

EN TIDNING FRÅN
SVENSKA KYRKAN SOLLENTUNA † NUMMER 5 SEPTEMBER 2016

KYRK⁺ PORTEN

BABYCAFÉ FÖR
STORA OCH SMÅ
SID 6–7

CAROLINE WINBERG
OM UNGDOMSÅRENS ÅNGEST,
MODELLYRKET OCH SOLLENTUNA
SID 4–5

Höststart!

RIV UT
OCH
SPARA!

GUDSTJÄNSTER • KURSER • MUSIK • BARN • MÖTESPLATSER
SID 9–13

PREP – friskvårdskurs
för par SID 14

Körsångare återupp-
livar läger på slott SID 16

850 gravrättsinnehavare
söktes SID 18

Redaktör: **Helene Holmström**
kyrkporten@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare: **Lasse Svensson**
lasse.svensson@svenskakyrkan.se

Nummer 5, september 2016

Årgång: 57
Upplaga: ca 29 000
AD och grafisk form:
Andreas Lindström, september
Vinjett: Erik Uppenberg
JG Communications
Distribution: Postens gruppförändelser
Omslagsfoto: Pexel

Utgiven av

Svenska kyrkan Sollentuna
Box 13, 191 21 Sollentuna
Tfn 08-505 513 00
Besöksadress: Sköldvägen 10
svenskakyrkan.se/sollentuna



**Skriv till
Kyrkporten**

Vad tycker du om Kyrkporten?
Tyck till, skriv och berätta. Ge
oss ris eller ros. Tipsa om
ämnen du vill att vi tar upp.

Svenska kyrkan Sollentuna,
Kyrkporten, Box 13, 191 21 Sollentuna
E-post: kyrkporten@
svenskakyrkan.se

KYRKPORTEN TRYCKS PÅ MILJÖVÄNLIGT
PAPPER AV EDITA BOBERGS SOM ÅR
ETT KLIMATNEUTRALT FÖRETAG



Svenska kyrkan 
SOLLENTUNA

INNEHÅLL

Caroline Winberg minns barndomens Sollentuna

Läs mer på sid 4

- | | | | |
|-----|---------------------------|-----|---------------------------|
| 6. | Babycaféet – en mjukstart | 14. | Kurs efter semestern |
| 8. | Daniel Mendoza om kärlek | 16. | 70-talsläger återuppstår |
| 9. | På gång i höst | 18. | Gravrättsinnehavare sökes |
| 13. | Gudstjänster | 20. | Kyrkoherden har ordet |



Det finns plats för hundratals namnplattor i den nya askgravlunden.

Foto: Kim Dehlén

Ny askgravlund i Sollentuna

I början av juli öppnades en ny askgravlund vid Sollentuna kyrkogård.

Askgravlunden är ett gravsätt som ökar i popularitet.

– Den är mer personlig än minneslunden, har ingen gravrätt och kräver ingen skötsel från de anhörigas sida, säger **Rose-Marie Thorén**, förman på kyrkogården.

Till skillnad från minneslunden får anhöriga vara med under nedsättningen av askan, och efteråt sätts det upp en namnplatta på stenar av ljus granit vid lunden som omges av blomsterrabatter och buskar.
– Det finns plats för hundra-

tals namnplattor i den nya askgravlunden. Plattorna får sitta kvar i minst 25 år.

Sedan tidigare finns det en minneslund, ett kolumbarium och möjlighet till begravning i kista och urna på Sollentuna kyrkogård. **KP**

Åtal efter kanotolyckan

Under en kanotorientering slog vädret hastigt om. Tre pojkar föll i det fyragradiga vattnet. Ett år senare väcks åtal.

Håkan Andersson, åklagare vid Åklagarkammaren i Östersund, har beslutat att väcka åtal mot en av församlingens lägerchefer för oaktsamhet och vållande till kroppsskada. Det var vid förra årets konfirmationsläger i Åre som den allvarliga olyckan hände, då en kanot kantrade och tre pojkar föll i det fyragradiga vattnet.

En av pojkarna skadades lindrigt och kunde återvända till lägret, de två andra fördes till sjukhuset i Trondheim och därefter till KS. Den pojke som skadades svårast låg två timmar i vattnet innan han hittades, och vaknade mirakulöst upp efter tolv dagars nedsövning och nedkylning i respirator och bad om glass. Idag är han på väg tillbaka i vardagen, men rehabiliteringen tar lång tid neurologiskt, skriver tidningen ÖstersundsPosten.

Församlingen har i det uppföljande stödarbetet tagit extern hjälp bland

annat av Självvårdscentrum, Stockholms stift samt Enheten för kris- och trauma-behandling och S:t Lukas.

I uppföljningsarbetet av olyckan gjorde församlingen även en genomgång av befintliga rutiner kring säkerhet och trygghet och olycksberedskap.

– Det har varit en mycket tung och svår situation under året för alla inblandade säger kyrkoherde Lasse Svensson. Vi har tagit hjälp från många håll och försökt att stötta på bästa möjliga vis. Församlingen är som lägerarrangör ansvarig och den medarbetare som nu är åtalad är kunnig och har en gedigen lägererfarenhet. Det är viktigt att komma i håg att ingen ännu är dömd.

Håkan Andersson har bett om att få flytta målet till Attunda tingsrätt, Sollentuna, och rättegången förväntas äga rum i höst.

Irene Bond/Helene Holmström



Foto: Mattias Barda

Remake öppnar 25 september

Gamla kläder blir nya plagg och prylar när Remake slår upp dörrarna i församlingshuset i Sollentuna centrum.

Alla är välkomna att besöka den nya plattformen för hållbart mode vid Turebergs park. Förutom ateljén kommer det att finnas en affär och ett café där kunder kan fika.

Det är första gången Stockholms Stadsmission etablerar en ateljé norr om Stockholm. En bra lokal, goda kommunikationer och det centrala läget vid Sollentuna centrum har bidragit till att man valt att starta en verksamhet här.

Remake återanvänder 2,5 ton textilier varje år som istället skulle kasserats, och möjliggör för människor att nära sig arbetslivet genom arbetsintegration. **KP**

Diakonins månad i september är ett ekumeniskt samarbete mellan kyrkor och organisationer. 2016 fokuserar vi på ungas psykiska ohälsa som t ex kan vara ätstörningar, nedstämdhet och ångest.

Technomässan

Fredagen den 30 september är det höstupptakt för ungdomar i Stockholms stift i Hedvig Eleonora kyrka. Technomässan startar klockan 19, men innan den så finns workshops och föredrag att ta del av samt möjlighet att äta

och såklart tid att mötas i och runt kyrkan. Vi börjar klockan 17 och slutar 21 och det är kostnadsfritt. **KP**



ETT ORD FRÅN REDAKTÖREN

Ett eget rum

Vad gillar du? Jag gillar att skriva. Att bygga språket. En träningsfråga enligt många. Jag jobbar mycket med texterna. Med rytmen. Stryker meningar. Ändrar ordföljd. Försvinner i skrivandet och är här och nu.

För mig är det viktigt att ha ett rum inom mig där bara jag kan vistas. Vara onåbar. Vila. Fantisera. Skrivandet är ett sådant rum. Särskilt fiktionen. Att upptäcka människor jag inte ens kunde föreställa mig existerade, lyssna till främmande röster som kommer till tals. Journalistiken är mer konkret. Bestämd. Barsk.

Jag tror att det finns fler ingångar till ett eget krypin. Tron kan vara ett sådant. Musiken ett annat. Måleriet. Min sambo gillar teknik. Man ska ta vara på sådant. Våga titta närmare på möjligheterna.

Visserligen kräver det lite jobb för att öppna dörren, men varje steg är värdefullt. Sedan finns det också sociala rum, salonger där vi kan umgås med familjen, vänner och kolleger. Också livsviktiga och lärorika. Tillfredsställande på ett annat sätt.

Kyrkan erbjuder båda typer av rum. En liten kammare där bara du kan vistas, kanske genom meditation, eller genom att tända ett ljus och bara vara. Och många gemensamma rum. Hit hör gudstjänster, kurser, konserter, retreatar, föreläsningar, körer och annat du kan läsa om i det här numret av Kyrkporten.

Varför inte utforska något av dem i höst?

