



Våren 2026 *i Sjöstadskapellet*



**Svenska
kyrkan**

Sofia
församling

Gudstjänst & andakt

Mässa

Sön kl 11.00–ca 11.45

11 jan–14 juni

Välkommen att fira gudstjänst med psalmsång, musik, predikan och bön.

Den som vill tar emot nattvarden.

Kyrkkaffe serveras efteråt.

25 jan & 12 april firas klimatmässa.

15 feb är mässan sammanlyst till Sofia kyrka kl 11.00 då det är visitationsmässa med biskop Andreas Holmberg.

Himmel & pannkaka

Mån kl 10.30

2 feb, 9 mars, 13 april & 11 maj

Andakt med mycket sång och musik anpassad för yngre barn i sällskap med vuxen. Sopplunch och våfflor serveras efteråt.

Drop in–vigsel

Alla hjärtans dag lör 14 feb

För info se Sofia församlings hemsida.

Askonsdagsmässa

Ons 18 feb kl 18.00

Skärtorsdagsmässa

Tors 2 april kl 12.00

Sopplunch serveras efteråt à 50 kr.

Långfredagsvandring

Fre 3 april kl 13.00

Vandring i lugn takt med bibeltexter på vägen. Startar vid Sjöstadskapellet och avslutas med fika i Kyrkstugornas trädgård. Musik vid nionde timmen kl 15.00 i Sofia kyrka för dig som vill.

Gökotta & sillfrukost

Tors 14 maj kl 09.00

På Kristi Himmelsfärdsdagen firas friluftsgudstjänst utanför kapellet och efteråt serveras sillfrukost. Vid regn flyttar Gökottan och frukosten inomhus.

Bidra gärna med kollekt!

Kollekt via Sofia församling tas tacksamt emot.

Swisha ett bidrag med hjälp av QR-koden eller till 123-244 13 50.



123-244 13 50

A photograph of a clear glass vase containing several white tulips with long green leaves. The vase is placed on a dark, reflective surface. In the background, a building with a dark facade and a grid of rectangular windows is visible, with light shining through the windows. The scene is brightly lit, suggesting daylight.

Välkommen att boka tid för dop, vigsel och begravning.

I gudstjänstrummet finns plats för ca 70 personer.
I samband med förrättningar går det även att boka vardagsrummet för 40 personer till samling efteråt.

Tel: 08-615 31 50 Telefontider: mån, tis & tors
kl 09.00–12.00

Mejl: sofia.forsamling@svenskakyrkan.se

Det går även att boka dop och vigsel
på **webben:** svenskakyrkan.se/sofia

Kontakta gärna Per Jarnemo för visning
av lokalerna, när du gjort din bokning.

Barn, familj & ungdom



Öppen förskola

Mötesplats för dig som är hemma med små barn 3 mån–3 år. Inledning med sångstund och därefter finns tid för att umgås, leka och fika till självkostnadspris. Mikro och skötbord finns!

Mån kl 10.00–11.30

19 jan–18 maj uppehåll 23 feb, 6 april

Tors kl 10.00–11.30

29 jan–21 maj uppehåll 5 feb, 26 feb, 9 april, 16 april, 14 maj

Vissa måndagar under våren är det

Himmel & pannkaka kl 10.30. Då firas en enkel andakt med mycket sång och musik och efteråt kan man stanna på sopplunch och våfflor för 50 kr/familj. Öppet 10.00–12.00.

Mån 2 feb, 9 mars, 13 april & 11 maj

Gå gärna med i **Facebook-gruppen Öppna förskolan i Sofia.** Där håller du dig uppdaterad om vad som är på gång och du får också information om öppetiderna skulle ändras.

Följ gärna **Barn i Sofia** på **Instagram**, barnisofiaforsamling: <https://www.instagram.com/barnisofiaforsamling/>

Klapp & klang

En öppen kör med sång, lek och rörelse för de yngsta körsångarna 3–4 år i sällskap av vuxen. Det går också bra att ta med syskon. Familjefika från kl 15.30. Ingen föranmälan behövs.

Mån 2 feb, 9 mars, 13 april & 11 maj
kl 16.00–16.30

Minikörerna

Tis kl 16.00–16.25

Kören för dig född 2020.

Familjefika från kl 15.30.

Vi medverkar även på gudstjänster och konserter!

Flera lediga platser!

Anmälan till Maria Kristenson.

Tis kl 16.30–16.55

Kören för dig född 2019.

