

# Spira

Nr 3/2016

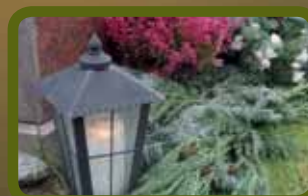
LÄS OM:



Tema: Retreat



Fredax på Vänersnäs



Allhelgona





Nummer 3/2016

ur innehållet

3

Tankar från Manne

4-5

Tema: Retreat

6-7

Allhelgona

8

Fredaxmys på Vänersnäs

9

Urval av gudstjänster

## Våga vara dig själv!

Vi lever alla med delade tankar om oss själva. Vem är jag i förhållande till arbetskamrater, vänner och familj osv? Att vara trygg i sig själv och trygg i vem jag är, är viktigt oberoende av vilken roll jag har mina olika livsarenor.

## Tema för hösten: Retreat

På en retreat får du möjlighet att för några dagar leva i avskildhet och stillhet. Det är ett tillfälle för dig att hinna ifatt dig själv och reflektera över vad som är viktigt i livet. En stor del av vår tid går åt till kommunikation med andra människor. Telefonen plingar, tv:n sänder dygnet runt och internet tar aldrig slut. Men för att orka behöver alla människor ibland bara ägna sig åt sig själva. På ett retreat får du göra det, samtidigt som du får möjlighet att vara nära Gud.



Foto: Kristina Johansson/IKON

### SPIRA UTGES AV VÄSTRA TUNHEMS PASTORAT

**Ansvarig utgivare:** Manne Bennehed

**Layout:** Helen Wiik Andersson

**Omslagsbild:** Kristina Johansson/IKON

**Upplaga:** 6 000 ex **Tryck:** Just Nu

**Adress:** Västra Tunhems Pastorat, Box 22, 468 21 Vargön

**Telefon:** 0521-26 50 50

**E-post:** [vastra-tunhem.pastorat@svenskakyrkan.se](mailto:vastra-tunhem.pastorat@svenskakyrkan.se)

**Hemsida:** [www.svenskakyrkan.se/tunhem](http://www.svenskakyrkan.se/tunhem)

## Personal

Vår fastighets- och kyrkogårdschef Bengt Mökander går i pension i maj 2017, håll utkik efter annons i dagspressen i början av oktober om du är intresserad av tjänsten.

## Sammanträde

Kyrkofullmäktige har sammanträde den 8/11 2016. För att läsa dagordningen, gå in på vår hemsida: [www.svenskakyrkan.se/tunhem](http://www.svenskakyrkan.se/tunhem)

## Föreläsning

”Mörkret har ingen makt över ljuset”  
18/9 kl 16.00 i Velandakyrkan

Gunnel Bergstrand född 1935 och utbildad inom sjukvården berättar om den egna patientupplevelsen på Restad Gård på 50-talet. Äntligen fick hon mod att ta itu med sin egen sjukdomsjournal från år 1956 och gå vidare.

Hon biter huvudet av skammen och säger i dag att vem som helst kan bli sjuk men frisk igen. Det inleds med en film på storbildsskärm i Velandakyrkan och avslutas med gudstjänst och kyrkfika.



## Bagageluckeloppis

**Bagageluckeloppis 18/9 2016 kl 11.00-14.00.**

Vid parkeringen vid Västra Tunhems kyrka.  
Se [www.svenskakyrkan.se/tunhem](http://www.svenskakyrkan.se/tunhem) för mer info.

# Tankar från Manne



Text: Manne Bennehed Foto: Kristina Strand Larsson/IKON

## Ibland tänker jag, vad skönt om det bara var tyst och stilla...

Det är då längtan efter retreat dyker upp och upplevelsen av att vara i en avslappnad miljö. För det är ju så att vi alla behöver hitta tid för bara oss själva. Under en pilgrimsvandring, som jag skrev i förra Spiran, möter jag ju människor och den sociala uppfostran gör att vi pratar och växlar ord med de vi möter. Samtidigt som jag hittar mig själv under vandringen så är jag en aktiv del av den värld och de människor jag möter. Att vara på retreat ger mig en möjlighet att vända ryggen åt världen för ett tag och bara låta min inre värld vara mitt centrum. Allt vad jag bär inom mig av stress, tankar och verklighet, får jag vara i utan att behöva blanda in det som splittrar mig.

