



Stöd för dig som sörjer

SORGGRUPPER I DOMPROSTERIET

INLEDNING

Livet blir inte alltid som vi har tänkt. Sjukdomen kommer mitt i livet. Död och förluster av olika slag drabbar oss. Vi vet att det är en del av livets villkor och ändå är det svårt att hantera när vi drabbas.

Sorg är något som alla någon gång får uppleva. Sorgen har många färger och tar sig många uttryck. Många menar att sorg går över med tiden. Men sorg går inte över av tid utan av att vi bearbetar den.

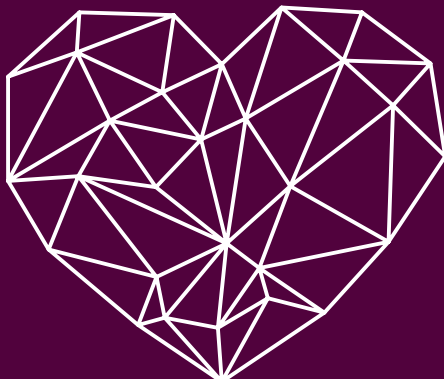
Sorggruppen blir för många väldigt viktig. Där möter man människor som delar den egna erfarenheten. Vi kan förstås aldrig helt förstå hur det är för någon annan. Men det finns mycket som vi kan känna igen i varandras berättelser.

Vi startar nu ett samarbete i kontraktet och erbjuder ett gemensamt utbud.

OM KONTRAKTET

Vi är sju församlingar som ingår i det kontrakt som kallas Domprosteriet. Församlingarna är Strängnäs domkyrkoförsamling, Frustuna församling, Mariefred, Daga, Vårfruberga-Härad, Åker Länna, Stallarholmen. Vi börjar nu ett samarbete med våra sorggrupper och sorgdagar.

I vilken församling man än bor är man fri att välja den grupp eller dag som passar bäst.



SORGDAGAR

Vi är tillsammans under en dag.

Den här dagen får vi pröva på lite olika sätt att bearbeta sorgen.

Genom samtal, kreativa metoder, avspänning osv får sorgen komma till tals.

En föreläsning om sorg ingår också i dagen.

Utöver någon från den lokala församlingen medverkar även:

Lena Fagéus

– kyrkoherde i Frustuna församling och leg. psykoterapeut

Carin Saracco

– biträdande kyrkoherde i Strängnäs domkyrkoförsamling,
medarbetare i MSB:s stödstyrka, mm.



20 oktober 2018, kl. 10–15 i Stallarholmen,

ANMÄLAN TILL Birgitta Karlsson 0152 346 46 / birgitta.l.karlsson@svenskakyrkan.se



24 november 2018, kl. 10–15 i Frustuna,

ANMÄLAN TILL 015822100 / frustuna.forsamling@svenskakyrkan.se



16 januari 2019, , kl. 10–15 i Strängnäs

ANMÄLAN TILL 0152–24524 / ulf.klingowstrom@svenskakyrkan.se



23 mars 2019, , kl. 10–15 i Fogdö

ANMÄLAN TILL 015220014 (tis-tors 10–12)/ varfruberga-harad@svenskakyrkan.se

SORGGRUPPER

I kontraktet erbjuder vi några olika upplägg av sorggrupper.

Vilken församling du än tillhör är du välkommen att anmäla

dig till den grupp som passar dig bäst i tider och upplägg.



I Frustuna HT: ca 15 träffar med start december 2018

ANMÄLAN TILL 0158–22100 / frustuna.forsamling@svenskakyrkan.se



I Strängnäs HT: tisdagar v.40–44 kl 15.30–17,

I Lilla stugan, Domherren Kyrkans hus.

I Strängnäs VT: familjegrupp å 8 ggr

ANMÄLAN TILL ulf.klingowstrom@svenskakyrkan.se, 0152–24524

"Stå stilla i smärtan,
rotad i det som är ljus i dig.
Låt svärdet gå genom dig.
Kanske det inte alls
är ett svärd.

Kanske det är en stängaffel.
Du blir en ton.

Du blir den musik
du alltid längtat efter
att få höra.

Du visste inte att du var en sång."

-YLVA EGGEHORN