi till vårt arbete med Motorburen ungdom. En del av oss i SKU-gruppen är motorburna ungdomar, och vi vet att dessa ungdomar ofta får mycket hat av omvärlden och att det inte finns så många vuxna som bryr sig.

Arbogabygdens församling startade Motorburen ungdom tillsammans med oss, och vi får vuxna som finns där, lyssnar, ger goda råd och en aktivitet, något att göra. De visar oss att det går att ha kul utan sprit, och genom detta får fler ungdomar chansen att upptäcka det och dela saker i livet med oss och vuxna som bryr sig. Ungdomar som på ett visst vis är utanför får en tillhörighet, får vara med och räknas. Det spelar ingen roll hur vi är eller ser ut, vi är accepterade ändå, med respekt för varandra.

Vi i ungdomsgruppen är engagerade i Motorburen ungdom, men några av oss är också engagerade i ACT-gruppen, där vi hjälper till att samla in pengar. Vi har vid några tillfällen på träffarna med Motorburen ungdom samlat in pengar till ACT och informerat om vad det är.

Motorburen ungdom finns bland annat för att skapa meningsfullhet i dessa ungdomars liv. Men ungdomarnas fordon eller bilträffen i sig är inte huvudsyftet. Utan när vi gör detta som kyrka ser vi främst människan i bilen som blir vårt



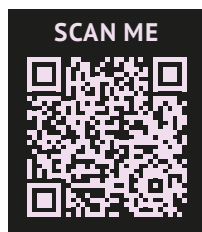
centrum. Ungdomen får bli sedd av vuxna som delar tid och tankar med dessa ungdomar. En stund, eller över en längre tid i livet.

Det är en grupp som saknar vuxna ledare i sin fritidsaktivitet. Till exempel har fotboll sin tränare och så vidare. En grupp som saknar trygga vuxna. En grupp som möter mycket hat från omgivningen och tappar tilltro till vuxna och världen.

Motorburen ungdom är en grupp som kyrkan kanske aldrig skulle få chansen att möta, men **som är en del av vår församling**. Genom detta med Motorburen ungdom kan vi skapa relationer med "nya" ungdomar, öppna en väg mellan kyrkan och de unga och ge dem en ny bild av kyrkan som de inte trodde fanns.

Under varje träff har vi också olika teman. Det kan följa kyrkoåret och vi pratar om jul eller påsk. Men också Frasse-teman, som hur vi sparar på miljön: köp inte nytt, leta reservdel på skroten, släng inte skräp genom rutan och så vidare. Men också teman kring ACT, med mänsklighet och att hjälpa andra. **Arboga Motorkyrka har också vunnit Karl Cederqvist-stipendiet**, som delas ut varje år till unga i Västerås stift som arbetar för en bättre värld. Detta pris mottogs av biskopen under en middag i Västerås.

Följ Arboga Motorkyrka:
@arbogamotorkyrka



En annan viktig bild för oss

En annan viktig bild för oss är bilden som visar när Franciskus får kallelsen "Bygg upp min kyrka". Franciskus trodde att han skulle bygga upp den materiellt, men det var inte så.

Det är lika för oss ungdomar. Kyrkan för oss är inte bara en byggnad, utan en gemenskap och att finna en tillhörighet.

Tillsammans med våra vuxna ledare tar vi kyrkan till ungdomars arenor, till våra ställen. Vi bygger upp en kyrka för dem som vill vara kyrka, men också för dem som inte tillhör någonstans och som vi vill vara med.

Det är fint att få tillhöra och att sprida det vi ser med kyrkan. Vi får vara tillsammans i tro som familj

och vänner, skapa nya vänner och kontakter, känna kärlek, ha kul, ha något att göra och lära oss nya saker, men också få lära vuxenvärlden nya saker.

Det är händelserikt och utmanande, såväl att få pröva nya tankar som att få pröva på att göra nya saker. Alla har någon att prata med och det finns en öppenhet om vi vill, men det går också att lita på att de runt omkring lyssnar, håller det man lovar och är tysta om det.

Det är väldigt mycket bus, skämt och galenskap, men när det verkligen krisar vet vi att vi ungdomar och de vuxna står där och hjälper till.



Kyrkan för oss är inte bara en byggnad, utan en gemenskap och att finna en tillhörighet.