Personligen hittar jag en inre frid när jag åker på retreat, en frid som jag behöver för att varva ner och sortera tankar och intryck som samlats. Detta sätt är en form som passar mig. Alla kanske inte hanterar att möta människor och inte prata med dem, inte ens under de måltider man delar med varandra. Men det är fantastiskt hur mycket jag kan ”säga” utan att använda ord. Jag tror att det egentligen är något djupt mänskligt att dra sig undan och vara i tystnad. Alla intryck och ljud som vi lever i påverkar oss, vara sig vi vill eller inte. För vissa räcker det med några timmar på en stubbe i skogen, för andra behövs tid att nå sitt inres tankar för att lyckas sortera dem. Sedan är det också en underbar vila, för kropp och själ, att bara vara i tystnad. Att tillbringa några dagar utan åtaganden och inga saker att göra, får oss att

varva ner till djup som vi inte kanske visste att vi hade. För mig, är detta helt underbart.

Om du inte har provat så kommer du att få chansen hos oss, då vi har en ”miniretreat” i Gärdhems kyrka. Där får du chansen att pröva att bara vara, i dig själv och tillsammans med Gud, för att smaka på vad retreat kan vara. Att gå från det ljudliga livet, till en vilsam bit av livet gör att du... ja vi är alla olika, så vad en retreat skulle göra med dig, det vet bara du men jag tror att vi alla behöver tid att bara vara, och att bara vara i tystnad.

Från din kyrkoherde, en önskan om inre frid!



## Tema - retreat

Avskildhet - Tystnad - Kravlöshet - Andakt - Nattvard -  
Meditation - Vägledning - Egen tid

### Ge tid för dig själv och Gud.

En stor del av vår tid går åt till kommunikation med andra människor. Många håller sig uppdaterade i sociala medier och internet tar aldrig slut. I bland behöver man stanna upp för att bara vara i fred med sina egna tankar, och reflektera över vad som är viktigt i livet.

Att vara på retreat är att ge sig själv tid. Jesus sökte sig i bland på platser för att i ensamhet vila och hämta kraft.

” Tidigt nästa morgon, medan det ännu var mörkt, gav han sig av därifrån och gick bort till en enslig plats och där bad han. ”  
Mark 1:35

På retreaten står själen och andligheten i centrum, större delen av tiden är man i tystnad. Tystnaden är retreatens speciella

gåva. Att inte behöva formulera sig, tycka, säga trevligheter eller berätta vem man är, är vilsamt för kropp och själ. Tystnaden ger också utrymme att tänka sina egna tankar utan att bli avbruten. Men tystnaden kan också väcka till liv det som slumrar i vår inre. Ofta erbjuds ett enskilt samtal. Mäster Eckhart skriver om tystnaden: ”Det finns ingenting som så mycket liknar Gud som tystnaden.”

Retreaterna är ofta på platser nära naturen. Många väljer att spendera en stor del av den tysta tiden utomhus. Andra väljer att handarbeta eller att vila. Det kan vara en ovan känsla att inte anpassa sig efter omgivningens önskemål.

Meningen är att man skall öva sig att bara vara i nuet, utan att göra något och utan att fly bort i tankarna. Dagsschemat växlar

mellan måltider, gudstjänster, undervisning och meditationspass och det ges stort personligt utrymme.

Sigtunastiftelsen, Birgittasysternarnas Vadstena kloster och Davidsgården i Rättvik är exempel på gårdar man kan åka till för att vara med på ett retreat. På närmare håll finns även Lilleskog utanför Alingsås och Åh Stiftsgård utanför Uddevalla som erbjuder retreatter.

Vem åker då på retreat? Egentligen vem som helst. Livet kan vara stressigt eller så finns det en längtan efter tid för sina inre tankar. Kanske har livet varit besvärligt och det behövs tid för att samla ihop alla intryck och belastningar det medfört. Eller så vill man bara njuta en stund.

