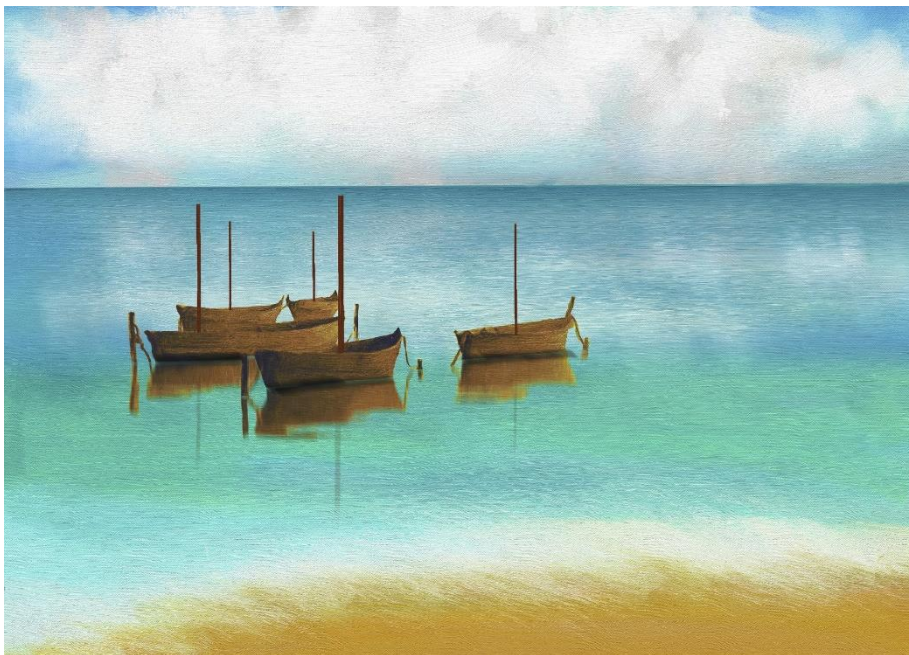




# Helsingin seurakuntien sururyhmät syksyllä 2021

Läheisen ihmisen kuolema järkyttää ja koskettaa. Jokainen meistä suree omalla tavallaan ja oman aikansa.

Toipuminen surusta on kuoleman todellisuuden hyväksymistä, siihen sopeutumista, että kaipausta kuuluu nyt omaan elämään. Rakas ihminen ei unohdu. Hän on läsnä sydämessä ja mielessä.



Sururyhmä on vertaisryhmä, jossa saa jakaa ajatuksia ja tunteita läheisen kuolemaan ja suruun liittyen sekä yhdessä etsiä voimavaroja surun matkalla. Ryhmässä voi luottamuksellisesti keskustella ja kysyä vaikeitakin kysymyksiä. Suosittelemme, että menetyksestä on ryhmän alkaessa kulunut jo muutama kuukausi.

Ryhmät ovat maksuttomia ja kaikille avoimia asuinpaikasta riippumatta.

## Haagan seurakunta

Sururyhmä keskiviikkoisin 15.9.–20.10. klo 17.30–19 Huopalahden kirkolla, Vespertie 12 A, 2. krs. Ryhmää vetävät diakoniatyöntekijä Mia Salmio ja rovasti Tuula Sääksi. Ilmoittautuminen Mia Salmiolle 1.–10.9. p. 09 2340 5128 tai [mia.salmio@evl.fi](mailto:mia.salmio@evl.fi)

## Herttoniemen ja Vartiokylän seurakunnat

Sururyhmä torstaisin 30.9.-4.11. sekä 2.12 Myllypuron kirkolla, Neulapadontie 12. Tiedustelut ja ilmoittautumiset 1.9. alkaen ohjaajille: [leena.nygaard@evl.fi](mailto:leena.nygaard@evl.fi), p. 09 2340 6450, tai [sari.oikarinen@evl.fi](mailto:sari.oikarinen@evl.fi), p. 09 2340 3352.

## Kallion seurakunta

Sururyhmä torstaisin alkaen 16.9. klo 18–19.30 kokoontuen joka toinen viikko Kallion kirkon Vihreässä salissa, Itäinen Papinkatu 2, yhteensä 5 kertaa. Vetäjänä diakoniatyöntekijä Anne Mäki-Kokkila ja Pastori Eeva-Liisa Hurmerinta. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: [anne.maki-kokkila@evl.fi](mailto:anne.maki-kokkila@evl.fi).

