



Velkommen Julie,
side 2.

Valg til menigheds-
rådet 2016, side 3.

Jeg havde en sort
hund..., side 4.

Konfirmation, side 6.

Sogneudflugten,
side 7.



Forår 2016

25. årgang nr. 2

Verninge Sogn





Velkommen til vores nye kirkesanger Julie

I december søgte menighedsrådet ny kirkesanger til Verninge kirke. Vi modtog mange ansøgninger fra yderst kvalificerede kandidater og 1. januar 2016 startede Julie Elbrønd Strange som kirkesanger i Verninge Kirke.

Julie har en bachelor i rytmisk sang og er kandidat fra Musik Konservatoriet og har mange års erfaring som kirkesanger. Hun vil ikke være et

ukendt ansigt, da hun gennem de sidste år har været vikar i Brylle og Verninge Kirke, så mange vil kende hendes smukke sang og glade smil.

Ud over at være kirkesanger er Julie også kapelmester og korleder på musical forestillinger rundt omkring i landet og underviser i musik i Odense.



Døbte/fremstillede

Lea Dyhr Brylle Johansen, Munkebjerg
Alexander Martinsen Albæk, Vissenbjerg
Benjamin Karl Rasmussen, Hjelmerup
Clara Høker Pedersen, Tommerup

Døde

Vivi Maria Dina Christgau, Haarby
Erling Arvad Pedersen, Verninge
Henning Christiansen, Verninge
Tove Anny Thomsen, Verninge
Ketty Buch, Odense

Menighedsrådet

... noget for dig?

Valg til menighedsrådet

Efter den 2-årige forsøgsperiode skal vi igen holde valg til menighedsrådet i efteråret.

Verninge menighedsråd består af 6 valgte medlemmer, sognepræsten, der er "født" medlem og en medarbejderrepræsentant. Vi ved allerede nu at der skal vælges 2 nye medlemmer til rådet. Vi vil fra valgbestyrelsen opfordre alle, der har interesse i rådets arbejde til enten selv at melde sig som kandidat eller opfordre nogen de synes ville passe godt til arbejdet til at stille op.

Opstillingsmødet bliver den 13. september. Frist for indlevering af kandidatlistes er den 27. september. Er der kun een liste er det denne der er valgt, er der flere lister skal der afholdes offentligt valg den 8. november. Menighedsrådet er Folkekirkens demokratiske organ, der sikrer at menigheden har indflydelse på det kirkelige liv i sognet, og de rent praktiske forhold omkring kirkebygning, kirkegård, præstegård, arrangementer m.m. Valgbare er medlemmer af folkekirken, der er fyldt 18 år. (Læs evt. mere i Bekendtgørelse 24. februar 2012)

Hvad laver vi i menighedsrådet? Menighedsrådet har mange vigtige opgaver, den vigtigste er nok, når der skal ansættes ny præst (det håber vi varer mange år her i Verninge) men også strukturændringer, samarbejder, sammenlægninger med andre sogne er menighedsrådene stærkt involveret i. Menighedsrådet ansætter personalet og er arbejdsgiver for gravetjener, kirketjener, kirkesanger, organist m.m., men ikke for præsten. Menighedsrådet sørger for kirkebygning, kirkegårdens drift, præstegården og kirkens arealer. Sammen med sognepræsten varetager vi det kirkelige liv og sørger for arrangementer som koncerter, børnearrangementer o.s.v. Endelig skal vi gerne have orden i økonomien, hvilket i disse år kan være noget af en udfordring. Kontakten mellem menighedsrådet og menigheden er kirkebladet, der også fuldt og helt produceres af os. Som det fremgår rigtig mange forskelligartede opgaver som mange tager for givet; det er der da "nogen" der bare sørger for, men der skal være "nogen", derfor slut op om valget til menighedsråd til efteråret.

Kontakt gerne en af os fra valgbestyrelsen
Hanne Kirsten Hansen, Tine Valsgaard
Jensen, Ellen Warring



”Jeg havde en sort hund, hvis navn var depression”

Sådan begynder en lille film lavet af Verdenssundhedsorganisationen WHO. En lille film om et meget misforstået emne.

Mange mener at depression er noget psykisk svage får, eller hvad der er endnu mere almindeligt at det er et udslag af stress. Det kan det være, men det behøver det ikke at være. Stress er der for øvrigt også en masse fordomme om. Mange mener at de får stress af at have travlt. Det behøver man nu ikke få stress af. Det er heller ikke et udtryk for dårlig kondi når man bliver træt i fødderne efter en 25 km march. Det er naturligt. Men travlhed kan føre til stress. Det kan det modsatte også i højere grad. Kedsomhed er direkte ødelæggende. Spørg enhver isolationsfange. Det er stress! og hvis man er udsat for det i længere tid vil det let føre til netop depression og i sidste ende permanente hjerneskader.