Helene Holmström

redaktör
kyrkporten@svenskakyrkan.se



Hon kallades ful, mager och jobbig. Men Caroline Winberg besegrade ungdomsårens ångest. I dag har toppmodellen mest sköna minnen från barndomens Sollentuna.

Text: **Petter Karlsson** kyrkporten@svenskakyrkan.se Foto: **David M. Benett**

CAROLINE

gillar att komma hem

Caroline Winbergs liv har alltid varit en berg-och-dalebanafärd.

I dag Sveriges mest välbetalda toppmodell. En gång den osedvanligt magra flickan som stod i kassan på Big Burger, spelade fotboll, bråkade med sin styvfar och hånglade i Edsbergsparken.

– Min biologiska pappa stack när jag bara var två månader och hörde av sig först 18 år senare. Mamma hade det så knapert att hon tog bussen till Danderyds sjukhus för att föda mig. Hon fick jobba på Ica under veckorna och på pensionärshemmet på helgerna för att få det att gå ihop. I dag förstår jag vilken underbar styvpappa jag hade turen att få, men länge hatade jag honom. Ställde ut hans skor utanför dörren och sa: ”Jag tycker du ska gå hem nu!”

Hon drar med handen genom Sollentunas mest fotograferade kalufs. Utstrålar numera babylycka, lugn och harmoni. Men inte ens Caroline Winberg har alltid haft ett självförtroende hugget i granit.

– I yngre tonåren var jag ofta ledsen. Grät mycket och var alltid olyckligt kär. I dag förstår jag att det nog hade mest med hormoner att göra och att de allra

“Det är fortfarande här i Sollentuna jag känner mig mest hemma”

flesta tonåringar känner sig udda och fula. Att det kan ta tid att gilla sitt eget utseende. Först i nian någons började det vända. När jag förstod att det gick att dra på sig en massa smink. Dölja det värsta.

Vad drömde du om för framtid?

– Jag ville bli sportreporter, för då kunde man få åka till VM och referera matcher. Eller förbundskapten i fotboll. Fast i själva verket gick jag på naturprogrammet och var på väg att bli civilekonom. Då skulle man få ett bra och välbetalt jobb, sas det. Jag var en vanlig, typiskt tråkig tonåring.

Tills hon upptäcktes av en modiefotograf på tunnelbanan, vill säga. 15 år senare får Caroline Winberg 120 000 kronor om dagen för att låta sig plåtas i behå och underbyxor för Dolce & Gabbana. Bor med sambo och barn i glödhetare London efter tolv år på ännu glödhetare Manhattan.

– Men det är fortfarande här i Sollentuna jag känner mig mest hemma. Jag brukar jämföra min barndom med kidsen i New York, de kan ju inte gå någonsans. Oss körde mamma ut när hon skulle städa, låste ytterdörren och så fick man trilla runt bäst man ville.

Är det bra att ha haft ett ”riktigt” jobb innan man blir fotomodell?

– Ja, att ha kommit hem från jobbet och luktat som en fritös gör att jag har en idé om hur det där ”verkliga” livet ser ut. Det gör mig tacksam för det jobb jag har. Jag gnäller inte om jag måste ligga på ett isflak på Island iförd högklackat och chiffongklänning...

En tuff 31-åring i lyxförpackning, utan tvekan. Men också med ena Zara-stöveln stadigt parkerad i den svenska folkhemsmyllan. Gillar att komma hem till barndomskvarteren och spela kort med syrrorna, äta mammas mat, kolla svenska kriminalfilmer, heja på frissan och promenera runt Edsviken.

Kanske för att hon vet att glamour inte nödvändigtvis är detsamma som ett lyckligt liv. I sitt sommarprogram 2014 visade hon sig både naken och osminkad.

Om ett modelljobb i en kåkstad i Kapstaden:

– När jag hörde barnens berättelser var jag tvungen att gå åt sidan och gråta. De var misshandlade och våldtagna, levde utan rinnande vatten, med alkoholiserade föräldrar. Det kan låta klyschigt, men alla stora jobb och pengar i världen spelar ingen roll när man får en kram och ett leende av de här barnen.

Om hur hon en natt för några år sedan vaknade av att hela kroppen skakade:

– Jag blev livrädd och började gråta. Ju mer upprörd jag blev, desto mer skakade jag. Under några minuter trodde jag att jag skulle dö. Till slut konstaterade läkarna att jag led av utmattning och svår insomni.

I dag ger Caroline Winberg intryck av att vara en mer harmonisk person än någonsin. Blev för ett år sedan mamma till en liten Casper. Äter bra. Tränar flitigt.

Och njuter av att då och då komma hem till sin uppväxtmiljö:

– Det är roligare att komma hem nu när jag är äldre. När mamma och pappa inte kan ha så mycket åsikter om vad jag gör och inte gör, haha.

Så du kan gå ner i Sollentuna centrum osminkad?

– Jamen självklart. Jag går alltid utan smink hemma. Gillar att glida runt i mjukiskläder och bara slafs runt...

FOTNOT: Intervjun gjordes ursprungligen för magasinet Topphälsa.

Namn: Caroline Winberg.

Född: 27 mars 1985 i Sollentuna.

Familj: Sambon Wynton Fauré, chef på flygbolaget Vistajet, och sonen Casper, 1. Mamma, styvpappa och fem systrar i Sverige.

Bor: I London.

Längd: 180 centimeter.

Hobby: Åka snowboard, surfa, spela kort.

Äter: Allt. ”Men visst, har jag ett stort jobb nästa dag, så kanske jag inte sätter i mig en jättestor pasta kvällen innan.”

Tränar: Joggar och går på gym.

Svag punkt: Livrädd för sprutor.

Meriter: Har bland annat prytt tidningen Vogues omslag, gjort reklamkampanjer för Versace, Armani, Chloé, Valentino och Dolce & Gabbana, samt varit programledare för Top Model Sverige.



”Caroline döptes i Edsbergskyrkan i september 1985. Vi var även där på julaftons-gudstjänsten varje år de tio år vi bodde på Drevkarlstigen i Edsberg. Hon gick även på kyrkans barntimmar två gånger i veckan hos fröken Britt och vi var ofta på familjegudstjänsterna. Alla hennes fem syskon har döpts och gått i kyrkis i Edsbergskyrkan.”

Mamma Camilla Winberg berättar om familjen och kyrkan



Anna Sadath är på babycafé tillsammans med dottern Matilda, Matildas pappa och kusinen Linda Sadath som nyligen blivit mamma till Jasmine.

Babycafé för stora och små

Vill du träffa andra mammor, pappor och barn under föräldradigheten?

Babycaféet i Silverdal har öppet hela dagen på måndagar.

Text och foto: **Helene Holmström** kyrkporten@svenskakyrkan.se

Det är måndagmorgon. Det nyklippta gräset doftar sommar. Babycaféet startar klockan tio men redan en halvtimme innan står det fyra barnvagnar parkerade utanför Silverdalssalen.

En av dem som är på plats är **Anna Sadath** och dottern **Matilda**, 10 månader. Matildas storasyster, pappa och mammas kusin med nyfödda dotter är också här. Alla sitter vid ett bord i caféet och fikar. Barnen äter mellanmål.

Anna berättar att hon började röra sig ute bland folk redan när Matilda var tre månader. Hon är social och vill träffa andra föräldrar – inte sitta hemma hela dagarna. Barn mår bra av att gå på olika aktiviteter.

– Matilda tycker det är väldigt roligt med sången, ramsorna och att träffa andra människor.

På Babycaféet i Silverdalssalen uppskattar Anna den lugna och mysiga stämningen. Ett stort plus är lokalen som fungerar jättebra för både stora och små. Som småbarnsförälder behöver man inte känna att man är i vägen, utan det finns gott om utrymme.

– Vuxna kan sitta ned i soffan och prata medan barnen leker i mitten av rummet. Man ser barnen och de känner sig trygga.

Imse, vimse spindel

Att Matilda är lika social som sin mamma står klart. Hon tittar sig nyfiket omkring och ler när det blir dags för sångstund och alla samlas i en ring på golvmattan i lekrummet.

Pedagogen **Yvonne Müller** leder sången och sjunger. Alla är väldigt koncentrerade och försöker hänga med i rörelser och



– Det är trevligt att komma hit och framför allt kul för Rasmus som nu är 1,5 år och behöver stimulans, säger Fredrik Landin.