Kontakta ditt stift eller församling för att ta reda på när det anordnas retreat.



Varmt välkommen till en mini-retreat i Gärdhems kyrka!

lördagen den 22/10 ca. kl 10.00-20.00.

Under dagen serveras det lunch, eftermiddagskaffe, och kvällsmåltid till självkostnadspris.

Möjlighet till samtal kommer att erbjudas.

Anmälan till församlingsexpeditionen:  
Telefon: 0521-26 58 50 (må-fr 09.00-12.00)

### Läs gärna mer om retreatgårdar

[www.ahstiftgard.se](http://www.ahstiftgard.se)  
[www.wettershus.se](http://www.wettershus.se)  
[www.lilleskog.se](http://www.lilleskog.se)  
[www.sigtunastiftelsen.se](http://www.sigtunastiftelsen.se)  
[www.birgittaskloster.se/sv](http://www.birgittaskloster.se/sv)  
[www.berget.se/](http://www.berget.se/) (Davidsgården i Rättvik)

*Håll utkik!*

Någon gång under hösten kommer vi att ha en församlingsafton om retreat!

### Sinnesrobönen

*Gud ge mig sinnesro  
Att acceptera det jag  
inte kan förändra  
Mod att förändra  
det jag kan  
och förstånd  
att inse skillnaden*

### Har du gått på Taizémässa någon gång?

Kom till en vilsam stund i kyrkan!

En taizémässa är en mässa (gudstjänst med nattvard) inspirerad av andaktslivet vid kommuniteten i Taizé. Generellt hålls ingen predikan, istället byggs mässan upp kring meditativa sånger, tystnad och textläsning.

Varmt välkommen till:  
Väne Åsaka kyrka söndagen den 16/10 kl 18.00.  
Präst: Johannes Olenius.

Vänersnäs kyrka söndagen den 18/9 kl 16.00.  
Präst: Manne Bennehed.



# Allhelgonahelgen

## Minnesgudstjänster

Inför minnesgudstjänsten skickas en inbjudan till de närmast anhöriga i våra församlingar.

Gudstjänsten är ett tillfälle att minnas dem som har gått före oss och ge kraft att ta tillvara de dagar som ligger framför oss.

### Närhet i saknaden

Gud, kom med ditt ljus  
i sorgens mörker.  
Kom med din närhet  
i saknadens smärta.  
Kom med din frid  
i liv och död.

Vi bjuder på kaffe i våra kyrkor  
och församlingshem.

Västra Tunhem, servering i Kyrkstugan

Torsdag 3/11	11.00-17.00
Fredag 4/11	11.00-17.00
Lördag 5/11	10.00-16.00 (Öppet hus)

Vänersnäs, servering i kyrkan

Lördag 5/11	10.00-16.00
-------------	-------------

Gärdhem, servering i församlingshemmet

Fredag 4/11	11.00-17.00
Lördag 5/11	10.00-16.00

Väne Åsaka, servering i kyrkan

Fredag	11.00-17.00
Lördag	10.00-16.00

Norra Björke, servering i kyrkan

Fredag	11.00-17.00
Lördag	10.00-16.00

*Välkomna!*

## Allhelgonadagen 6/11

### Västra Tunhems kyrka kl 18.00

Minnesgudstjänst. Tunhemskören medverkar.  
Präst Göran Olander.

### Vänersnäs kyrka kl 15.00

Minnesgudstjänst med orgelmusik.  
Präst Göran Olander.

### Gärdhems kyrka kl 16.00

Minnesgudstjänst. Gärdhems kyrkokör medverkar.  
Präst Petra Waller.

### Väne Åsaka kyrka kl 18.00

Minnesgudstjänst Åsaka-Björke kören medverkar.  
Präst Petra Waller.



*Välkomna till...*

## ÖPPET HUS i Kyrkstugan 5/11 kl. 10.00-15.00.

Får man ha vilken musik som helst på en begravning?

Vad kostar en gravplats?

Får man gravsättas var som helst?

Får man ha en begravningsgudstjänst fastän man inte är med i Svenska kyrkan?

