

Leva vidare

An abstract graphic featuring stylized flowers and foliage. The top right shows a flower with orange and red petals and a dark green stem. Below it, there are large, rounded shapes in shades of green, orange, and maroon, suggesting more flowers or leaves. The bottom right corner has a solid teal background.

– en *samtalsgrupp* för dig
som drabbats av sorg

Askims församling
hösten 2025

En av de svåraste upplevelserna i livet är att vara i *sorgens* mörka rum, att leva i skuggan av livet.

Du som får detta brev har förlorat någon närstående. Inte förrän man drabbas själv förstår man hur tung sorgen och smärtan kan vara. Nu har Du hunnit bära den bördan ett stycke, men kanske du att det fortfarande är en lång väg att gå.

Sorgen har många ansikten och var och en av oss sörjer på sitt eget vis. Relationen till den vi mist, händelserna kring dödsfallet, våra tidigare erfarenheter av sorg, det stöd vi får av dem som finns runt oss, allt sådant spelar in. Ingen kan bära sorgen för en annan människa. Man kan inte lämna ifrån sig sorgen – man måste själv gå igenom den.

Men man kan hjälpas åt att gå den svåra vägen. Det hjälper att få tala om sin sorg. Att gång på gång få berätta, få känna, tänka och gråta i sin sorg ger både läkning och befrielse.

Samtalsgrupp om *sorg*

Man träffas 5–6 gånger i en grupp tillsammans med en diakon/präst för att få tala om känslor, upplevelser och erfarenheter. Vi lär oss också lite om sorgens olika "faser" och om hur livet kan gestalta sig efter en svår sorg. Vid varje tillfälle får var och en tillfälle att berätta, just så mycket som han eller hon vill och orkar.

Askims församling erbjuder
kontinuerligt grupper efter
intresse och anmälan både på
dagtid och kvällstid.

Välkommen!

Hovås gamla församlingshem onsdagar 15:00–16:30

oktober 1
 8
 15
 22

november 5

Gruppledare: Evelyn Lidebo Svenninghed diakoniassistent
och Ola Hedenrud präst



Billdals kyrka torsdagar 16:00–17:30

september 11
 25

oktober 9
 23

november 6

återträff 4 december

Kontaktperson: Ingela Olander diakon
Gruppledare: Lena Andersson diakon

Anmälan eller frågor och funderingar?

Hovås gamla församlingshem
Evelyn Lidebo Svenninghed diakoniass
telefon: 073-101 71 72
E-post: evelyn.lidebo@svenskakyrkan.se

Billdals kyrka
Ingela Olander, diakon
telefon: 073-773 89 06
E-post: ingela.olander@svenskakyrkan.se



**Svenska
kyrkan**

Askims
församling