

Dela din sorg och saknad

Det är svårt att mista en vän,
så svårt att mista en vän.
Något fint går itu.
Här är jag. Var är du?
Jag vill tro att vi träffas igen.

Psalm 799

Välkommen till en stödgrupp i sorg

Att mista en närstående är en känslomässig påfrestning. Livet förändras på många sätt. Att dela tankar, känslor och minnen med andra i liknande situation kan göra sorgen mer uthärdlig att leva med.

Svenska kyrkan Falun bjuder regelbundet in till samtalsgrupper, där du som bär på en sorg får träffa andra i liknande situation. Här finns möjlighet att dela med sig av tankar och känslor. Att få höra hur andra hanterar sina reaktioner och sin vardag, kan vara till hjälp i sitt eget liv.

Det kostar ingenting att vara med, och du behöver inte vara medlem i Svenska kyrkan.

Så går det till

- Vi träffas i en liten grupp vid fem tillfällen x 2 timmar på Kristinegården, Kristinegatan 11 eller på Mariagården, Seminariegatan 1
- Vi fikar och samtalar om vilka vi är och om hur livet såg ut med den vi mist. Vi pratar om dödsfallet, tiden efter begravningen, om saknad och omgivningens reaktioner. Tillsammans försöker vi bearbeta sorgen och finna en väg framåt
- Allt som sägs i gruppen stannar mellan oss i gruppen
- Grupperna kommer att starta efter nyår

För mer information och frågor

Har du frågor så kontakta:
Växeln 023-70 20 06 eller 70 20 07
valu.pastorat@svenskakyrkan.se

Intresseanmälan till stödgrupp i sorg

Namn:

Adress:

E-post:

Telefon:

Relation till din avlidna anhöriga:

Tex partner, förälder, barn:

Jag är intresserad av en grupp som träffas på

Eftermiddag ca 14.00–16.00

Kväll ca 18.00–20.00

Skogens katedral, startar i maj 2023. Se baksidan

Något annat du önskar meddela oss:

.....

Anmälan

Anmäl ditt intresse, senast 10 februari, genom att skicka/lämna denna sida till:


Svenska kyrkan i Falun, Kristinegatan 11, 791 71 Falun

eller skriv till falun.pastorat@svenskakyrkan.se

eller ring 023-70 20 06 eller 70 20 07

Efter en tid, får du ett meddelande om när gruppen startar.

Du har fått denna inbjudan eftersom du begravt en anhörig i Svenska kyrkan Falun. Dela gärna denna inbjudan till andra som kan vara i behov av stöd i sin sorg.



Skogens katedral

Idag vet vi utifrån forskning och beprövad erfarenhet att naturen har en läkande kraft. *Skogen är min kyrka*, säger människor ofta. Många beskriver att de finner ro eller upplever andlighet i naturen.

Genom den kunskapen erbjuder vi även möjligheten att samtala om sorg och saknad ute i naturen.

Är du intresserad av att delta eller har frågor?

Kontakta Anna-Lena Nihlman, 023 - 70 20 64 eller skriv till anna-lena.nihlman@svenskakyrkan.se

Enskilt samtal

Önskar du prata enskilt med präst eller diakon?

Ring då bokningen på telefon 023-70 20 00 och boka in ett kostnadsfritt samtal.

MER INFORMATION OM VAD SOM HÄNDER I

SVENSKA KYRKAN FALUN

Besök: Kristinegården, Kristinegatan 11

Ring: 023-70 20 00

E-post: valu.pastorat@svenskakyrkan.se

Hemsida: svenskakyrkan.se/falun

facebook.com/svenskakyrkanfalun