Familjefika från kl 15.30.

Vi medverkar även på gudstjänster och konserter!

Anmälan till Maria Kristenson.

Barnkören

Kören för dig i åk 1.

Fika från kl 15.30.

Vi medverkar även på gudstjänster och konserter!

Ons kl 16.30–17.15

Anmälan till Maria Kristenson.

Juniorkören

Kören för dig i åk 2.

Fika från kl 15.00.

Vi medverkar även på gudstjänster och konserter!

Ons 15.30–16.15

Anmälan till Maria Kristenson.

Diskantkör 1

Kören för dig i åk 3.

Fika från kl 14.30.

Vi medverkar även på gudstjänster och konserter.

Tors kl 15.00–15.45

Anmälan till Majda Burstedt.

Diskantkör 2

Kören för dig i åk 4–6.

Vi sjunger blandad repertoar. Du får lära dig läsa noter och utveckla din sångröst.

Vi åker även på läger och medverkar på gudstjänster och konserter.

Tors kl 16.10–17.10

Anmälan till Majda Burstedt.

Efter plugget

Efter plugget är en fritidsverksamhet för dig på mellanstadiet. Här kan du hänga, träffa nya kompisar, fika, spela brädspel och pyssla.

Tors kl 15.00–17.00

15 jan–4 juni uppehåll 5 feb, 26 feb, 2 april, 9 april, 30 april, 14 maj



Ungdomsgrupp

Ungdomsgruppen för dig från 13 år är en öppen kväll som du inte behöver anmäla dig till, bara att dyka upp när du vill och har möjlighet.

Programmet kommer att formas längs vägen med hjälp av de unga ledarna, men brukar vara en blandning av att bara chilla, umgås, plugga och gemensamma aktiviteter som; lekar, samtal och avslutande andakt.

Lite hungrig? Varma mackor och varm choklad serveras.

Tors kl 18.00–20.30

15 jan–4 juni uppehåll 5 feb, 26 feb, 2 april, 9 april, 30 april, 14 maj

Konfirmation

Kontakta Stella Sunnberg om du vill ha information om de olika konfirmationsalternativen i Sofia församling.

Följ gärna **Ung i Sofia** på **Instagram**:
<https://www.instagram.com/ungisofia/>

Mötes- platser



Soppluncher

I samband med stavgången på tisdagar och lunchmusiken på torsdagar är du välkommen att äta hemlagad sopplunch och fika à 50 kr.

Tis kl 12.00

20 jan–19 maj uppehåll 24 feb, 31 mars, 7 april

Tors kl 12.30

29 jan–21 maj uppehåll 5 feb, 26 feb, 9 april, 16 april, 30 april, 14 maj

Afternoon Tea

I samband med söndagskonserterna är du välkommen att njuta av hembakade scones, bakverk och goda teer à 50 kr.

Sön kl 14.30–16.00

1 feb, 15 mars & 3 maj

Gubbröra

”Mat med prat” för dig som är man. Vi lär oss laga klimatsmart mat, umgås, samtalar och äter tillsammans. Kostnad 100 kr/gång.

Anmäl dig till Per Jarnemo.

Fre kl 10.00–13.30

6 feb, 6 mars & 17 april

Hantverksgrupp

Är du sy- eller stickentusiast eller gillar du andra typer av hantverk som att måla och teckna?

Då är du välkommen att handarbета tillsammans med andra. Ta gärna med eget material. Det går även bra att använda material som finns på plats.

Tors kl 13.00–15.00

29 jan–21 maj uppehåll 5 feb, 26 feb, 2 april, 9 april, 16 april, 30 april, 14 maj

Canastagrupp

Välkommen att spela kortspelet Canasta. Det är både roligt och ett bra sätt att träna sitt minne.

Tors kl 13.00–15.00

29 jan–21 maj uppehåll 5 feb, 26 feb, 2 april, 9 april, 16 april, 30 april, 14 maj

Engagera dig gärna ideellt!

Det finns många olika uppgifter att engagera sig i och du väljer själv hur mycket du vill ge av din tid. Välkommen att prata med någon i personalen om du vill veta mer eller sök information på Sofia församlings hemsida.

Samtal



Öppna bibelsamtal

Vi samtalar om nästa veckas evangelietext. Funderar på vilka psalmer som kan passa och som vi skulle vilja sjunga. Sopplunch erbjuds kl 12.00.