“... vad ni har gjort för en av dessa minsta som är mina bröder, det har ni gjort för mig.”
Matteus 25:45

Foto: Mangus Aronson

Kärlekens triumf

Franciskus var från början en rik yngling som älskade fest, musik och jakt. En dag gav sig Franciskus och sina vänner ut på en ståtlig jakt. De klädde sig i sina finaste kläder; kanske inte så mycket för jakten i sig som för att visa upp sig. På vägen möter de en spetälsk, en människa som var så utstött att hen behövde bära en klocka för att andra skulle kunna undvika hen när de hörde ljudet. Den spetälske hade kanske inte känt en annan människas beröring på många år. Där och då ser Franciskus inte bara en främmande människa, utan Gud själv. Han kliver ner från sin häst och omfamnar den som ingen annan vill röra. Att förändras är en del av livet.

Minns du någon gång då du hade ändrat riktning i livet?

Finns det något som du vill ändra i ditt liv idag?

Vem är den spetälska i dagens samhälle?





Ledord som Arbogabygdens församling tagit fram och vad det betyder för oss ungdomar

Ödmjukhet:

Detta är ett ord man tar för givet och säger utan att vi egentligen funderar över det. Men för oss betyder det att man finns där och bryr sig. Respekterar andra. Förlåter andra. Fel kan alla göra, men vi är uppskattade för det.

Det är svårt, men vi försöker att inte blockera en människa för att den har gjort fel. Men det handlar ju också om att vara ödmjuk mot sig själv. Att våga säga nej när det är för mycket, fel eller när man inte vill.

Men också tänka på hur vi säger saker, för om man är för rak kan man tappa människor. Vi behöver också vara ödmjuka och rätta om våra och andras saker, djur och miljön.

Kallelse:

Uppdrag. När någon ropar eller när man får en känsla av att man vill göra något. Funderar man över sina kallelser kan vi se det som en resa genom livet, fylld med uppdrag. Uppdrag om att kunna hjälpa andra.

Vi påverkar och hjälper människor i livet genom att göra våra uppdrag som vi brinner för: till exempel som konfirmandassistenter, bilmekaniker, köra transporter eller vara fotbollsdomare. Det är fint att känna känslan: "Det här känns rätt att göra", och så gör man det.

Ekologi:

Det är viktigt att ta hand om miljön för att kunna få jord, odla och leva. Men det är väldigt blandat hur man kan ta hand om miljön.

Till exempel, om du är ute och går med hunden kan du plocka upp en pantburk. Men hur gör vi med pendlings? Det är lätt att ta hand om miljön utifrån vad jag själv gör, men svårt att ta hand om någon annans skräp när man inte ser.

För oss handlar det också om känslorna i naturen: frihet, ett lugn, ett ställe att bara vara. Att koppla av genom en promenad. Det känns som att tiden stannar upp lite grann. Man slipper stress och uppkoppling och får bara höra fåglarna och vinden.

Fred:

Fred är en trygghet. När livet känns lugnt och säkert. Även fred med sig själv, att kunna acceptera sig själv och inte se sig som en fiende. Det är målet, men det finns många hinder på vägen.

Det är lätt att tänka att "jag duger inte". Men om vi hjälps åt och skapar trygghet är det enklare. Vi behöver skapa fred, vara snälla mot alla, vara accepterande och försöka ge en andra chans.

Det lönar sig inte att vara den som skriker högst. Eller den som rustar mest. Skryter mest. Ingen är bättre än den andra, för vi alla har våra styrkor och svagheter. Vi behöver bara hitta dem i oss själva och andra för att kunna samarbeta.

Glädje:

Ha roligt, delta i aktiviteter och befinna sig i en gemenskap där känslan är lycka. Glädje kan vara på olika sätt: klara ett prov eller en uppkörning, få en komplimang, dra ett skämt eller dela tankar och liv med varandra.

Försöka se det positiva och ta fram det i stället för att vara negativ. Livet blir roligare om vi försöker hitta glädje och hitta saker som vi tycker om och som driver oss framåt. Glädje är också att kunna ta del av livet, få prova nya saker och delta.

Närvaro:

Olika typer av närvaro. Du kan vara där fysiskt, men du kanske inte är med i huvudet utan har zoomat ut och tänker på något annat.