– Sången gynnar barnens språkutveckling, säger Yvonne Müller.

sångtext. Det blir Imse, vimse spindel, Bä, bä vita lamm och många andra barnsånger. Till sist tänder Yvonne dopljuset och ber.

Efter sångstunden fortsätter det fria umgänget. Trebarnspappan Fredrik sätter sig i soffan medan sonen Rasmus undersöker de nya leksakerna som finns på golvet.

– Småbarnstiden är fantastisk, det är en tid som inte kommer tillbaka. Mitt råd till väntande föräldrar är att inte göra upp för mycket planer, att ta dagen som den kommer. Det har åtminstone fungerat för oss. Hit kommer vi för den mysiga stämningens skull.

Mjukstart inför förskola

– Med personligt bemötande och öppen atmosfär sker fina möten, säger Yvonne. Föräldrar får tillfälle att prata om allt mellan himmel och jord. Babycaféet är också en naturlig plats att prata om och informera om dopet.

Yvonne berättar att det är bra för både vuxna och barnen att komma hit. Att sjunga tillsammans är viktigt för barnets språkutveckling, kroppsuppfattning och skapar naturlig anknytning mellan förälder och barn.

– Även om de yngsta barnen leker bredvid varandra, är det utvecklande att umgås med andra vuxna och barn. De kan i lugn och ro vidga sina gränser, med mamma eller pappa i samma rum. De blir insatta i ett större sammanhang. En liten mjukstart inför kommande inskolningar på förskola.

I höst kommer Svenska kyrkans Babycafé i Silverdal att ha öppet mellan kl. 09 – 15 på måndagar. På programmet står sång, fri lek och socialt umgänge.

– Fikat kostar 25 kronor, annars är det gratis. Det går bra att ta med egen lunch och värma här, säger Yvonne.

TIPS FÖR FÖRÄLDRALEDIGA

Babycafé med sångstund

Sångstund 10.45 och 13.45. Fika 25 kr.

Tid: Måndagar 09.00–15.00

Plats: Silverdalsalen

Babyrytmik med småbarnskafé

Hit kan du och ditt barn komma för babyrytmik, lek och fika. Syskon är välkomna.

Tid: Tisdagar 13.00–15.00

(start 13/9)

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Öppen förskola

För barn 0–5 år. Sångstund 10.00.

Tid: Torsdagar 9.00–12.00 (start 8/9)

Plats: Edsbergskyrkan

Öppen förskola

Träffar för föräldrar med barn 0–6 år, sångstund 10.00. Denna verksamhet passar bra för dig som har små barn med äldre syskon som är lediga på fredagar. Vi pysslar, tar del av bibelberättelser, sjunger, leker och fikar.

Tid: Fredagar 09.00–12.00

(start 16/9)

Plats: Gamla Rotebrokyrkan





DANIEL MENDOZA:

”Djupt inne i oss finns kärlek och

En nioåring som flydde våldets Latinamerika och växte upp med sju syskon, en oberäknelig mor och en misshandlande far. Det kunde ha slutat illa. Men grundaren av Good News Magazine valde en annan väg. Kärleken.

Text: **Birgitta Stolt** kyrkporten@svenskakyrkan.se Foto: **Pernilla Danielsson**

– Kärnan i allt jag gör handlar om kärlek, att välja med omsorg och respekt för allt liv. Jag har medvetet valt och kämpat för att vara allt annat än den pappa jag själv växte upp med, säger Daniel Mendoza.

Daniel Mendoza besöker Kummelby kyrka den 7 september i samband med att Alpha-kursen startar. Han är grundaren av Good News Magazine, en populär tidskrift som har 86 000 följare på facebook, men också känd författare och föreläsare.

I Kummelby kommer Daniel Mendoza att ge en föreläsning som tar utgångspunkt ur hans eget liv. Daniel föddes i Uruguay 1972, då landet styrdes av en brutal militärjunta och tortyr av politiska fångar var mer regel än undantag. Familjen flydde till Paraguay, sedan Brasilien, då våldet och oroligheterna blev för påtagliga.

1981 kom Daniel och familjen till Sverige där livet blev lugnare. Men allt våld och misshandeln de upplevt på gatorna och i det egna hemmet, hade skadat mor och barn djupt.

– Jag hade ett sådant hat inom mig. Jag lovade min mor och mig själv att växa upp och bli en stark man och vid 20 års ålder döda min pappa. Jag hade kämpat emot alla slag och all misshandel under åren. Men min far tog livet av sig när jag var 17 år, berättar Daniel.

Han hade utvecklat en förmåga under sin barndom att kunna läsa av stämningar och gester som kunde leda till utbrott hos

sin far. Men Daniel berättar hur han ändå försökte se godheten i sin pappa, locka fram den. Ibland nådde han fram. Det är bland annat detta han kommer att prata om i Kummelby kyrka.

– Mitt synsätt på livet handlar om kärlek. Godhet och kärlek finns i alla varelser på jorden. Mycket handlar om vad vi väljer, och vad vi gör med våra ord och handlingar.

Andra teman är optimism, framtidstro och vikten av de val man gör. Om människans och djurens rättigheter, barnuppfostran, papparollen och kärleken till oss själva och vår nästa.



Foto: Kim Dehlfen

SM i friidrott 2016

Svenska kyrkan Sollentuna var tillsammans med Stockholms stift stolta sponsorer av damernas häcklöpning vid friidrotts-SM i Sollentuna i slutet av augusti. Resultatet? Det visste vi inte när Kyrkporten gick till tryck veckan före, så läs mer om SM på vår hemsida.

Hösten i Sollentuna!

RIV UT
OCH
SPARA!

Konst • Kurser • Föreläsningar • Barn • Café • Mötesplatser • mm

Föreläsningar

Livets orättvisa och lidande – Golden Lions

Frukostmöte (20 kr) med Mats Selander från CredoAkademien. Mats är lärare och doktorand i etik och har även en masterexamen i religionsfilosofi. Han kommer att guida oss genom en av Gamla testamentets böcker som kan vara svår att förstå – Jobs bok – och bena ut varför en rättfärdig människa måste lida livets orättvisa och hur man kan bli upprättad.

Anmäl dig via info@goldenlions.se eller på anslagstavlan i Kummelby kyrka.

Tid: Lör 3/9 • 9.00–11.00

Plats: Kummelby kyrka

En extra plats i mitt hjärta

Tomas Ardenfors berättar om boken En extra plats i mitt hjärta – att ta hand om någon annans barn. I boken delar Thomas Ardenfors rakt och öppet med sig av sina erfarenheter av hur det är att vara familjehemspappa – vilka glädjeämnen och svårigheter som följer med ett barn som ofta haft en tuff förhistoria. Och hur man hanterar att barnet eventuellt flyttar. Ardenfors vill inspirera fler att öppna sina hem och sina hjärtan för ett utsatt barn. Författaren riktar sig till alla som vill veta mer om vad ett familjehem egentligen är.

Tid: Tor 29/9 • 19.00

Plats: Turebergskyrkan

Inspirationskväll med Malin Schulz

Malin är yogainstruktör och personlig tränare och kanske känner du igen hennes glada ansikte från en stor träningsanläggning här i Sollentuna. Samma Malin har också givit sjukdomen MS ett ansikte. Hon har själv drabbats av sjukdomen men vägrar ge upp kampen mot den. Vi samtalar om hennes liv och drömmar, hur det är att leva med MS och hur det var att bestiga Kili-manjaro. Hur är det att vara förälder och kroniskt sjuk, hur viktigt är det att ta hand om sig själv och sin kropp och hur i hela friden behåller hon sin positiva inställning till livet trots motgångar? Mingel med tilltugg från 18.30.

Anmälan: kummelby@svenskakyrkan.se.

Tid: Tis 4/10 • 19.00

Plats: Kummelby kyrka



Kurser

Introduktion Alpha med gästtalare Daniel Mendoza

Infokväll om kommande Alphakurs med föredrag, musik och mingel. Gästtalare Daniel Mendoza (*läs mer på sid 8*). Alpha – kursen om att utforska meningen med livet – startar 14/9 med det går bra att komma med 21/9 och 28/9. Läs mer och anmäl dig på församlingens hemsida.

