

# Klimatfasta?

Fastan kallas de sex veckor som föregår påsken. I kyrkan har perioden sedan lång tid varit en förberedelse inför firandet av påsken.

I år har Equmeniakyrkan, som Valsätrakyrkan är en del av, utlyst en klimatfasta under denna period.

Tanken är att sätta fokus på klimatförändringarna och vår delaktighet i dessa. Målet är att vi under dessa veckor skall få en möjlighet att ta ett steg tillbaka och ge oss tid att reflektera över våra egna liv och världen vi lever i.

Ofta tänker vi på fasta som att avstå från mat. Men att fasta kan mer generellt innebära att avstå från något som annars är en del av vårt liv.

”När vi avstår, när vi släpper taget om vissa vanor som vi har i livet så prövar vi hur livet blir utan dessa vanor. Fastan är en tillitsövning. Vi prövar att avstå. Kan det vara så att vi upptäcker något nytt, något värdefullt, genom att avstå?”

”Under fastan avstår vi för att ge plats för annat. Vi samlar in pengar, vi antar en enklare livsstil, vi kanske avstår från att äta kött, godis och sötsaker. Livet blir mer avskalat. Vi går in i en karantän, i fyrtio avskilda dagar, där vi bereder plats i våra liv för eftertanke, för våra medmänniskors och för vår världs behov och för Gud.”<sup>1</sup>

I Valsätrakyrkan kommer fasteveckorna innehålla olika inslag som påminner oss om allvaret i klimatförändringarna och manar oss att ta vårt ansvar för att göra de livsförändringar som situationen kräver.

**Välkommen till klimatfasta!**



---

<sup>1</sup> Fasta - en karantän. Att avstå för att komma nära och fördjupas. Arne Fritzson 2018.

## Gudstjänsterna

Under fastan - askonsdag 6 mars till påskafton 20 april - kommer varje gudstjänst innehålla en personlig berättelse med fokus på klimatet. Berättelsen kommer att leda över till en gemensam förbön:

*Fader vår i himlen  
Hjälp oss att se  
Hjälp oss att ta bort det som hindrar  
oss att se  
så att vi blir rädda på allvar  
så att vi kan hjälpa oss själva  
och allt levande vi är sammanvävda med  
Fader vår i himlen  
Hjälp oss att se, att höra,  
att känna och att handla.  
Amen.*



Scoutgudstjänsten 17 mars kommer ha ett extra fokus på klimatet. I gudstjänsten medverkar Svante Axelsson, nationell samordnare för Fossilfritt Sverige.

## Tankar för dagen

Under de sex veckor som fastan pågår kommer det finnas en serie texter och tankar att tillgå som en del i den personliga reflektionen och andakten. Det kommer att finnas tre texter varje vecka.

Du hittar texterna på [equmeniakyrkan.se/klimatfasta](http://equmeniakyrkan.se/klimatfasta).

Det kommer även finnas några exemplar av varje veckas texter utskrivna och tillgängliga på kyrktorget i Valsätrakyrkan.



# Tid för fördjupning

Torsdag 14 mars kl 19-21

## Rättvisa i klimatförändringarnas tid

- en kväll om ett nödvändigt perspektiv

Anna Axelsson, Diakonias policyrådgivare i klimatfrågor och Simon Jernberg, mobiliseringshandläggare på Diakonia.

Fika från 18.30.



Lördag 30 mars kl 10-14

## Hållbara samtal - om klimathot och klimathopp

*Du, jag och vi - i en värld av klimatförändringar*

Några timmars samtal och övningar både kring vad vi som individer kan göra och hur samhället måste förändras för att kunna hantera klimatförändringarna.

Under workshopen äter vi en enkel lunch tillsammans, till självkostnadspris. Anmälan till [andreas@valsatrakyrkan.se](mailto:andreas@valsatrakyrkan.se) senast 27 mars.



## Scoutgrupperna

Alla scoutgrupper kommer ha en temakväll under klimatfastan där man på olika sätt arbetar med klimatfrågan.

## HOP – Valsätrakyrkans tonårsgrupp

Fredag 22 mars 19:00

Klimatfasta – för livets skull

Kvällens gäst: Sarah Grenholm från organisationen God Jord.

# Klimatfasta – du, jag och vi

Inför klimathotet kan vi känna oss små och maktlösa. Vad kan jag som liten människa göra? Alla kan göra någonting! Kanske är vi en droppe i havet, men havet består av droppar. Vår uppgift som människor är att ta ansvar för det liv som vi lever och hur vi lever det.

Det finns mycket du relativt enkelt kan göra! Se över de olika delarna av livet som berör **Bilen** (våra resor), **Biffen** (vad vi äter), **Bostaden** (hus och hem), **Begäret** (våra ägodelar) och **Banken** (våra pengar), så kommer du att hitta förbättringspotential.

Här kommer en lista med förslag:

- Åk kollektivt eller försök samåka. Avstå från flyg ett helt år.
- Prova på att äta helt vegetariskt under fastans 6 veckor
- Kolla vilket elavtal du har. Se till att du har ett grönt elavtal, på så sätt driver du på utvecklingen av förnybar energi.
- Var köpfri i 40 dagar, avstå från att handla kläder och prylar.
- Flytta din premiepension till gröna klimatsmarta fonder.
- Plantera träd i öknen eller köp andelar i solceller.
- Ta dig tid för eftertanke. Reflektera över klimatfrågan och din del.
- Påverka andra. Ingen kan ensam lösa klimatkrisen. Bara gemensamma krafter kan åstadkomma förändring. Delta t.ex. i klimatdemonstrationen på Forumtorgen 15 mars 16:00.
- Skriv en insändare i Sändaren, Dagen eller UNT.

## Klimatfasta för mig 2019

Under fastan kommer jag: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mera tips kring klimatfasta hittar du på [livinglent.org](http://livinglent.org) och [equmeniakyrkan.se/klimatfasta](http://equmeniakyrkan.se/klimatfasta).