Ja, frågorna kring en begravning/gravsättning kan vara många och är det något du undrar över är du varmt välkommen till ÖPPET HUS i Kyrkstugan lördagen den 5/11 kl. 10.00-15.00.

Både präst och personal från kyrkogårdsförvaltningen finns på plats för att svara på alla frågor. Man kan även passa på att söka i gravboken, om man undrar över en speciell person eller gravplats.

### *Passa på att fråga!*

På Alla Helgons dag (lördag) kl. 10-15 finns kyrkogårdspersonal på plats på alla våra kyrkogårdar:

Västra Tunhem, Vänersnäs, Gärdhem, Väne Åsaka, och Norra Björke.

### *På programmet!*

Spiorna bjuder på kaffe och hembakt i Kyrkstugan.

Orgelandakt kl 12.00 Gärdhems kyrka och kl 14.00 i Västra Tunhems kyrka.

Guidad tur upp i kyrktornet i Västra Tunhem.



## Vi söker efter gravrättsinnehavare!

Finns det en liten grön skylt på graven du besöker med uppmaning att kontakta kyrkogårdsförvaltningen? Då vill vi gärna komma i kontakt med dig. Ofta handlar om att vi söker en ny innehavare till gravplatsen.

Att stå som innehavare är kostnadsfritt.

Läs gärna mer på vår hemsida:

<http://www.svenskakyrkan.se/tunhem>

om du vill veta mer eller ring oss gärna

Kyrkogårdsförvaltningen

Tel: 0521-26 58 55, 26 58 56

# Fredaxmys på Vänersnäs

Vad gör du på fredagkvällar? Kom, var med!  
Varannan fredag är det fredaxmys i församlingshemmet på Vänersnäs.

## Vad gör vi?

Tillsammans har vi det mysigt med mat eller kraftigare fika, pyssel, lek och spel samt möjlighet för vuxna att ta det lungt och och samtala med varandra. Ett perfekt tillfälle för dig som känner att du bara kravlöst vill komma och vara eller för dig som vill göra något roligt tillsammans med ditt barn och andras.



Foton: Magnus Aronson/IKON

## Är det inget kristet innehåll?

Självklart är Jesus i centrum! Vi jobbar ständigt med att göra en bra och kort gudstjänst som passar alla åldrar och vi ser gärna att så många så möjligt kommer med ideér på hur den ska utformas. Vi tror att delaktighet gör gudstjänsten relevant för dem som är där, så vill du bidra med något är det bara att säga till.

Vilka tider är det som gäller då?

Från 15.00, sluttiden är lite olika men är alltid minst till kl 19.00.

Terminen avslutas med en Adventsfest då brukar det bli julfika och julgodis och om man har varit snäll kanske till och med tomten kommer.

Välkommen till följade tillfällen:

9/9  
23/9  
7/10  
21/10  
4/11  
18/11  
2/12  
16/12 Adventsfest

Vill du veta mer?

Ring/e-posta gärna!

Jonas Gustavsson  
tel: 076-265 30 60

e-post: [jonas.gustavsson@svenskakyrkan.se](mailto:jonas.gustavsson@svenskakyrkan.se)

# Urval av gudstjänster

## Oktober

2/10 Familjegudstjänst i Vargöns kyrka kl 11.00. Utdelning av dopänglar. Ungdomskören medverkar. Präst: Göran Olander.

2/10 Väne-Åsaka kyrka kl 11.00. Åsaka-Björke kören medverkar. Präst: Johannes Olenius.

2/10 Cafégudstjänst i Halvorskyrkan kl 18.00. Kyrkbandet medverkar. Präst: Johannes Olenius.

2/10 Familjegudstjänst i Vänersnäs kyrka kl 16.00. Vi delar ut dopänglar och bibel till 2-åringar. Präst: Göran Olander.

9/10 Mässa i Västra Tunhem kl 11.00. Tunhemskören medverkar. Präst: Göran Olander.

9/10 Gudstjänst i Velandå kl 18.00 med sång av Gärdhems kyrkokör. Präst: Petra Waller.

16/10 Orgelmässa i Gärdhems kyrka kl 11.00. Präst: Johannes Olenius.