Tid: Ons 7/9 • 18.30–20.30

Plats: Kummelby kyrka

Ut ur mörkret – bibelstudier om depressioner och hopp

Kursen vänder sig till dig som berörs av psykisk och känslomässig ohälsa, liksom för alla som vill förbättra sina kunskaper om ångest och depression. Kursledare: Gunnel Broberg socionom, leg psykoterapeut m fl
Info och anmälan: 072-724 32 20, gunnel.broberg@svenskakyrkan.se eller 073-788 29 65, sueochkjelldaven@gmail.com

Tid: Tor 22/9, 29/9, 13/10, 20/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11 • 18.00–20.00 samt lör 29/10 • 10.00–15.00

Plats: Turebergskyrkan

Bortom sorgen – en kurs om att bearbeta och leva med sorg och förlust

Under kursen får vi lära oss om sorg, reaktioner, myter och konkreta verktyg som kan hjälpa oss att gå vidare i livet. Kursen riktar sig till dig som förlorat en anhörig, vän, gått igenom skilsmässa/separation, drabbats av sjukdom, arbetslöshet, olycka osv.

Anmälan till kummelby@svenskakyrkan.se, ange "Bortom sorgen."

Kontakt: Linn Wågberg, linn.wagberg@svenskakyrkan.se, tfn 070-822 12 67.

Tid: Tor 22/9 (start), 29/9, 6/10, 13/10, 20/10 • 18.30

Plats: Kummelby kyrka

PREP- friskvårdskurs för par

En kurs i hur man bättre kommunicerar i en parrelation (*läs mer om kursen på sid 14-15*). Anmälan lisa.hofverberg@svenskakyrkan.se

Tid: Lör 1/10, 22/10

Plats: Turebergskyrkan



Ande kropp och själ

Hela dig

Friskvårdsprogram för hela människan med avspänning, qigonginspirerade rörelser och dans följt av bibelmeditation. Sedan gemensam lunch (40 kr för deltagare i Hela dig) för de som vill.

Tid: Ons (start 7/9) • 11.30

Plats: Turebergskyrkan

Miniretreat

Kyrkan är öppen och du kan komma och gå som du vill. Retreaten innehåller tystnad, meditation i ord och musik. Avspänning, läsning, skapande, enskilt samtal och kort sittande massage.

Tid: Lör 10/9 och 8/10

• 14.00–17.00

Plats: Turebergskyrkan

Må-bra-kör

Visste du att sång är en form av friskvård? Kom och sjung på lunchen, i en kör där alla är välkomna.

Tid: Torsdagar (start 15/9) 12.30

Plats: Turebergskyrkan



Följ med på retreat i Sunnanskog, Vallentuna.

Retreat med övernattning

Ibland kan vi behöva andrum, stilla platser dit vardagens stress och brus inte når. Att dela en kravlös gemenskap i tystnad och stillhet kan öppna för ett möte med mig själv, andra människor och Gud. Välkommen till en övernattningsretreat i Frösunda. Du får möjlighet till återhämtning, vila och reflektion. Retreaten innehåller bland annat avspänning, meditation i ord och musik, skapande, läsning, enskilda samtal. I anslutning till retreatgården finns

möjlighet till promenader i vacker miljö. Boende i dubbelrum, begränsat antal enkelrum.

Tid: 18–19/11

Plats: Sunnanskog, vid Frösunda kyrka i Vallentuna
Kostnad: 650 kr (i priset ingår boende och måltider) + ev resekostnader.

Retreatledare: Thomas Ericson och Marie Löfgren.
Frågor och anmälan: 505 513 10 eller marie.lofgren@svenskakyrkan.se.
Anmälan, som är bindande, senast den 3/10. Begränsat antal platser.

Pilgrimsvandringar

Stjärnvandring ca 15 km

Församlingar från många delar av stiftet vandrar denna dag till en gemensam pilgrimsmässa i Jakobs kyrka. Därav namnet stjärnvandring. Mässan slutar ca 16.30. Vi vandrar utmed Edsvikens strand genom Ulriksdals trädgård vidare mot Bergshamra. Fortsätter utmed Brunnsvikens strand mot Bergianska trädgården och in mot stan. Vi tar oss hem med kollektivtrafiken. Ta med matsäck och vatten för dagen.

Soppa finns till självkostnadspris efter mässan.

Anmälan senast 17/9

Tid: Sön 18/9 • 9.00

Plats: Start vid Silverdalskapellets parkering

Retreat i rörelse

En resa till Vadstena där vi vandrar delar av Klosterleden.

Tid: 30/9–2/10

Kontakt/anmälan pilgrimsvandringar: 070-781 95 55 eller katharina.wolferixon@svenskakyrkan.se.

Musik

The Lord loves a laughing man

Musikgudstjänst som avslutning på Stjärnholmslägret för gamla barn- och ungdomskörkorister. Alla gamla "Stjärnholmare" är speciellt välkomna! Hanna Holmlund, präst.

Tid: Sön 11/9 • 16.00

Plats: Edsbergskyrkan

Galakonsert för Nepal

Konsert till förmån för barnen på barnhemmet New Blossom Childrens Home i Nepal. Kom och njut av en rad artister som ställer upp för att samla in pengar till bygget av det nya barnhemmet.

Tid: Lör 1/10 • 18.30

Plats: Kummelby kyrka

Musikalen Liv och Fred

Barnkörer från Svenska kyrkan Sollentuna och delur Kyrkokören. Kjell Dellert.

Tid: Sön 9/10 • 11.00

Plats: Edsbergskyrkan

Musik i Kummelby

Stråkkvartett

Tid: Lör 15/10 • 15.00

Plats: Kummelby kyrka



Sjung i kör

Församlingen har många olika körer för såväl vuxna, ungdomar som barn. Körer för dig som har mera sångvana och dig som är nybörjare. På vår hemsida hittar du mer info om vårt utbud. Körsång har bevisade hälsoeffekter och ger ett tillfälle till umgänge. Det finns en fantastisk skatt av kyrkmusik, gospel och annan musik i församlingen.



Var dag
med Gud

Du är väl medlem i Svenska kyrkan?

Om inte, hör av dig så ordnar vi det!
sollentunaforsamling@svenskakyrkan.se
Läs mer på svenskakyrkan.se/sollentuna

Barn och familj

Babycafé med sångstund

Sångstund 10.45 och 13.45. Fika 25 kr.

Tid: Måndagar 9.00–15.00

Plats: Silverdalssalen

Babyrytmik med småbarnskafé

Hit kan du och ditt barn komma för babyrytmik, lek och fika.

Babyrytmiken startar 13.00. Syskon är välkomna.

Tid: Tisdagar (start 13/9) 13.00–15.00

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Onsdagshäng

För dig mellan 9 – 13 år. Pingis, biljard, spel och möjlighet till läsläsning. Mellis 10 kr per gång eller 100 kr/termin.

Tid: Onsdagar (start 7/9) 14.00–18.30

Plats: S:t Larsgårdens källare

Onsdagsöppet

Vi serverar en enkel kvällsmåltid till självkostnadspris 30 kr/vuxen, 15 kr/barn under 15 år, familj max 100 kr. Pyssehörna för alla som har lust. Lekrum för de minsta. Familjeandakt 18.20.

Tid: Onsdagar (start 7/9) 16.30–18.15

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Full fart

På onsdagar är det fullt med barn i Edsbergskyrkan som vill sjunga, skapa, baka och som är nyfikna på Bibeln. Kommer du direkt från skolan serveras ett enkelt mellanmål från 16.00. Kan kombineras med körerna.

Tid: Onsdagar (start 7/9) 6–8 år 17.45–18.30,

9–12 år 17.00–17.45

Plats: Edsbergskyrkan

Öppen förskola

För barn 0–5 år. Sångstund 10.00.

Tid: Torsdagar (start 8/9) 9.00–12.00

Plats: Edsbergskyrkan



Öppen förskola

Träffar för föräldrar med barn 0–6 år, sångstund 10.00.

Denna verksamhet passar särskilt bra för dig som har äldre syskon som är lediga på fredagar. Vi pysslar, tar del av bibelberättelser, sjunger, leker och fikar.

Tid: Fredagar (start 16/9) 9.00–12.00

Plats: Gamla Rotebrokyrkan

Vändom

Öppen självhjälpgrupp angående beroende och medberoende, 12-stegsmodellen.

Kontakt: Pelle Holmqvist, tfn 072-4203 907 och Calle Lundin, tfn 073-0949 390.