Stress er altså når ydre påvirkninger belaster et emne. Metaltræthed for eksempel er et udtryk for stress. Alle ved at man kan knække et stykke stål ved at bøje det frem og tilbage længe nok. Man taler om at stresse metallet, så det til sidst knækker. Et forhold der kan resultere i alvorlige ulykker når ting som togskiner eller broer bukker sammen for gentagen belastning, altså stress.

Sådan kan mennesker også bukke sammen under stress. Og det behøver ikke være travlhed, eller kedsomhed. Det kan være et utal af ting. Soldater i krigszoner, eller redningsmandskab i katastrofe-områder lever jo i et stressfyldt miljø. Og mange får da også både stress og depressi-

on. Ofte taler man her om Posttraumatisk Stress forkortet til PTSD hvilket ikke er forbeholdt soldater o. lign men alle der har oplevet alvorlige ulykker, overfald, etc. Men PTSD er ikke depression selvom det måske kan være en medvirkende årsag til depression.

Stress kan altså udløse en depression, men der er ingen lette forklaringer på hvad der udløser depression. Ind i mellem kommer depressionen ud af det blå, uden at man ved hvorfor. Det er her WHO's lille film begynder. Begynder med en mand der fortæller om den sorte hund, der pludselig dukkede op en dag, og gjorde ham træt, og fik hans dag til at gå langsomt. Den fik hans humør til at dale, så han kun kunne være mørk og trist inden i. Manden fortæller om hvordan han kunne se andre have glæde ved livet, uden at han kunne finde den samme glæde. Selv de ting der normalt gjorde ham glad virkede ham ligegyldige. Der var ikke noget ved noget længere. Appetitten forsvandt ligesom evnen til at huske og koncentrere. Og enhver gerning tog en evig tid at overkomme. De sociale evner forsvandt. Den sorte hund tog al hans selvtillid fra ham og erstattede den med paranoia. Samtidig var han så bange for at nogen skulle få øje på den sorte hund, så han brugte en masse energi på at lade som om han var glad. Men det var opslidende og udmattende og snart blev han negativ og vrissen og sagde negative fjendtlige ting til andre mennesker, hvilket kun var med til at isolere ham yderligere. Hunden ødelagde hans parforhold, og efterlod ham så alene og ensom. Han prøvede at jage hunden væk, men den vandt altid. Sidst var han så desperat at han begyndte at selvmedicinere sig med alkohol og piller. Det gjorde bare hans ensomhed værre og at han begyndte at overveje om livet overhovedet var værd at leve.

Da var det han fik professionel hjælp. Han lærte at han langt fra var den eneste der kæmpede med en stor sort hund ingen andre kunne se. Ja faktisk taler man om at op i mod 30% mennesker på et eller andet tidspunkt må slås med en stor sort hund kaldet depression. Fælles for de fleste er at den sorte hund nok aldrig forsvinder helt, men man kan lære at leve med den, tøjle den og sende den hen i krogen,

og i hvert fald ikke længere lade den styre ens liv. Men det kræver at man tør se hunden i øjnene. Tør tale om den. Det kan være svært. Det kan være svært at indse at man har en depression. Især for mænd. For depressioner er jo for svage mennesker synes mange. Rigtige mænd kan selv håndtere deres problemer. Der er det det går galt. For nogle problemer kan man ikke klare selv. Nogle problemer er man nødt til at have hjælp til, og den største overvindelse kan faktisk være at indse at man har brug for hjælp. Nogle har brug for samtaler med en psykolog. Andre har brug for medicin. For depressioner kan sagtens være udløst af medicinsk ubalance i hjernen. Vi er trods alt af kød og blod, og mangler hjernen de stoffer der sætter hjernecellerne i forbindelse med hinanden, så begynder den at arbejde langsomt og det begynder at knibe med koncentrationen og hukommelsen. De såkaldte kognitive funktioner.

Depressioner vil uanset deres art ændre hjernen fysisk og ubehandlede depressioner kan i sidst ende forvolde uoprettelige hjerneskader.

At leve med et menneske der har depression er en helt anden udfordring, der kan være mindst lige så opslidende. Og undertiden kan det være svært at se at der under den mørke vrede fjendtlighed bor et menneske der i virkeligheden holder af en.



Der er forskel på at være trist, eller måske endda at være i dyb sorg. Det er heller ikke rart, men det er ikke nødvendigvis depression. Mange, heriblandt læger kan faktisk have svært ved at se forskel, men der er forskel. Og de tydelige advarselstegn, er søvnproblemer at man enten sover næsten hele tiden, eller slet ikke kan sove. At man ingen appetit har, at det kniber med koncentration, hukommelse og virkekrang. En ting er tungsindighed, men paranoia og tvangstanker er alt andet end sundhedstegn, og kan være tegn på depression, der altså er langt mere udbredt end man lige tror.

