KFUK-HJEMMET

MÅNEDSHILSEN JUNI 2015

Norsk KFUK, 52 Holland Park, W11 3RS

www.kfukhjemmet.org.uk/+442077279346

KFUK- hjemmet tenker grønt

Alle ettåringene skal lede et selvvalgt prosjekt som en del av ledertreningen. Helene Lauvland ønsket å gjøre KFUK- hjemmet grønnere. Resultatet ble bl.a flotte grønne hjerteklistremerker på alle rom og eget KFUK-handlenett. Se bildene!

Det er miljøvennlig å bruke nett istedenfor poser, og samtidig er nettene fin reklame for KFUK- hjemmet. Hvis du ønsker et nett, kan du kjøpe det neste gang du kommer på besøk eller vi kan sende deg i posten. De koster £5 +porto hver og overskuddet går til KFUK.

Helene, her på vei ut med det nye nettet, arrangerte også kveldtanker med fokus på miljøvern i et kristent perspektiv. Prest Jon Andreas Lauvland delte sine tanker, og det ble en god samtale. Han presenterte *Øvelse på en jordvent kristen praksis,* 10 regler på hvordan vi kan leve som miljøengasjerte kristne. Les de gode reglene på neste side.

Takk for i år og takk til en fantastisk gjeng med ettåringer. God sommer til alle!

Hilser dere med ord fra en av våre fire nye benker:

Jeg går for en himmel

Jonas Kværner 1985-2014

Øvelse på en jordvendt kristen praksis:

1. Sett pris på skaperverket:
"Gud så på alt det han hadde gjort, og se, det var svært godt". (1. Mos.1.31)
Lytt til naturens lyder, kjenn dens lukter, føl jorda og gresset, gled deg over naturens farger.

2. Motarbeid alt som vil bidra til å undertrykke andre:
"Gud skapte mennesket i sitt bilde. "(1. Mos. 1.27)
Motarbeid alle tilløp til rasisme, utnytting, diskriminering og fordommer i deg selv og andre ved hele tiden å se andre mennesker som skapt i Guds bilde

3. Stå imot alt som gjør deg avhengig.
"Du skal ikke ha andre guder enn meg." (2. Mos. 20.3)
Kjenn etter om du har gjort deg avhengig av materielle goder som gjør deg avhengig og skader deg selv eller andre.

4. Vær en ansvarlig energiforbruker:
"Himmelen er Herrens himmel, men jorden ga han til menneskene". (Salme 115.16)
Utarbeid et klimaregnskap for familien din og finn ut hvordan du kan kutte energibruk og klimautslipp. Lag en spareplan for å finansiere investeringer i renere energibruk.

5. Kjøp ikke ting for å høyne din egen status:
"Hva vil det gagne et menneske om det vinner hele verden, men taper sin sjel?« (Matt.16.26)
Gransk deg selv om motivet for innkjøp særlig når du skal handle klær, bil, bolig, møbler, feriereiser.

6. Øv deg å nyte ting uten å eie dem:
"Jorden og det som fyller den, verden og de som bor i den, alt hører Herren til." (Salme 24.1)
Øv deg i å dele med andre, nyt og bruk Guds skaperverk ved havet, i skogen og på fjellet, gled deg over offentlige og felles goder som parker, biblioteker, museer, kulturhus og idrettsarenaer.

7. Gi raust til kirkens diakonale arbeid og organisasjoner:
"Denne gangen har dere overflod og kan hjelpe dem som lider nød." (2.Kor.8.14)
Gi raust i ofringer og lag forpliktende giveravtaler med en eller flere av kirkelige eller humanitære organisasjoner for lokal, nasjonal og global diakoni.

8. Vær en ansvarlig samfunnsborger:
"Gud, lær kongen å dømme som du, han skal la de vergeløse i folket få sin rett". (Salme 72.1+4)
Sett deg inn i hva de politiske partiene mener om Klimarettferdighet, miljø og global fattigdomsbekjempelse og la det få betydning når du skal stemme ved valg. Følg med på hvordan klimaplaner i din kommune følges opp.