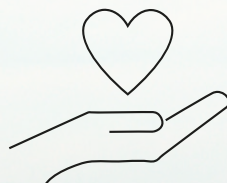
Men den närvaron när vi är där med hela oss själva, våra tankar och känslor, är den bästa. För det visar att vi verkligen tycker om den stunden och är intresserade. Det är härligt att vara närvarande i nuet.

Att vara tyngd av något och tänka på något annat som stör är jobbigt.

Enkelhet:

Leva enkelt i naturen. Vi behöver egentligen inte så mycket, men ändå vill vi ha allt som alla andra har.

Men det är skönt att bli påmind om att det som faktiskt inte kostar något är värt mest: kärlek och medmänniskor. Enkelhet är också när det inte finns några krav. Kravlösa stunder i livet är enkelhet i livet.



Lekar

”Under Frasses vingar”

En person är Franciskus av Assisi och står i mitten. De andra står på ena sidan. Franciskus ropar till exempel: ”Alla som gillar djur” eller ”Alla som har grönt på sig”. De som har detta får gå över, de andra får springa. Blir man tagen hjälper man Franciskus att samla in alla.

”Frassegömma”

En är Franciskus. Alla andra håller för ögonen och räknar till ett bestämt nummer. Samtidigt gömmer sig Franciskus och när de räknat klart letar alla efter Franciskus och gömmer sig bredvid honom.

”Frasse säger Pax et Bonum”

En tagare jagar alla. När man blir tagen måste man stanna. För att bli fri måste en som är med i leken stanna framför och säga ”Pax et Bonum” och den som vill bli fri svarar ”fred och allt gott”. Sedan springer man och hjälper nästa som behöver hjälp.

”Frasse letar djur”

Två och två får ett varsitt djurljud. Djuren gömmer sig på olika platser. Frasse letar sedan efter de gömda djuren, som i kurragömma. När Frasse hittar någon måste hen hitta eller komma ihåg var de andra djuren av samma sort är, så att de kan bli hittade.



SKUs predikan

Kära vänner,

Idag ska vi berätta om en man som lärde oss att leva i harmoni med naturen och alla levande varelser. Hans namn var Franciskus av Assisi.

Vi har kommit honom väldigt nära, så vi känner att ett smeknamn gör honom ännu närmare och lättare att ta in i våra hjärtan. För oss är Franciskus också kallad Frasse.

Men ett smeknamn säger egentligen inte så mycket om vem han var, vad han gjorde eller vad han betyder för oss. Men även om han föddes för väldigt många år sedan, långt före oss och i en annan stad, nämligen i den vackra staden Assisi i Italien, så inspirerar han oss än idag.

Till exempel var han son till en rik köpman, men valde en annan väg för sitt liv. Han ville inte ha rikedomar eller makt. I stället ville han leva ett enkelt liv och hjälpa andra.

Det får oss att fundera: När väljer vi vår egen väg? Och vad får oss att gå den? När och hur hjälper vi en annan människa? Det är kluriga frågor, men som du också kan fundera på.

Men Franciskus påminner och lär oss att vara snälla mot varandra och att dela med oss av det vi har. Han visade att det inte är viktigt att ha många saker för att vara lycklig, utan att kärlek, vänskap och gemenskap är de verkliga skatterna i livet.

Frasse älskade också alla djuren och naturen. Han pratade med fåglarna och kallade solen och månen för sina bröder och systrar. I en tid då miljöfrågor är mer angelägna än någonsin är Franciskus ett exempel på hur man lever i harmoni med naturen och påminner oss om vårt ansvar att skydda vår planet.

Franciskus var också en man av fred. Han reste till många platser och talade om vikten av att leva i fred med människor, oavsett vilka de var. Han levde efter att allt och alla var en del av Guds stora familj.

Frasses andlighet och djupa tro fortsätter att göra så att människor vill utforska sin egen tro och hitta sätt att leva ett mer meningsfullt liv.

Musik och glädje får också mycket plats i Frasses liv. För livet innehåller olika känslor. Men vi ska komma ihåg att låta musik och glädje ta plats.

Franciskus har lämnat avtryck, vilket har gjort att det finns många platser att besöka som är kopplade till honom. Många besöker dessa platser för att hitta sig själva, precis som Franciskus gjorde.