Tid: Måndagar (5/9 start) 14.00

Plats: Kummelby kyrka



Ungdom + 13

Ungdomsgrupp

Vi träffas ojämnta veckor.

Tid: Tisdagar (start 13/9)

19.00

Plats: Edsbergskyrkan

Onsdagshäng

För dig mellan 9 – 13 år. Pingis, biljard, spel och möjlighet till läsläsning. Mellis 10 kr per gång eller 100 kr/termin.

Tid: Onsdagar (start 7/9)

14.00–18.30

Plats: S:t Larsgårdens

källare

Källan

14.00–19.00 öppen mötesplats där du kan komma och spela biljard, pyssla, fika eller göra läxor. 19.00–22.00 Fika, andakt, aktiviteter.

Kontakt: Suzanne Wallön, tfn 070-7200 566, Andreas Salé, tfn 070-4599 510.

Tid: Onsdagar (start 7/9)

14.00–22.00

Plats: Turebergskyrkan

Ungdomshäng

Håll dig uppdaterad på [facebook.com/kummelby-ungdom](https://www.facebook.com/kummelby-ungdom).

Tid: Fredagar 18.00–24.00

Plats: Kummelby kyrka

Sinnes

En kväll för dig från 16 år och uppåt. Vi gymmar, äter, pratar och har en gemensam andakt. Vi avslutar ca 23.00. Ingen anmälan, ingen kostnad.

Tid: Lör 10/9, 24/9

och 8/10 • 17.00–23.00

Plats: S:t Larsgården vid

Sollentuna kyrka

Juniorhäng

Öppen verksamhet för barn (7–13 år) och deras förälder i Kummelby kyrka. Vi börjar med pizza, mjölk och frukt (20 kr/pers). Stående aktiviteter är pingis, bordshockey, wii-spel, skapande hörna mm. Vi avslutar med bus och bön i kyrkan. Ibland har vi disko, film och Minecraft laan.

Tid: Fre 2/9, 23/9, 14/10 • 16.00–18.00

Plats: Kummelby kyrka

Ensamstående föräldrar

Kvällen börjar med enkel mat. Samtal i soffan om det som berör. Lek och skapande för barnen.

Tid: Tis 6/9, 11/10 • 17.30

Plats: Kummelby kyrka

Mat och Bak i Edsbergskyrkan

Vi lagar mat och bakar. Avslut i kyrkan. Från 9 år.

Tid: Tor 8/9, 29/9 • 17.00

Plats: Edsbergskyrkan

Lugn lördag

En lugn förmiddag för hela familjen. Tema: Öken och bekymmerslöshet. 10.00 Brunch. 11.00 Film och pyssel för de mindre. De äldre kan välja mellan miniretreat eller ett samtal utifrån dagens tema. 12.30 Vi avslutar med andakt.

Anmälan Jessica Holmgren, tfn 08-505 514 13.

Tid: Lör 24/9, 29/10, 26/11 • 10.00–13.00

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Make & Remake

Skapande verkstad där vi syr saker av nya och återanvända textilier. Det vi tillverkar säljs och intäkterna går till Svenska kyrkans internationella arbete i Rumänien.

Tid: Måndagar 5/9, 19/9, 3/10, 17/10 18.00,

torsdagar 9.30 (varje vecka)

Plats: Kummelby kyrka



Café och mötesplatser

Café Blå i Turebergskyrkan

Tisdagar • 12.00–14.00, smörgåsar

Onsdagar–torsdagar • 11.00–15.00 och

fredagar • 11.00–14.00, hembakat kaffebröd, smörgåsar, soppa serveras 11.30–13.30

Torsdagar • 17.00–18.30, enkel förtäring

Café Blå stängt 1/9.

Samtal i S:t Lars

Hur kan vi ha gemenskap med varandra efter att söndagens gudstjänst är över? Vi träffas för att dela våra liv och vår tro tillsammans. Vi fikar, samtalar, sjunger och ber.

Tid: Måndagar 18.00 (start 5/9), jämna veckor

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka.

Tisdagscafé

Vi fikar, pratar, spelar pingis och biljard. Träffarna har öppet hus, kom och gå som det passar dig.

Tid: Tisdagar 11.00–13.00

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Öppen onsdag

11.30 Mässa med efterföljande sopplunch. 13.00 Stickcafé/ Skaparhörna- delta genom att bara vara, handarbete, måla akvarell eller på porslin/trä.

Tid: Onsdagar (start 7/9) 11.30–15.00

Plats: Edsbergskyrkan

Stickcafé med eftertanke

Vi handarbetar och trivs tillsammans över en kvällsfika med eftertanke. Vill du bara dela gemenskapen är du lika välkommen och vill du lära dig sticka hjälper vi dig att komma igång.

Tid: Tor 1/9, 6/10 • 18.30

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka

Språkcafé – drop in för nyanlända

Är du ny i Sverige? Vill du lära dig svenska? På språkcaféet kan du som inte har svenska som modersmål öva svenska språket genom att tala och umgås med våra volontärer.

Tid: Fredagar (start 9/9) 14.00–16.00

Plats: Café Blå i Turebergskyrkan

Mat, mässa och möte

Torsdagskvällar i Turebergskyrkan

Vi äter ihop, firar mässa ihop och har möten ihop med olika teman för olika datum. Man kan komma och gå som man vill.

Mat: Torsdagar (start 8/9) 17.00–18.30.

Enklare förtäring finns att köpa i Café Blå.

Mässa: 18.30 **Möte:** 19.00–20.30

Zen-inspirerad meditation

Tystnad för att finna stillhet, ro och balans. Meditationen utförs både sittande och gående.

Tid: Tor 8/9, 22/9, 13/10 • 19.00

Plats: Turebergskyrkan

Var dag med Gud

Vi lyssnar till ett bibelord och delar våra tankar om hur det kan ha betydelse just i mitt liv.

Tid: Tor 15/9, 6/10, 20/10 • 19.00

Plats: Turebergskyrkan

Konst

Torsten Renqvist utställning i Sollentuna kyrka

Sollentuna kyrkas Konst och Kultur har äran att presentera en utställning av skulptören Torsten Renqvist som postumt visar sin utställning Ordet. Hans verk har sedan debuten hela tiden uppfattats som ett vitalt och egensinnigt alternativ till omgivande strömningar. Det har sagts om Gunnar Ekelöf att han uppnådde sin centrala position genom ständiga förflyttningar i periferin. Paradoxen kunde också gälla för outsidersn Torsten Renqvists speciella ställning. Hans måleri och grafik och senare skulptur har stått centralt i samtida svensk konst.



Vernissage: Söndag 25/9 12.00 i Sollentuna kyrka och S:t Larsgården

Tid: Utställningen pågår 25/9–25/10.

Sorg

Sorgegrupp

Sorgegruppen vänder sig främst till dig som mist en nära anhörig, make/maka, partner eller sambo. I gruppen får du möjlighet att bearbeta din sorg, få stöd och redskap att hantera sorgen. Information: Diakon Petra Hellström, 08-505 514 74, petra.hellstrom@svenskakyrkan.se.

Informationsmöte om höstens sorggrupp

Efter introduktionen träffas vi sex gånger under hösten. Kontakt: Lilijana Berg, 08-505 551 362.

Tid: Tis 13/9 • 17.00–18.30

Plats: Turebergskyrkan

”Stöd för familjer i sorg”

För er som mist en partner och förälder. Vi träffas 16.30 och äter middag tillsammans. Efter middagen delar vi upp oss lite. Det finns det en sorggrupp för vuxna som mist en partner och en grupp för barn som mist en förälder. Frågor/anmälningar: Jessica Holmgren, 08-505 514 13, jessica.holmgren@svenskakyrkan.se

Tid: Start tis 11/9 • 16.30 (totalt åtta träffar)

Plats: Sollentuna kyrka

Sorgenätverk – Livet och sorgen

Öppna träffar (fyra totalt) för dig som sörjer. Vi fikar och samtalar tillsammans.

Kom en stund eller var med hela tiden.