23/10 Familjegudstjänst i Norra Björke kyrka kl 11.00. Singkidz medverkar. Vi delar ut bönböcker till de som blivit döpta tre år tillbaka. Präst: Petra Waller.

23/10 Familjegudstjänst i Halvorskyrkan kl 16.00. Barntimmebarnen och Halvorskören medverkar. Vi delar ut bönböcker till de som blivit döpta tre år tillbaka. Präst: Petra Waller.

30/10 kl 11.00 Väne-Åsaka kyrka Lovsångsmässa. Kyrkbandet medverkar. Präst: Petra Waller.



## November

13/11 Familjemässa Vargöns kyrka kl 11.00. Präst: Sven Bild.

13/11 Familjegudstjänst Vänersnäs kyrka kl 16.00. Barnfika. Präst: Sven Bild.

13/11 Lovsångsmässa i Halvorskyrkan kl 18.00. Kyrkbandet medverkar. Präst: Johannes Olenius.

13/11 kl Norra Björke kyrka kl 11.00. Präst: Johannes Olenius.

Se predikoturen för gudstjänster första advent.

Grattis

VÄNERSNÄSKÖREN  
100 år

Detta 100-årsjubileum firar vi med en körkonsert i Vänersnäs kyrka!

**Söndagen den 16/10 kl 18.00**  
Efteråt är det mingel i församlingshemmet med mer sång.

Varmt välkomna!

Kuriosa:  
Den "gamla" Vänersnäs kör var 90 år när den lades ned 1994, den nya startade 2006 alltså = 100 år

# Mötesplatser

Vargön, Vänersnäs, Västra Tunhem

## FRÄLSAR- KRANSEN

Många bär Frälsarkransen på sin arm, detta fina hjälpmedel till att leva med Gud i livets alla skeenden. Är du sugen på att låta Frälsarkransen bli ett mer levande redskap i ditt trosliv?

Var och en av de vackra pärlorna har en funktion att underlätta för oss i vår livsvandring. Vi inbjuder till en första träff söndagen den 11/9 i Vargöns kyrka. Kl. 11.00 är det gudstjänst. Efter kyrkfikat samtalar vi med hjälp av Frälsarkransen om våra upplevelser

från gudstjänsten och vad vi tar med oss ut i vardagen. Därefter bestämmer vi vilka dagar och tider som passar till fortsatta träffar, som är tänkta att vara en gång i månaden till att börja med. För den som inte har egen Frälsarkrans har vi att låna under samtalen. Intresserad?

Kontakta gärna Elisabeth Larsson om du undrar över något. Tel. 0704-64 48 39  
e-post: elisabeth.larsson@svenskakyrkan.se

### Hälsningar

Göran Olander, präst och Elisabeth Larsson, diakon



## Vuxenverksamheten i Vargöns kyrka (Dagcenter)

Startar tisdag 6/9 2016  
Kl 09.00 Vävgruppen  
Kl 09.30 Skapande aktiviteter  
Här kan man komma och gå som man vill och pyssla med det man har lust med eller bara umgås.  
Kl 10.00 Samtalsgruppen  
Landskapscirkeln startar tisdag 20/9 kl 10.00  
Kl 10.30 är det gemensam fika till självkostnadspris

För information:  
Diakon Elisabeth Larsson  
tel. 0704-64 48 39

## Höstlovskul

Pyssel, sångstund och fika!

31/10 kl 10.00-14.00  
Kyrkstugan Västra Tunhem

1/11 kl 10.00-15.00  
Vargöns kyrka

4/11 kl 14.00-18.00  
Vänersnäs församlingshem  
med Allhelgonakaffe

För alla åldrar!

*Välkomna!*

## Trivselkvällar i Tunhem

**Torsdag 1/9 kl 18.00**  
”500 mil på MC”  
Göran Olander berättar.

**Torsdag 6/10 kl 18.00**  
Ukulelegruppen PRO Vargön  
spelar och sjunger glad musik.

**Torsdag 24/11 kl 18.00**  
Kransbindning  
Anm om deltagande till  
förs exp 0521-26 58 50  
må-fr 09.00-12.00.

Spiorna ordnar med fika -  
Fritt inträde - Kyrkbil

# Mötesplatser

Gärdhem, Väne Åsaka och Norra Björke

## Pensionärernas dag

### i Gärdhems församling

Söndag 25/9 2016

Gudstjänst i kyrkan kl. 11.00 med solosång av Anna-Therese Hernqvist från Vänersborg. Därefter lunch och samvaro i församlingshemmet.

