



Andra typer av stöd

Enskilda samtal

Det finns även möjlighet för enskilda samtal. Vänd dig till en präst eller diakon.

Umgås med andra

Ensamhet är för många den svåraste erfarenheten i samband med sorg. Församlingens olika verksamheter erbjuder gemenskap i aktiviteter eller helt enkelt möjlighet att umgås med andra.

Jourhavande präst

Jourhavande präst erbjuder akut samtals- och krisstöd och är en del av Svenska kyrkans självvård. Jourhavande präst lyssnar, och det som sägs stannar mellan er. Du kontaktar Jourhavande präst via telefon, digitalt brev eller chatt.

Telefon: Ring 112 och fråga efter jourhavande präst. Samtal tas emot alla dagar 21.00–06.00

Digitalt brev: Du kan skicka ett digitalt brev till jourhavande präst när du vill. Brevlådan är alltid öppen och du får svar inom 24 timmar.

Chatta: Genom vår chatt når du jourhavande präst alla kvällar 20.00–24.00



Stöd i sorg för unga

Träffa andra unga som förlorat någon

Det finns även möjlighet för barn och ungdomar att delta i en sorgegrupp. När de vanliga vännerna inte kan förstå, kan en sorgegrupp vara till hjälp. Där träffar du andra barn eller ungdomar som har förlorat någon som stått dem nära.

En sorgegrupp startar när det finns tillräckligt många anmälda. Det innebär att det kan dröja en termin från att ni anmält ert intresse tills gruppen kommer igång. Om du vill delta i en grupp är det därför viktigt att du anmäler ditt intresse.

Sorgegrupper för barn och unga sker i samarbete mellan olika församlingar i Stockholm.

Anmälan

För mer information och intresseanmälan kontakta Monika "Monne" Larsson, diakon,
08-445 96 39, 070-645 96 39
monika.larsson@svenskakyrkan.se



Svenska kyrkan

Västerleds församling

När någon nära dör



Svenska kyrkan

Västerleds församling

"Att dela sin upplevelse och sorg med andra kan vara ett steg på vägen".

Leva vidare – ett stöd i sorgen

Varje människas sorg är unik. Det kan vara en hjälp att berätta om sina tankar och känslor, känna igen sig i varandras berättelser och samtala om hur du kan komma vidare i livet.

Det finns olika sätt att sörja – alla gör vi det på vårt eget vis, det ena är inte bättre eller sämre än något annat.

Vi behöver förstå och acceptera att vi hanterar vår sorg olika. Den kan visa sig i form av uppgivenhet och förtvivlan över det som aldrig blev sagt eller gjort, till och med kanske vrede över att bli lämnad.

Det tar ibland tid att bearbeta och acceptera den förlust man drabbats av. Att dela sin upplevelse och

sorg med andra kan vara ett steg på vägen. Sorgegruppen för vuxna vänder sig till dig som förlorat en närstående, livskamrat, syskon, förälder eller vuxet barn.

Leva vidare-grupp varje termin

Västerleds församling inbjuder till samtalsgrupper som leds av diakoner, vilka har tystnadsplikt. Leva vidare-grupperna brukar bestå av 3–7 deltagare. Gruppen träffas på onsdagar eller torsdagar vid sex tillfällen samt en återträff. Vårgruppen startar i februari och höstgruppen startar i oktober.

Kontakta någon av diakonerna om du vill anmäla dig eller veta mer.

Läs mer: svenskakyrkan.se/vasterled/stod-i-sorgen

Mer information och anmälan:

Monika "Monne" Larsson

diakon

08-445 96 39, 070-645 96 39

monika.larsson@svenskakyrkan.se



Pauliina Rydman

diakon

08-445 96 28, 070-955 51 80

pauliina.rydman@svenskakyrkan.se