Frågor: Jessica Holmgren, 08-505 514 13, jessica.holmgren@svenskakyrkan.se

Tid: Tis 20/9, 18/10 • 14.00

Plats: Sollentuna kyrka

HITTA TILL KYRKAN

Sollentuna kyrka

Kyrkvägen 2

S:t Larsgården

Prästgårdsvägen 4

Sollentuna kyrkogård

Johan Berndes väg 1

Edsbergskyrkan

Kaplansbacken 2

Kummelby kyrka

Sollentunavägen 83

Turebergskyrkan

Sköldvägen 12B

S:t Eriks kyrka

Utsiktsvägen 8

Församlingshuset

Sköldvägen 10

Silverdalskapellet,

Silverdalsalen,

Silverdals griftegård

Sollentunavägen 19

Stillhetens kapell

Johan Berndes väg 1

Rotebrokyrkan

Ytterbyvägen 4

Pingstkyrkan

Sollentunavägen 193

Missionskyrkan

Kapellvägen 2

Helanelundskyrkan

Sollentunavägen 74

Läs mer på

www.svenskakyrkan.se/sollentuna

Sollentuna

Tfn: 08-505 513 00

Gudstjänster

EDSBERGSKYRKAN

Veckomässa ons 11.30

Sön 4/9 • 11.00

Mässa, Höstupptakt, diakonins dag, Per Setterhall, Välkomnande av distriktets nya präst Hanna Holmlund Sångglädje, Stella Cantica Fredrik Lundqvist, dirigent

Sön 11/9 • 11.00

Mässa
Hanna Holmlund, Mon coeur

Sön 11/9 • 16.00

The Lord loves a laughing man
Hanna Holmlund, Musikgudstjänst som avslutning på Stjärnholmsläget (läs mer på sid 16).

Tis 13/9 • 18.00

Kvällsmässa
Hanna Holmlund

Sön 18/9 • 11.00

Familjegudstjänst i Oxstallet – Edsbacka marknad
Kjell Dellert, Barnkören och del av Kyrkokören

Sön 25/9 • 11.00

Mässa
Per Setterhall, Sångglädje

Sön 2/10 • 11.00

Temagudstjänst
Hanna Holmlund, Stella Cantica

Tor 6/10 • 10.00

Småbarnsgudstjänst
Kjell Dellert

Sön 9/10 • 11.00

Musikalen Liv och Fred
Kjell Dellert, Barnkörer från Svenska kyrkan Sollentuna och del ur Kyrkokören

Tis 11/10 • 18.00

Kvällsmässa
Hanna Holmlund

Sön 16/10 • 11.00

Mässa
Per Setterhall

KUMMELBY KYRKA

Bön tis 10.00 och fre 8.30

Veckomässa ons 7.00

Söndagsskola sön 10.00

Sön 4/9 • 10.00

Mässa
Anders Lennse, Kyrkokören

Sön 4/9 • 18.00

Mässa
Anders Lennse

Sön 11/9 • 10.00

Mässa
Maja Holmberg, Kummelby Gospel

Sön 11/9 • 18.00

Mässa
Maja Holmberg

Sön 18/9 • 10.00

Mässa, Anders Lennse

Sön 18/9 • 18.00

Mässa, Anders Lennse

Sön 25/9 • 10.00

Mässa
William Grönroos
Minikören, Diskantkören

Sön 25/9 • 18.00

Mässa
William Grönroos

Sön 2/10 • 10.00

Mässa
Maja Holmberg, Lovsångsgrp

Sön 2/10 • 18.00

Mässa, Maja Holmberg

Sön 9/10

OBS! Sammanlyst till Turebergskyrkan 15.00

Sön 9/10 • 18.00

Mässa, Anders Lennse. Liv och fred. En musikal i skapelsens tecken. Ceciliakören, Juniorgospel och Sångkompaniet.

Sön 16/10 • 10.00

Mässa, William Grönroos, Lovsångsgrp, Minikören, Diskantkören

Sön 16/10 • 18.00

Mässa, William Grönroos

SOLLENTUNA KYRKA

Veckomässa tor 18.30

Morgonbön fre 8.30

Sön 4/9 • 11.00

Upptaktsmässa för alla åldrar.
Lisa Åslund, Söndagsskola. Spontankör – alla som vill är välkomna att vara med och sjunga! Övning 9.30 i kyrkan. Frågor? Kontakta Elisabet Wimark, tfn 073-6506 559.

Sön 11/9 • 11.00

Mässa
Monika Rohdin
Motettkören medverkar

Sön 18/9 • 11.00

Mässa
Staffan Stadell

Lör 24/9 • 19.30

Sinnesrogudstjänst, tema: Göra upp
Jessica Holmgren
Mat från 18.30 i S:t Larsgården

Sön 25/9 • 11.00

Mässa
Jessica Holmgren

Sön 2/10 • 11.00

Barnens gudstjänst
Lisa Åslund
Treklangen

Sön 9/10 • 11.00

Mässa
Monika Rohdin
Motettkören

Sön 16/10 • 11.00

Mässa
Jessica Holmgren
Happy voices
Fika innan gudstjänsten från 15.30.

TUREBERGSKYRKAN

Morgonbön 8.45 tis-fre

Lunchmässa tis 12.30

Torsdagsmässa tor 18.30

Sön 4/9 • 15.00

Höstupptakt – Mässa
Erik Olebark Ringheim
Turebergs kyrkokör

Sön 11/9 • 15.00

Mässa
Göran Hansson

Sön 18/9 • 15.00

Mässa
Lilijana Berg
Sollentuna gospel

Sön 25/9 • 15.00

Gudstjänst
Erik Olebark Ringheim
Juniorgospel och deltagare från körläget

Sön 2/10 • 15.00

Mässa
Robert Thysell
Lillgospel och Turebergs kyrkokör

Sön 9/10 • 15.00

Mässa/Miljögudstjänst
Fredrik Hamrén
Sollentuna Gospel

Sön 16/10 • 15.00

Mässa
Lilijana Berg

Med reservation för ändringar. Kyrkportens pressläggningstid är lång. Kolla gärna eventuella ändringar www.svenskakyrkan.se/sollentuna.

Tips: Ladda ner appen Kyrkguiden för information om andakter/gudstjänster/mässor i din telefon.



Höststart!

Söndag 4/9 är det höstupptakt med gudstjänster i alla kyrkorna och så startar höstterminen.



FRISKVÅRDSKURS FÖR PAR

”För att klara av de svåra åren måste man bygga depåer”

För många är just sommarsemestern tiden då allt ska hända. Man har sparar, planerat och längtat. Och så blev det inte som man tänkt sig. Svärmor kom till landet och stannade i en evighet. Mannen spelade golf nästan hela tiden och barnen satt vid sina skärmar medan regnet öste ned. Frustrerad återvänder du till jobbet med frågan: Hur ska jag orka med mitt äktenskap och liv nu?

Text: **Birgitta Stolt** kyrkporten@svenskakyrkan.se



När skolor och jobb dragit igång och höstfärgerna rent ut sagt exploderar, då brukar även antalet skilsmäsoansökningar trilla in till tingsrätten. Sommarsemestern blev liksom droppen.

Mario Silva är familjerådgivare och leg psykoterapeut i Svenska kyrkan Sollentuna. Han betonar vikten av att kommunicera sina behov, till sin partner.

– Vi har alla behov av att kompensera. Till exempel har du ett arbete där du sitter och samtalar hela dagarna med folk, så kanske inte det första du längtar efter när du kommer hem är att sitta och lyssna på vad din partner har för djupgående behov. Jag brukar använda metaforen av en mobiltelefon. Vi är som mobiltelefoner av olika märken, och med tillhörande laddare. Det finns dagar när man kommer hem och känner sig totalt urladdad. För att ladda dina batterier kanske du behöver ligga i hängmattan med en bok, medan den andra

behöver spela golf, eller göra något helt annat. Och där behöver vi respektera varandras olika grundläggande behov. Det vill säga, rätten att ladda batterierna med egen laddare och utifrån hur jag själv definierar mina egna behov.

Finns det något konkret man kan göra för relationen när man inte fått den energi och påfyllnad man hoppats på under sommaren?

– I Bibeln så talade Faraos om en dröm där han såg sju feta kor och sju magra kor. Det handlade om de år som skulle komma. Så för att klara av våra svåra år, så måste vi bygga depåer. Man behöver gå tillbaka och fråga sig: ”Varför valde jag den här personen?” ”Vad var det jag blev kär i?” För under småbarnsåren, när två blir tre, och fyra så är det lätt att tappa bort varandra. Men det är viktigt att vi då försöker sätta oss in i den andres behov, och inte bara fokusera på oss själva, och våra egna behov.