Så har du en sortn hund på slæb der trækker der ned i et sort hul, så er det ingen skam. Det er ikke et udtryk for svaghed. Men det er udtryk for styrke når du tør se den i øjnene og kalde den ved dens navn. Depression.

Se filmen der er på engelsk på youtube.com

<https://www.youtube.com/watch?v=XiCrniLQGYc>

Konfirmation i Verninge Kirke

Kl. 9.20 Konfirmanderne mødes i kirken til foto-grafering. Bemærk: INGEN adgang for andre end fotograf, konfirmander og præst

Kl. 9.30 Dørene åbnes for alle. Bemærk at hver konfirmand får reserveret en bänk. Resten er fri indtil der ikke er mere plads.

Kl. 10.00 Gudstjenesten går i gang med indgangsprocession

Kl. 11.15 Gudstjenesten forventes afsluttet.

Der vil være mulighed for at aflevere blomster telegrammer mv. i våbenhuset under gudstjenesten.

Fotografering er i dagens anledning tilladt.

Lige et par tanker vedrørende noget af det der hører denne dag til

Når vi kører fra kirke, er der sikkert en del der skal køres fra kirken i en flot amerikaner-bil eller på en stor motorcykel. Andre bliver måske hentet på hestevogn, eller noget helt fjerde. Det er sådan set helt i orden. Nogle vil sikkert sige at det er ikke det konfirmation handler om.

Nej selv kernen i konfirmationen foregår inde i kirken under gudstjenesten. Men konfirmation er også en glædelig dag, en dag hvor man fejrer at familiens søn eller datter nu er på vej til blive voksen og det vil mange jo gerne gøre lidt stads af. Blot man husker at den der ikke har mulighed for at blive kørt hjem i et dollargrin e. lign. ikke er mindre værd af den grund. For det er nemlig det kristendom og det hellige fællesskab handler om. At vi er lige meget værd. Uanset størrelsen på vores egendele.

KFUM spejderne fra Verninge gruppe går forrest i procession med faner. Det er ikke fordi vi er nationalistiske eller på anden måde højre-radikale, men fordi fanen minder os om hvem vi er og hvor vi hører til. Dannebrog udtrykker glæde, glæde over at få lov til at være den man er, at man er rodfæstet til dette sted på jorden, siger: "Her er jeg, her kommer jeg fra, her hører jeg til." Kort sagt fanen markerer dagen som glædelig og festlig.



Konfirmander 2016

Emma Bolvig
Mathias Christiansen
Emil Clemmensen
Caroline Shulz Fredriksen
Christian Oliver Hansen
Julie Skjellerup Jacobsen
Tobias Martin Rubæk Jultved
Line Ulrich Skov Jørgensen
Rasmus Ulrich Skov Jørgensen
Troels Jørgensen
Oliver Kragelund
Patrich Stokholm Bak Larsen
Ida Støttrup Pedersen
Lærke Marie Gordon Pedersen
Agneta Rumppe
Camilla Thiel
Nikolai Rahn Thomsen

Aktiviteter



Søndag den 5. juni 2016 Sogneudflugt

I år går turen til Ribe Domkirke med mere

Vi starter fra Graverhuset kl. 7.30, hvor Tommerup Turistfart derefter vil sætte kursen mod vest. - Undervejs tager vi en pause, hvor vi får kaffe/te og et rundstykke.

Program (Cirka tider)

Kl. 7.30 Afgang fra Graverhuset

Kl. 10.00 Ankommer vi til Ribe Vikingecenter u/guide

Kl. 12.30 Spisning på Hotel Dagmar, - 2 retter, drikkevarer for egen regning

Kl. 13.30 Ribe Domkirke m/guide

Kl. 15.30 Vi kører ud til Kammerslusen, hvor vi får kaffe/te, 1 bolle og lagkage

Kl. 17.00 Vi kører mod Verninge med forventet hjemkomst kl. 19.00

Pris for hele turen med kaffe og rundstykke om formiddagen, menuen på Hotel Dagmar og kaffe om eftermiddagen er kr. 500,- pr. person.

ALLE drikkevarer er for egen regning.

Tilmelding til Hanne Kirsten Hansen senest den 20. april 2016 på tlf. 6475 1813 eller 2857 4546

Vi glæder os til en dejlig dag.

Aktivitetsudvalget



Vejledning

Fødsel

Et barns fødsel skal anmeldes. Sædvanligvis foretager jordemoderen anmeldelsen, men er fødslen sket uden jordemoder, skal forældrene anmelde fødslen. Du kan anmelde dit barns fødsel via blanketten "Fødselsanmeldelse" senest 14 dage efter fødslen. Blanketten findes på borger.dk

Dåb

Der rettes henvendelse til kirkekontoret angående, hvilken dag man ønsker dåb. Barnet bliver ved dåben medlem af folkekirken.