9. Delta i frivillig arbeid i kirke og samfunn:
"Alt som er sant og edelt, rett og rent, alt som er verdt å elske og akte, alt som er til glede og alt som fortjener ros, legg vinn på det!" (Fil.4.8)
Gi raust av din tid til frivillig arbeid innenfor diakoni, menighetsarbeid, kulturarrangementer og nabolagsaktiviteter.

10. Øv deg i takknemlighet:
"Velsign Herren, min sjel. Glem ikke alt det gode Gud gjør." (Salme 103.2)
La det bli en daglig praksis å tenke over og takke for noe av det gode du har fått og gitt i løpet av dagen, og øv deg til å tenke at dette er Guds velsignelser til deg.

Inspirert av «Veier til glede» av Richard Foster.

Program i juni

3. juni: Temakveld med Helge Lund kl. 20

Næringslivsleder, Helge Lund skal snakke om ledelse.
Arrangementet er lukket.
Meld deg på til
kontor@kfukhjemmet.org.uk
Det blir servert kake!

9. juni: Årsmøte m/middag på KFUK-hjemmet kl. 18. Se invitasjon og program i forrige månedshilsen. Send en mail hvis du ønsker å delta.

23. juni: St.Hans fering kl. 18 Grilling og konsert med Lommedalen Tensing

Kjære KFUK-hjemmet

Nå går vi inn i den siste måneden i vår ettåringstjeneste. Det er godt, trist og litt rart at vi nå skal flytte fra det som er blitt vårt hjem. «K» har fått et stort rom i våre hjerter, og det tok ikke lang tid før vi følte oss hjemme her. Det er en spesiell stemning i huset. Alle de koselige rommene med «pappvegger» hvor man kan høre naboen tenke. Trappegangen hvor mange har hatt gode samtaler, klemmer og støtte i tøffe og fine tider. Og i kjelleren hvor vi har et spøkelse som tusler rundt og spøker med senvakten midt i bretting av sengetøy.

Huset har en stor del av den gode atmosfæren, men uten de fastboende, turister og de «voksne» i staben ville det ikke det ikke vært noe hjem. Vi vil takke så mye for et fantastisk år med mange oppleveser i det store London. Vi sitter igjen med en drøss av gode stunder og minner som vi aldri kommer til å glemme. Takk for at vi har fått oppleve dette. Nå skal vi ut i jobb og studier, og vi er glade for å være en del av K-familien. Ha en fin sommer, vi kommer tilbake!
Klemz og koz, Annhild, Tora, Helene, Maria, Jens og Steven

Middagsmeny juni 2015

Man 1	Pai m/feta, soltørkede tomater og spinat	
Tir 2	Kjøttboller i brun saus m/grønnsaker	Frukt
Ons 3	Fishermans pie	
Tor 4	Grønnsaksuppe m/ flattbrød	Frukt
Fre 5	Pizza	
Lør 6	Restebuffet	
Søn 7	Okkinava med salat	
Man 8	Pastasalat med focacciabrød	
Tir 9	Pasta carbonara og salat	Frukt
Ons 10	Fisk i form	
Tor 11	Løksuppe	Frukt
Fre 12	Taco	
Lør 13	Grøt	
Søn 14	Biffsnadder	
Man 15	Lapskaus	
Tir 16	Fiskegryte med cottage cheese	Frukt
Ons 17	Fiskesuppe	
Tor 18	Makaroniform m/pølse	Frukt
Fre 19	Moussaka	
Lør 20	Restebuffet	
Søn 21	Kyllingrisotto	
Man 22	Stekt fisk m/kålrabistappe	
Tir 23	Grilling	Frukt
Ons 24	Bønnegryte	
Tor 25	Chillisuppe	Frukt
Fre 26	Spagetti bolognese	
Lør 27	Grøt	
Søn 28	Sitronkylling	
Man 29	Jamaica panne	
Tir 30	Tirsdagsform	Frukt

Hjertelig velkommen til middag på KFUK-hjemmet. Middagen er kl. 17.30 – 18.15 mandag til fredag og kl. 17.00 – 17.45 på lørdager og søndager. Gi beskjed innen kl. 12.00 samme dag om du ønsker middag. Middag er inkludert i prisen når du bor på huset, for eksterne gjester koster den £5.