I höst kommer **Mario Silva** och diakon **Lisa Hofverberg** att hålla i en friskvårdskurs för par: Heterosexuella, så väl som samkönade, nygifta eller dem som varit gifta i 40 år. För dem som har en tro, och dem som inte har en tro. Dem som bor i Sollentuna, och dem som bor på andra platser. De kallar kursen prep-kurs och den är kostnadsfri, men maten betalar man själv till självkostnadspris. Kursen kommer att äga rum under två lördagar, 1 och 22 oktober i Turebergskyrkan i Sollentuna. Övriga frågor om kursen samt anmälan gör ni till: lisa.hofverberg@svenskakyrkan.se

Ni kan även anmäla er på Sensus hemsida: www.sensus.se

– Det är ett väldigt bra tillfälle att ta sig tid och fokusera på sig själv och sin partner. Under årens lopp i ett förhållande har man förlorat en del, men man har också vunnit en hel del.

Läs mer om prep-kursen: www.sensus.se/prep

De fick verktyg att bygga något hållbart

Sine Ejning och Oscar Tjärnberg har båda erfarenhet av en separation och vet att man måste jobba på relationen för att den ska hålla.

Text: **Birgitta Stolt**

Sine och **Oscar** är sambos och har varit tillsammans i 3,5 år. De har ett gemensamt barn och två bonusbarn. De gick prep-kursen i våras och fick flera konkreta verktyg som de nu använder sig av i sin vardag.

Vad tyckte ni om kursen?

– Jättebra. Kursen var i förebyggande syfte. Inte som en parterapi när man nästan står inför en skilsmässa. Vi fick bland annat lära oss om kärlekens fem språk. Att alla har olika sätt att visa kärlek. Exempelvis så önskar jag mer tid med Oscar, medan han känner

sig älskad om jag gör olika saker, som att exempelvis tömma diskmaskinen, tanka bilen eller göra något bankärende.

På vilket sätt hjälpte kursen er relation?

– Vi fick ett häfte som vi arbetade utifrån under kurstillfällena. Kursen blev skraddarsydd i och med att alla par fick sitta på tu man hand med sin partner i sju timmar, vid två tillfällen. Vi tog en del konkreta beslut, som att exempelvis ha en mobilfri kväll i veckan.

Skulle du rekommendera kursen till några vänner?

– Absolut!

Oscar och Sine fick lära sig kärlekens fem språk på prep-kursen.





Församlingens körläger på Stjärnholms slott blev snabbt populära. Här är ett foto från sommaren 1979.

Körsångare återupplivar läger på Stjärnholms slott

Text: **Petter Karlsson** Foto: **Svenska kyrkan Sollentunas arkiv**

De har inte längre kvar sina späda barnröster. Men de har aldrig kunnat sluta sjunga. I september ska 60 körsångare återuppleva ungdomens lägersomrar på Stjärnholms slott.

En jobbar som skådespelare på Stadsteatern, en blev jazzpedagog i Sydafrika och en fick sjunga ut i Så ska det låta.

För bättre plantskola än körläget i Stjärnholms slott är svårt att hitta.

–Det var fantastiskt att se hur de här barnen utvecklades. Några hade aldrig ens sovit bor-

ta förut. I slutet av veckan stod de inför sina mammor och pappor och sjöng avancerade körverk som Rejoice in the lord always, minns organisten **Birgitta Höök Seuffert** som för 40 år sedan drog igång de sommarläger som än i dag ger efterklang.

I mitten av 70-talet dirigerade hon flickkörerna i Kummelby

kyrka och Sollentuna kyrka. Tillsammans med kollegan **Kurt Romberg**, som i sin tur hade tre gosskör, beslöt hon att förlänga säsongen för sina sångare.

Det blev omedelbar succé. 90 deltagare första året nådde snabbt 120, som ansågs vara slottets maxkapacitet.

– Men anmälningarna fortsatte att droppa in. Vi löste det genom att trycka in luftmadrasser på golven.

Fantastisk gemenskap

Dagarna flöt snabbt. Klockan åtta var det väckning. Efter frukost följde ett rejält körpass. På eftermiddagen fanns det tid för bad, lekar, brännboll och fotboll. Sedan var det åter dags att sjunga ett par timmar.

– Första åren hade vi så mycket aktiviteter att barnen kom flämtande och frågade: ”Kan vi inte få vara lite lediga också?” Men samtidigt klagade ingen över själva sjungandet.

En egen kiosk som sålde billigt godis. På avslutningskvällen show och disco. Ibland besök av proffs som **Cyndee Peters**. Och så – givetvis – sedvanligt smygande nattetid mellan de olika logementen, med eller utan ledarnas goda minne.

– Eftersom åldersspannet var så brett, var det lite olika när man skulle få barnen i säng. Men alla uppförde sig hemskt bra. Jag minns hur de äldre gick och bar på de yngre. Gemenskapen i gänget var fantastisk.

Stort gensvar

Och nu har det alltså gått fyra decennier. Späda småflickor har förvandlats till yrkesarbetande kvinnor, ljusa gossosopraner till mullrande basar. När några av de forna lägerdeltagarna beslöt att starta en Facebookgrupp, kom gensvaret direkt. Resultatet blev ett lägerekö, som alltså genomförs helgen 10–11 september – med avslutning i Edsbergskyrkan klockan 16.00 på söndagen.

– Några är till och med så sugna att träffas att de anländer till Stjärnholms slott redan på fredagskvällen. Självt tycker jag det

“Första åren hade vi så mycket aktiviteter att barnen kom flämtande och frågade: Kan vi inte få vara lite lediga också?”

roligaste kanske blir att se hur många som faktiskt fortsatt med sjungandet.

Ty att körlägren sådde frön för framtiden är tveklöst. Bland de forna lägerdeltagarna fanns bland andra skådespelerskan **Malin Arvidsson**, som nyligen spelade huvudrollen i Arne Dahls deckare i SVT. Hon intygar att somrarna på 1700-talslottet betydde mycket för hennes yrkesval.

Detsamma gäller kollegan **Anders Berg**, idag anställd på Stadsteatern, regissören **Jesper Berglund**, kyrkomusikern **Åsa Schmidt** (som då hette Blom), **Anna Höglund** som blev jazzpedagog i Pretoria, och journalisten **Martin Vårdstedt** som varit körsångare på Folkoperan och redaktör för Kobra på SVT.

Ej att förglömma arkitekturhistorikern **Martin Rörby**, som nästan kan sägas inledde sin karriär med att, knappt ett notställ hög, guida sina lägerkamrater runt i Stjärnholms slottssalar.

Även forna lägerledare har visat intresse att delta, men den här gången lär ingen av dem behöva jaga någon i säng.

Och några luftmadrasser på golven lär heller inte vara aktuella. Det räcker gott med luft i lungorna.

Stjärnholm. Slottet har djupa musikaliska traditioner. Första slottsherren hette Johan Silfverstierna – en före detta torparson som föddes Månsson 1604 och fick chansen att studera för att hustrun till en rik guldsmed ansåg att hans sång lindrade hennes plågor, när hon låg i barnsäng. Nuvarande slottsbyggnaden stod klar 1748 och Stjärnholm blev stiftsgård 1946.



DIAKONENS RÖST

Det pratas mycket om psykisk ohälsa omkring oss nu. Det sägs att psykisk ohälsa av olika slag är det vanligaste hälsoproblemet i Sverige. Även om symtomen varierar händer det något med vår självkänsla och identitet när livet inte blir som vi tänkt oss med familj och jobb. Livet förändras och blir annorlunda.

Som diakon möter jag människor som behöver någon som går bredvid och stöttar under en tid. Någon som kan trösta när livet blir svårt och skrattar när livet börjar kännas lite lättare igen. Jag brukar i samtal betona vikten av att det är lika viktigt att ta hand om och vårda själen som vår kropp. Vi matas av mycket reklam runt omkring oss som talar om vad vi ska äta och hur viktigt det är att röra på sig men sällan pratar vi om att själen också behöver sitt. Jag brukar be människor tänka på, hur gör jag för att må bra i mitt innersta, i min själ? Har jag människor omkring mig som jag kan prata med? Har jag platser och tillfällen där jag kan stanna upp och just hitta in i mitt innersta rum. Törs jag? Vill jag? Vi behöver alla få känna oss älskade, behövda och omslutna av andra. När vi ger varandra kärlek så blir det liv sägs det.

