

GE PLATS FÖR SORGEN

– FÖR DIG SOM FÖRLORAT EN ANHÖRIG
SOM INTE ORKADE LEVA

HÖSTEN 2023

Att låta sorgen ta plats

Ibland förändras livet plötsligt. Sorgen frågar inte om lov.

Att förlora en anhörig, som inte orkade leva, är smärtsamt och innebär en stor förändring. Förlusten väcker många starka och ibland motstridiga känslor. Sorgen, överklighetskänslan, saknaden och smärtan är stor.

Av erfarenhet vet vi att mötet med andra som har liknande erfarenhet är ett värdefullt stöd. Att dela känslor och tankar och tillsammans ge uttryck för det man bär på, hjälper till att bryta ensamheten man kan uppleva.

Bildskapande som stöd i sorg

För dig som förlorat en närstående genom suicid erbjuder vi möjlighet till stöd och bearbetning med hjälp av samtal och bildskapande.

Vi arbetar kravlöst och enkelt med konstmaterial. Inga förkunskaper behövs. Du behöver inte kunna teckna och måla. Bildskapande är ett extra språk i sökandet efter uttryck som ger utrymme för känslor och tankar i sorgen.

Så här går det till

Gruppen träffas 10 kvällar, ca två timmar, varannan vecka.

Plats: S:t Martins stall vid Solna kyrka.

Dag och tid: Onsdagar kl. 18.00– 20.30

Start: Den 4 oktober 2023

Varje träff har ett tema. Dessa teman bygger en berättelse om det som hände och ger en ökad förståelse för de egna sorgereaktionerna, men även andras.

För information och anmälan:

Ritva N. Olsson

Samtals – och bildterapeut och fd sjukhuspräst på Karolinska

E-post: Ritva.NevalainenOlsson@svenskakyrkan.se

Telefon 08-546 646 79 Mobil 073-461 21 59

Välkommen att höra av dig!



Möjlighet till stöd och bearbetning av sorg med hjälp av samtal och bildskapande för föräldrar som förlorat barn.