Men vi vet också att det går att hitta sig själv på andra platser. Till exempel i SKU Arboga.

Men låt oss ta med oss Franciskus budskap i våra hjärtan. Låt oss ta hand om vår planet och alla dess varelser. Låt oss vara generösa och sprida fred överallt där vi går.

Pax et Bonum

SKUs Frasse-dikter

Du tror du äger jorden som du står på,
att skogar, hav och himmel är ditt land.

Men Franciskus hörde Gud viska stilla:
”Ta hand om allt jag skapat med din hand.”

Han såg en vän i varje liten blomma,
i fågelns sång och trädens gröna blad.

Han tackade för livet varje morgon,
kallade naturen en gåva från Gud och bad.

Alla älskade hans musik,
han hade stora drömmar om att rida ut i strid.

Men fick höra: ”Bygg upp min kyrka”,
sålde pappans alla kläder och köpte färg, hammare och spik.

Naken stod han på torget och förnedrade sin pappa.
Då kom biskopen till beskydd:
”Du ska bli munk.”

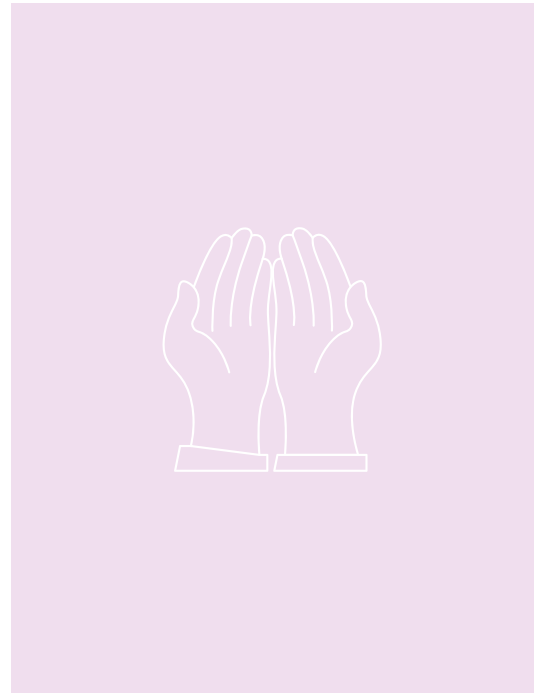
Han mötte en spetälsk,
hoppade av sin häst och omfamnade honom.

Han levde med fru, fattigdom
och med de spetälska i stadens utkant.

Fattig och bespottad
fann han nya vänner i sitt liv:
fåglar, rådjur och varg.

Hela rymden blev hans familj,
månen blev hans syster och solen hans bror.

Hans budskap till oss alla är
att leva i fred med alla djur och med varandra.



Pax et Bonum.
Fred och Allt Gott.



SKUs Franciskus-bön

Käre Gud,

Tack för solen som lyser,
för vinden som blåser
och för alla människor omkring oss.

Hjälp mig se det goda i alla runt omkring
och ta hand om världen
så som Franciskus gjorde.

Ge mig lugn när jag är orolig
och glädje när livet känns tungt.

Amen.



Tack

Tack Arbogabygdens församling för att ni tror på oss i Svenska Kyrkans Unga och låter oss vara delaktiga och upptäcka stora som små saker om oss själva, Gud och världen.

Tack för att våra röster betyder något. Tack för att vi ungdomar är prioriterade. Tack för att det är kostnadsfritt för oss. Tack för vuxna som finns där när livet är bra, men också när det inte är så bra. Tack för att vi tillsammans skapar en meningsfull tillvaro.

Tack för att vi om igen fick chansen att besöka Assisi. Några av oss har fått besöka Assisi för några år sedan. Andra har fått besöka Kökar på Åland, där det finns Franciskus-anor. Men några av oss har inte besökt något av dessa ställen, men det skapas nya chanser för dem som inte fått åka.