Obs anmälan till Helena Nylén tel 070-372 28 57 senast en vecka före.

### i Åsaka-Björke församling

Söndag 2/10 2016

Gudstjänst i Väne Åsaka kyrka kl 11.00. Åsaka-Björke kören medverkar. Därefter lunch och samvaro i församlingshemmet.

## Varmt välkomna till...

CAFÉKVÄLLAR i Halvorskyrkan

**OBS: Tiden! Fredag 7 oktober kl 18.00** Filmkväll

Filmen *Luther* visas på storbildsskärm. Ett mycket sevärt och spännande drama som visar reformationen av den katolska kyrkan. Filmen är två timmar och vi har fikapaus efter halva tiden.

**Fredag 11 november kl 19.00**

Sång- och musikprogram, se annons i 7 dagar. Serv.

ÖPPET HUS i Halvorskyrkan – Andakt, fika och ett enkelt program. Följande måndagar kl 10.00-12.00. 29/8, 26/9, 24/10 och 21/11.

ÖPPET HUS i Norra Björkes församlingshem – Andakt, fika och ett enkelt program. Följande måndagar kl 10.00-12.00 5/9, 3/10, 31/10 och 28/11.

SOPPLUNCH i Gärdhems församlingshem. Följande måndagar kl 12.00. 19/9, 17/10 och 14/11. Pris 30 kr.

VÅFFELCAFÉET i Halvorskyrkan, Velande o V Åsaka är öppna igen.

LANDSKAPSCIRKEL i Halvorskyrkan onsdagarna 12/10, 26/10, 9/11, 23/11, 7/12 kl 10.00-12.00. Vi skall läsa om Gästrikland och fortsätter med ytterligare fem ggr under vårterminen. Alla hjärtligt välkomna! Ing-Britt tel: 0520-124 10

## KÖRSTARTER

**Åsaka-Björke kören** övar ti kvällar kl. 19.00-21.00 med start ti 6/9.

**Singkidz, barnkör** för 5-7-åringar övar fre kl. 16.00-17.00 i Väne Åsaka församlingshem med start 16/9.

**Gärdhems kyrkokör** övar ti kl. 19.00-20.30 i församlingshemmet med start 6/9.

**Halvorskören** övar on kl. 17.00-18.00 i Halvorskyrkan med start 14/9.



## ALPHAKURS i Halvorskyrkan

Är du dagledig och känner att du vill komma ut och träffa nya vänner, samtidigt som du får vara med i ett forum där du kan få ställa dina frågor om kristen tro? Vem var Jesus? Varför måste han dö? Vad är kyrkan för något? Vem är den helige Anden? Ingen fråga är för stor eller för liten.

Välkommen en torsdag i månaden kl 10.30-12.00.

Anmälan till:  
Petra Waller 070-608 85 67 alt.  
Helena Nylén 070-372 28 57

# Vi söker en KOMMINISTER till Vargöns kyrka



Vill du bli vår komminister?

Vi har

- Gott arbetsklimat
- Aktiva landsortsförsamlingar
- Engagerade förtroendevalda
- Närheten till naturen och Göteborg

Vi söker dig som vill

- Forma församlingens arbete framåt
- Inspirera/engagera
- Samordna/organisera
- Tänka nytt men värna om traditionerna

Läs gärna mer på vår hemsida!  
[www.svenskakyrkan.se/tunhem](http://www.svenskakyrkan.se/tunhem)

## Kyrkan i vår vardag ett axplock av mötesplatser

*Varmt tack!*

Till alla frivilliga medarbetare, utställare och besökare i årets Vägkyrka i Tunhem, Vägkyrka i Norra Björke, och Sommarkvällarna i Gärdhem.