Det är tuft för många av oss och då tänker jag särskilt på alla ensamma föräldrar som gör allt för att få leva som alla andra familjer. Det kostar på.

Jag minns så väl en ensamstående mamma med sina tre små barn jag mötte på bussen hem från jobbet för ca 25 år sen. Det var precis i början på sommarlovet. Vi började prata om lite av varje och rätt som det var sa hon: Vad ska man göra en hel sommar med tre barn bland asfalt och betong? Jag svarade utan att tänka: Du kan hyra min lilla stuga vid havet. Så blev det och flera år efter det. Jag fick en vän för livet, och vi har funnits för varandra i vått och torrt. Tillfälligheterna gör det om vi vågar dela med oss av det vi kan. Våga vara lite galen och obekvämt för att göra livet lite enklare för någon. Livet förändras och blir lite annorlunda för både den som behöver min hjälp och för mig som vill göra något.



–Församlingen håller på med en uppdatering av registret och behöver därför komma i kontakt med gravrättsinnehavare, förklarar Rose-Marie Thorén.

850

GRAVRÄTTSS- INNEHAVARE SÖKES

Bli inte förvånad om du ser en grön skylt på den grav du besöker. Församlingen letar efter gravrättsinnehavare.

Text och foto: **Helene Holmström** kyrkporten@svenskakyrkan.se

På Sollentuna kyrkogård finns 850 gravar som saknar angivna gravrättsinnehavare, någon som ansvarar och tar hand om dem. Sedan början av sommaren står det gröna skyltar på de berörda gravarna med ett telefonnummer och en uppmaning att kontakta kyrkogårdsförvaltningen.

– Den som har en släkting eller nära anhörig som är begravd i Sollentuna, och har en grön skylt på sin grav får gärna höra av sig till oss, säger **Rose-Marie Thorén**, förman på kyrkogården.

Det kan vara så att den som står som innehavare har gått bort och ingen ny efterträdare har registrerats i registret.

– Vi vill ha kontakt av flera olika orsaker. I vissa fall vill vi upplysa om att gravrättstiden på



25 år har gått ut. Då kanske det är dags att förlänga den. Ibland behöver vi komplettera med adress eller andra uppgifter. Det bör även finnas en person vi kan kontakta i frågor som gäller exempelvis gravstenen.

Församlingen är skyldig att ha ett register över vem som är gravrättsinnehavare. De gröna skyltarna kommer att stå kvar i två år.

– Om vi inte får tag på gravrättsinnehavaren, tar kyrkogårdsutskottet ett beslut om stenen ska vara kvar eller tas bort.

Vi kan komma att återanvända graven, om ingen är intresserad av att ha den kvar.

Så funkar gravrätten. En grav har man som gravrättsinnehavare i 25 år från senaste jordfästningen. Gravrätten kan förlängas med 25 år mot avgift. Enligt begravningslagen måste det finnas en innehavare på varje upplåten gravrätt. Om ingen gravrättsinnehavare finns, om ingen begäran om förlängning kommit, återgår gravrätten till församlingen. Rent praktiskt innebär det att graven får "vila" (upp emot 25 år). Därefter tas graven i anspråk igen.

Kyrkoval 2017

Nästa höst är det kyrkoval igen. Ett val där flyktingfrågorna kommer att få ökad betydelse, tror kyrkofullmäktiges ordförande Roger Sjöberg.

Text: **Marie Starck** kyrkporten@svenskakyrkan.se Foto: **Helene Holmström**



17 september 2017 är det kyrkoval i hela Sverige. Då kan alla medlemmar som fyllt 16 år rösta på sina kandidater till kyrkofullmäktige i sin lokala församling, stiftsfullmäktige samt till kyrkomötet som är Svenska kyrkans högsta organ. **Vilka frågor är speciella för just Sollentuna församling i nästa valrörelse?**

– Flyktingfrågan existerade inte ens i förra valet men jag kan tänka mig att det kommer att uppstå en diskussion om vilken som är kyrkans roll i den nya flyktingsituationen. Jag skulle heller inte

bli förvånad om nya nomineringsgrupper ställer upp i nästa kyrkoval. Det kommer självklart att påverka valrörelsen, tror kyrkofullmäktiges ordförande **Roger Sjöberg**.

Vårens granskning av bland annat Sollentuna församlings utlandsresor för personal och förtroendevalda, kommer nog också att finnas i folks medvetande.

– Man kommer säkert bli mer restriktiv och pröva alla beslut en extra gång.

Varför ska man rösta i nästa kyrkoval?

– Svenska kyrkan är den största demokratiska organisationen i Sverige, förutom

staten, och eftersom man förvaltar stora tillgångar kan man vara med att påverka detta. Då samhället förändras med ökade klassklyftor och ökade flyktingströmmar, kommer Svenska kyrkan att få en ännu större roll i framtiden.

KONFER MATION

2016-2017

ANMÄL DIG PÅ HEMSIDAN

www.svenskakyrkan.se/sollentuna

Svenska kyrkan 
SOLLENTUNA

KYRKOHERDEN HAR ORDET

Kyrkporten delas ut av PostNord till 28 463 hushåll i Sollentuna. Tidningen är samhällsinformation enligt PostNords bestämmelser och delas därför ut till alla hushåll, även de som har en dekal med "nej tack till reklam". Svenska kyrkan Sollentuna kan inte påverka detta.

Var det höst i Paradiset när Adam och Eva åt äpplet?

DU KAN BERÄTTELSEN, om Adam och Eva i Bibelns första bok. Paradiset: Allt fanns där, bara att äta, leva, njuta... och som Gud sa: "föröka er". Tala om lustgård. Jo, så var det en sak till. Gud igen: "Du får äta av alla träd i trädgården utom av..."

DU VET HUR det gick. Adam och Eva äter av frukten från *just det trädet* som de inte får äta av. Tänk att förbjuden frukt alltid är så lockande, som Eva uttryckte det: "en fröjd för ögat".

JAG HAR INTE tänkt på det förut, men tanken slog mig, var det *höst i Paradiset* när Adam och Eva åt äpplet? Jag vet, frågan är naiv, men lite *lustig* att tänka kring, för det är väl på hösten som man skördar?

HÖSTEN ÄR inte min grej; jag gillar inte regn och blåst och inte att bli våt om fötterna. Det är jobbigt att det blir mörkare också. OK, hösten är också vackra löv, *enormt* vackra löv, och fina skogs promenader, med svamp, lingon... och så fruktträden, bara att plocka och "hösta in", som betyder skörda. Hm, frågan igen... *var det höst i Paradiset när Adam och Eva åt äpplet?*

DIN HÖST? Några av er har barn eller barnbarn som ska börja skolan. Stort. Några andra har "större" barn som är på väg för att plugga på annan ort, eller göra en back-pack-resa uti världen. Spännande. Din höst? Olika saker väntar oss;

en del spännande, annat bekymmersamt, som handlar om hälsan, eller familjen, eller jobbet.

EN SAK som jag *gillar* med hösten – alla kurser man kan gå, och träning man vill ta tag i – det är någon slags nystartskänsla med hösten.

JUST SÅ också i kyrkan. Nystartskänsla, i körer, samtals- och bibelstudiegrupper, volontärgrupper och gudstjänster som är tillbaka på de "vanliga", ordinarie tiderna. Din höst? Prova på?

JAG SKA inte utlova för mycket, men det skulle vara roligt att få leda en bibelstudiegrupp. "Var det höst i paradiset när Adam och Eva åt äpplet?" är mer än en fråga om årstider; texten lyfter människans drömmar om livet, för livet, meningen med livet och vad som händer sen... Och Bibelns alla texter står där och väntar för att dela bilder och berättelser vidare, berättelser som ger trygghet och hopp, glädje och tröst. Jag skulle vilja leda en bibelstudiegrupp och få samtala mer...

Lasse

PS. Ta fram din Bibel från bokhyllan eller nätet. Kolla i Bibelns sista bok, kapitel 2 och 22, och läs om "livets träd som står i Guds paradiset". Det "bär frukt tolv gånger om året och ger sin skörd varje månad, och trädets blad är läkemedel för folken." Tänka sig. Vackert.



Lasse Svensson
kyrkoherde
lasse.svensson@svenskakyrkan.se

KYRK⁺ PORTEN

Svenska kyrkan 
SOLLENTUNA