

Leva vidare

En samtalsgrupp för dig
som drabbats av sorg



Askims församling våren 2026

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 tycker 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

18 & 25 februari

4, 11 & 18 mars

Ledare: Ola Hedenrud präst och
Evelyn Lidebo Svenninghed diakoniassistent

Information och anmälan:

Evelyn Lidebo Svenninghed, 0731-01 71 72
evelyn.lidebo@svenskakyrkan.se



Billdals kyrka torsdagar 15.30–17.00

26 mars

9 & 23 april

7 & 21 maj

Ledare: Pernilla Carli präst och Lena Andersson diakon

Information och anmälan:

Lena Andersson, 031-731 97 06
lena.andersson4@svenskakyrkan.se



Askims församling

031-731 63 10

Skalldalsvägen 1B, 436 52 Hovås

askim.forsamling@svenskakyrkan.se

www.svenskakyrkan.se/askim



**Svenska
kyrkan**

Askims
församling