Navngivning

Navngivning anmeldes til kirkekontoret i det sogn, hvor forældrene bor/boede, da barnet blev født. Ansøgningen sker via borger.dk

Et barn skal navngives senest 6 måneder efter fødslen: enten ved dåb eller navngivning.

Vielse

Dato og klokkeslæt for vielsen aftales med kirkekontoret. Brudeparret skal desuden henvende sig på ægteskabskontoret i bopælskommunen, hvor der udstedes en prøvelsesattest, som medbringes sammen med dåbsattester til samtalen med præsten. Denne attest er kun gyldig i fire måneder.

Ved dødsfald

Man er altid velkommen til at kontakte præsterne, når et dødsfald indtræffer. En begravelsesforretning kan være behjælpelig med at ordne dødsanmeldelsen og øvrige praktiske ting. Anmeldelsen skal foretages senest to hverdage efter dødsfaldet.

Tid og sted aftales med den præst, der skal foretage bisættelsen eller begravelsen. Præsterne taler gerne med de pårørende.

Kirkebil

Alle, som har besvær med transporten til og fra Verninge Kirke, kan gratis rekvirere kirkebil til alle gudstjenester.

Kirkebilen, som henter og bringer på adressen, bestilles ved henvendelse til Servicebussen på tlf. 64 75 19 19. Bør bestilles fredage før kl. 12.00.

Kirkebilen er ikke kun et tilbud til gudstjenester, men også til vore øvrige arrangementer.

Kalender

Marts

6. 9.15 **Gudstjeneste** Midfaste søndag
Niels Lysebjerg
13. 10.30 **Højmesse** Mariæ bebudelses dag
Niels Lysebjerg
20. 9.15 **Gudstjeneste** Palmesøndag
Dorthe Terp Dahl
24. 10.30 **Højmesse** Skærtorsdag
Niels Lysebjerg
25. 10.30 **Langfredagsgudstjeneste**
Niels Lysebjerg
27. 10.30 **Påske Højmesse** Påskedag
Niels Lysebjerg
28. 9.15 **Gudstjeneste** Anden påskedag
Dorthe Terp Dahl
31. 19.00 **Konfirmandgudstjeneste**
Konfirmander og Niels

April

3. 10.30 **Højmesse** 1. s. e. påske
Niels Lysebjerg
10. 9.15 **Gudstjeneste** 2. s. e. påske
Dorthe Terp Dahl
17. 10.30 **Højmesse** 3. s. e. påske
Niels Lysebjerg

Kontakt

Sognepræst Niels Lysebjerg

Holmehavegyden 50, 5690 Tommerup

Tlf. : 64 75 11 50, mail: nelh@km.dk

Træffes personligt og på telefon hele ugen, undtaget mandag.

Bedst mellem 8.00 og 20.00

Fast kontortid onsdag mellem 10.00 og 12.00

Graver Peder Bonde

Tlf. 64 75 28 33,

mail: graveren@verningekirke.dk

Træffes hele ugen undtaget mandag.

Bedst mellem 8.00 og 15.00

Organist Ingalena Jensen

Tlf. 20 54 68 14, mail: jingalena@yahoo.dk

22. 9.15 **Gudstjeneste** Bededag
Dorthe Terp Dahl

24. 10.30 **Musikgudstjeneste** 4. s. e. påske
Niels Lysebjerg

Maj

1. 10.00 **Konfirmation** 5. s. e. påske
Niels Lysebjerg

5. 10.30 **Højmesse** Kristi himmelfarts dag
Niels Lysebjerg

8. 9.15 **Gudstjeneste** 6. s. e. påske
Niels Lysebjerg

15. 10.30 **Højmesse** Pinsedag
Niels Lysebjerg

16. 10.30 **Højmesse** 2. pinsedag
Niels Lysebjerg

22. 10.30 **Højmesse** Trinitatis søndag
Niels Lysebjerg

29. 9.15 **Gudstjeneste** 1. s. e. trinitatis
Niels Lysebjerg

Juni

5. 7.30 **Sogneudflugt** 2. s. e. trinitatis
Menighedsrådet.

Formand Klaus Jensen

Neversvej 42, 5690 Tommerup

Tlf: 27 90 21 97, mail: kj-laerkegaard@email.dk

Kirkeværgen Hanne Kirsten Hansen

Hesselhoved 4, 5690 Tommerup

Tlf. 64 75 18 13, mail: moeller.4@nypost.dk

Redaktør af kirkebladet Søren Brander

Solevadvej 6, 5690 Tommerup

Tlf. 64 75 18 48, mail: s@brander.me

Kirkebil

Husk kirkebil til gudstjenester og til vore øvrige arrangementer. Bør bestilles fredage før kl. 12.00.

Ring til Servicebussen på 64 75 19 19