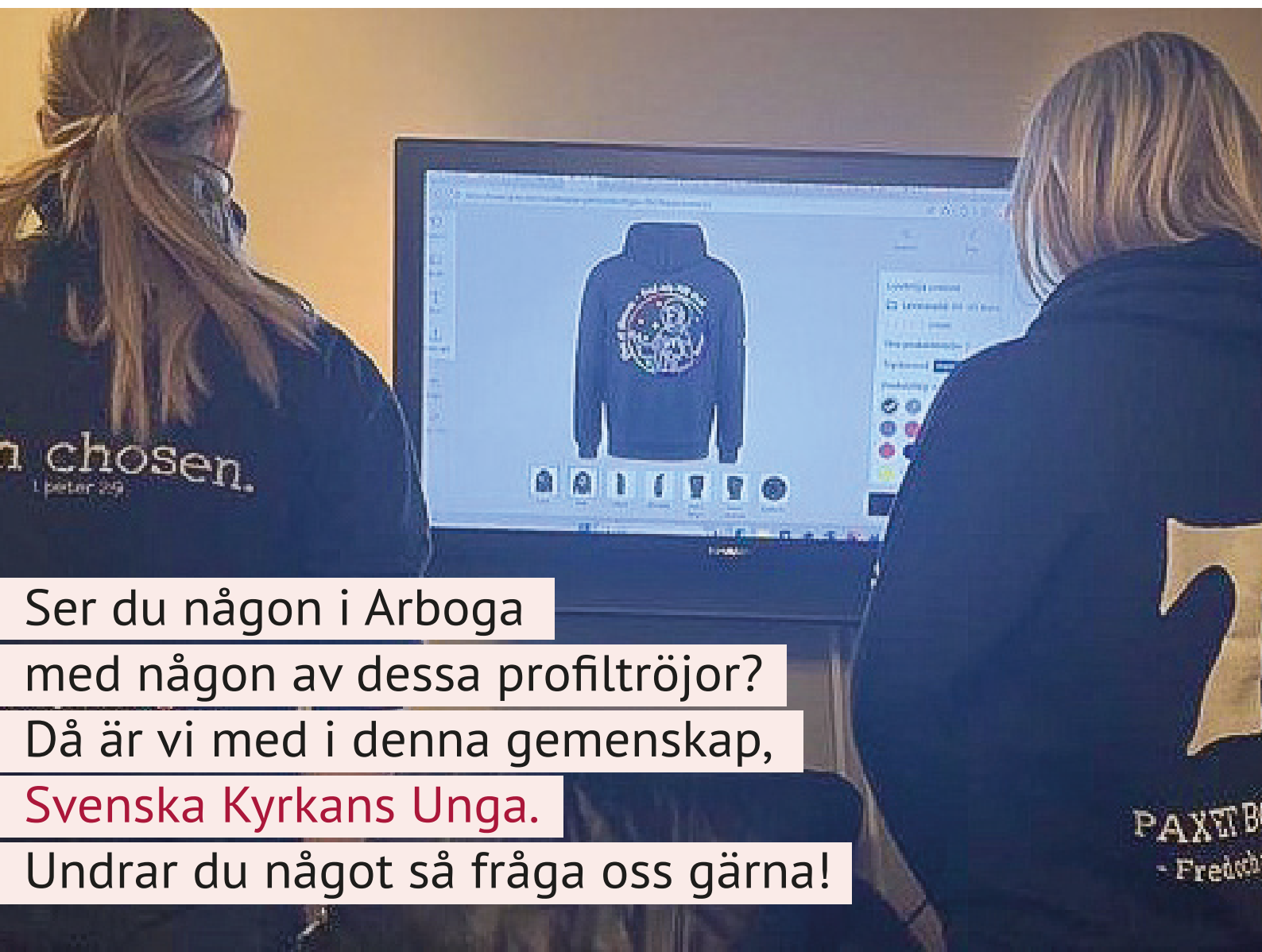
Tack för att vi får uppleva saker vi kanske aldrig annars skulle få uppleva. Tack för att ni ger oss chansen att utvecklas och upptäcka nya saker och platser som ger oss minnen och lärdomar som vi bär med oss hela livet.

Tack för att vi får vara framtiden.

Fred och allt gott • Pax et Bonum
Svenska Kyrkans Unga Arboga
Kontakt: Mikaela Lundin 073-069 97 66

Följ SKU Arboga
på Instagram:
@skuassararboga

SCAN ME



Ser du någon i Arboga
med någon av dessa profiltröjor?
Då är vi med i denna gemenskap,
Svenska Kyrkans Unga.
Undrar du något så fråga oss gärna!