Tisdagar 13.00–13.45

27 jan–2 juni uppehåll 24 feb, 31 mars, 7 april, 26 maj

Enskilt samtal

– Själavård och stödsamtal

Enskilda samtal är för dig som vill prata med en präst eller diakon om din livssituation och det du bär på här och nu.

Det kan handla om stort som smått: tro, sorg, ensamhet, personliga relationer, eller livsavgörande val som kan kännas alltför stora att bearbeta på egen hand. Att få uttrycka sina tankar och upplevelser i ord kan vara ett sätt att göra tillvaron mer begriplig.

Man kan träffas för ett eller flera samtal, och det är kostnadsfritt. Det som sägs i själavården stannar mellan dig och prästen/diakonen som har tystnadsplikt.

Du är välkommen att kontakta oss:

Tove Carlson, Åsa Jakobsson, Marcus Lundberg Smith & Are Norrhava

Biblioterapi på *Luma bibliotek*

Välkommen till en kontemplativ vår i litteraturens tecken för dig som är ledig dagtid.

Vi gör enkla skriv- och skapandeuppgifter och delningar kring korta texter. Ingen förberedelse eller förkunskap krävs till dessa tillfällen, bara kom som du är. Biblioteket bjuder på kaffe/te och kaka.

Biblioterapin görs i samarbete med Luma bibliotek. Du behöver inte kunna komma på alla träffar.

Anmäl dig till ett eller flera tillfällen genom att mejla:

luma.ssb@stockholm.se

Tors kl 10.30–12.00

29 jan, 19 feb, 19 mars, 23 april & 21 maj

Kontaktperson i Sjöstadskapellet är Tove Carlson.

Kropp & själ

Helig andning

Meditation med fokus på andetaget. Träningen är kostnadsfri, yogamattor och meditationspallar finns att låna. Kom gärna en stund innan om du är ny!

Mån 18.15–19.00

19 jan, 2 feb, 16 feb, 9 mars & 23 mars

För dig som önskar serveras fika till självkostandspris från kl 17.30.

Meditativ rörelseträning

Här får du en skön stund med långsamma och enkla stretchövningar för smidighet, andning och avslappning. Träningen är kostnadsfri och yogamattor finns att låna.

Mån 13.00–13.40

19 jan–18 maj uppehåll 23 feb, 6 april

För dig som önskar serveras kaffe/te och mörk choklad efteråt à 20 kr.

Mån 18.15–19.00

26 jan, 9 feb, 2 mars, 16 mars & 30 mars

För dig som önskar serveras kaffe/te och matig smörgås à 40 kr från kl 17.30.

Stilla söndag

Släpp vardagens krav och kom för två timmars tyst miniretreat där du får tid för eftertanke, återhämtning och stillhet. Info och kontakt: Tove Carlson

Sön 12.30–14.30

18 jan

"Vila i tro och ton."

Vad vill Gud säga mig idag?

Välkommen att i tystnad reflektera kring en kort bibeltext enligt "Lectio Divina", ett meditativt sätt att läsa Bibeln.

Meditationerna varvas med klassisk flöjt/pianomusik.

8 feb

"Kreativ Sinnesro."

Ge dig själv sinnesro genom kreativitet och ditt skapande. Ta gärna med ditt eget handarbete. På plats kommer att finnas papper, pennor, färg och visst annat enkelt "skaparmaterial".

I inledande andakt får du några texter och tankar att reflektera över. Du väljer sedan om du vill vara i tystnad eller ej.

8 mars

"Vila i musiken."

Tillsammans får vi i tystnad lyssna till Karin Lindmark, gitarrist, sångerska och sjöstadsbo som spelar gitarr, sjunger och läser egna dikter om kärlek, hopp, liv och längtan.

Stavgångsvandring

Välkommen att promenera med eller utan stavar ca 5 km i varierande terräng. Under vandringen tar vi en paus för bön eller reflektion, som du gärna får vara med och leda. Efteråt kan du stanna på hemlagad sopplunch och fika.

Tis kl 10.30–12.00

20 jan–19 maj uppehåll 24 feb, 31 mars, 7 april



Musik & kultur



Söndagskonsert

Vid tre tillfällen under våren bjuds det in till söndagskonsert med fri entré.

Sön kl 16.00

1 feb

I John Enningers fotspår – På skånska

Folkliga koraler i jazztappning. Tre jazzmusiker som tolkar folkliga koraler från Skåne. Rasmus Borg, piano & arr

Oskar Schönning, bas

Magnus Vikberg, trummor

15 mars

Program kommer

3 maj

Sinnenas hus

Irmelin – tre röster, sånger inspirerade av den muntliga koraltraditionen från Gammalsvenskby i Ukraina. Sånger som har burit människor i generationer och som fortsätter att ge hopp, tröst och ljus. Eva Rune, Karin Eriksson Back och Maria Misgeld.

I samband med konserterna är det *Afternoon Tea* kl 14.30–16.00.

Lunchmusik

Njut av stämningsfull musik mitt på dagen med fri entré.

Musiken framförs vanligtvis av Sofia församlings egna musiker Majda Burstedt och Maria Kristenson och ibland bjuds även gästmusiker in från bl a Kulturama.

Efter konserten erbjuds sopplunch och fika à 50 kr.

Tors kl 12.00

29 jan–21 maj uppehåll 5 feb, 26 feb, 2 april, 9 april, 16 april, 30 april, 14 maj

Sofia Kapellkör

Kören lägger större vikt på den klassiska repertoaren, men blandar också med andra genrer och framträder regelbundet i mässor och konserter i både Sjöstadskapellet och Sofia kyrka. Kören åker även på resor och körinternat.

Ons kl 18.30–21.15

Just nu söker kören tenorer och basar.

Anmäl intresse till Majda Burstedt.

Konstsalong

Lokala konstnärer är på plats och visar upp sina alster. Mingel med musik, dryck och tilltugg.

Är du minst 15 år och en av dem som vill ställa ut alltifrån målningar till bonader och skulpturer? Välkommen att höra av dig både du som är van och du som aldrig provat förut!

Anmälan senast 27 mars. Skicka foton på 1–3 namngivna verk, där även ungefärlig storlek framgår.

Kontakt: Heléne Eliasson

Lör 25 april kl 11.00–15.00

Valborgsfirande

Körer från Sofia församling sjunger in våren vid Lilla Sickla äng. Vårtal och brasan tänds kl 20.00. Samarrangemang med Sofia Hembygdsförening.

Tors 30 april kl 19.30

Nationaldagsfirande

Barntåg från Sjöstadskapellet kl 9.45 med flaggor, ballonger och musik. Flaggan hissas kl 10.00 på Lugnets Terrass. Barnkör, tal och brassband. Ta gärna med egen picknickkorg. Samarrangemang med Sofia Hembygdsförening.

Lör 6 juni kl 10.00 Lugnets Terrass

Stötta musiken!

Ge gärna ett bidrag till musikverksamheten i Sjöstadskapellet. Swisha med hjälp av QR-koden eller till 123-371 87 56.



123-371 87 56



Sjöstadskapellet

Lugnets Allé 46

Vid Tvärbanans station Sickla Kaj

120 66 Stockholm

Växeln Sofia församling: 08-615 31 00

Telefontider: Mån, tis & tors kl 9.00–12.00

svenskakyrkan.se/sofia

facebook.com/sjostadskapellet

facebook.com/sofiaforsamling

Öppettider

Mån, tis & tors 9.30–16.00 **Ons** 13.00–16.00

Fre & lör öppet i samband med förrättning

Sön öppet i samband med gudstjänst kl 11.00

Präster

Åsa Jakobsson, präst/KBT-terapeut

08-615 31 55

asa.jakobsson@svenskakyrkan.se

Marcus Lundberg Smith, präst 08-615 31 08

marcus.lundbergsmith@svenskakyrkan.se

Are Norrhava, präst 08-615 31 58

are.norrhava@svenskakyrkan.se

Johanna Öhman, kyrkoherde 08-615 31 02

johanna.ohman2@svenskakyrkan.se

Diakon

Tove Carlson, diakon 08-615 31 09

tove.carlson@svenskakyrkan.se

Musiker

Majda Burstedt, organist 08-615 31 35

majda.burstedt@svenskakyrkan.se

Maria Kristenson, musikpedagog 08-615 31 24

maria.kristenson@svenskakyrkan.se

Pedagoger

Heléne Eliasson, pedagog/kommunikatör

08-615 31 36

helene.eliasson@svenskakyrkan.se

Stella Sunnberg, pedagog 08-615 31 48

stella.sunnberg@svenskakyrkan.se

Kapellvärd

Per Jarnemo 08-615 31 32

perchrister.jarnemo@svenskakyrkan.se