## Lauttasaaren seurakunta

Avoin sururyhmä sinulle, joka olet menettänyt läheisesi jokin aikaa sitten, keskiviikkoisin klo 17.30-19 alkaen 8.9. Lauttasaaren seurakunnan tilassa Heikkiläntie 7, 4. kerros (kirkko on remontissa). Kokoonnumme yhteensä 5 kertaa: 8.9, 13.10, 17.11, 15.12. sekä 12.1.2022. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua ennakoon. Vetäjinä pastori Marko Heusala ja diakoniantyöntekijä Taina Viherkari.

## Mikaelin seurakunta, Kontula

Sururyhmä alkaa 23.9. Mikaelinkirkolla, Emännänpolku 2, ja kokoontuu torstai-iltaisoin klo 19-20.30 yhteensä 6 kertaa. Tiedustelut ja ilmoittautumiset ryhmän ohjaajalle Eva-Lisa Lindströmille p. 050 559 3657 tai [eva-lisa.lindstrom@evl.fi](mailto:eva-lisa.lindstrom@evl.fi)

## Munkkiniemen seurakunta

Sururyhmä keskiviikkoisin 17.11.–15.12. klo 17.30–19 Munkkivuoren kirkolla, Raumantie 3. Ryhmää vetävät diakoniatyöntekijä Mia Salmio ja rovasti Tuula Sääksi. Ilmoittautuminen Mia Salmiolle 11.11. mennessä p. 09 2340 5128 tai [mia.salmio@evl.fi](mailto:mia.salmio@evl.fi)

## Oulunkylän seurakunta

Avoin sururyhmä keskiviikkoisin klo 18-19.30 alkaen 29.9. Oulunkylän kirkon takkahuoneessa, Teinintie 10, 2. krs. Ei tarvitse ilmoittautua

ennalta. Tiedustelut: Oulunkylän seurakunnan kirkkoherranvirasto, p. 09 2340 5300 (ma, ti, to, pe klo 9-12, ke klo 13-16).

### **Paavalin seurakunta, Vallila**

Sururyhmä maanantaisin alkaen 25.10. klo 18–19.30 Paavalinkirkon alasalissa, Sammatintie 5. Ryhmä kokoontuu joka viikko ajalla 25.10.–29.11. Vetäjänä pastori Elina Koivisto, jolle ilmoittautumiset p. 050 322 1738 tai [elina.koivisto@evl.fi](mailto:elina.koivisto@evl.fi)

### **Roihuvuoren seurakunta**

Sururyhmä kokoontuu Roihuvuoren kirkolla, Tulisuoontie 2, 14.10., 28.10., 4.11., 11.11. ja 25.11. klo 13-14.30. Ilmoittauduthan etukäteen diakoniatyöntekijä Saara Menezeksille: [saara.menezes@evl.fi](mailto:saara.menezes@evl.fi), p. 09 2340 5728. Keväällä 2022 alkaa iltaryhmä Laajasalon kirkolla. Tiedotamme siitä lähempänä.

### **Tuomiokirkkoseurakunta**

Sururyhmä torstaisin alkaen 11.11. klo 17.30–19 Katajanokan seurakuntakodilla, Kauppiaankatu 8–10 B, muut kokoontumiset 25.11., 2.12., 9.12., 16.12., 13.1.2022 ja 27.1. Ryhmään otetaan 7 osallistujaa. Vetäjänä pastori Tiina Silvo, jolle ilmoittautumiset p. 050 526 4164.

### **Töölön seurakunta**

Sururyhmä torstaisin klo 13–15 alkaen 30.9. Temppeliaukion kirkon seurakuntasalissa, Temppelikatku 16 A. Ryhmä kokoontuu ajalla 30.9.–4.11. (ei syyslomaviikolla 21.10.), yht. 5 kertaa. Vetäjinä diakoniatyöntekijä Maija Åker ja pastori Santeri Kaleva. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Maija Åker p. 09 2340 6370.

### **Vartiokylän seurakunta, ks. Herttoniemen seurakunta**

### **Vuosaaren seurakunta**

Sururyhmä Vuosaaren kirkolla, Satamasaarentie 7, torstaisin klo 14.30–16. Syksyn kokoontumiset 23.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11. ja 25.11. Ilmoittautuminen ohjaajille: Pia Nordlund, p. 09 2340 6542, [pia.nordlund@evl.fi](mailto:pia.nordlund@evl.fi) ja Antti Pesonen p. 09 2340 6533 / 050 4060 039, [antti-pekka.pesonen@evl.fi](mailto:antti-pekka.pesonen@evl.fi). Ilmoittautuneisiin otetaan yhteyttä ennen ryhmän alkua. Mikäli koronatilanteessa tapahtuvat muutokset aiheuttavat kokoontumisrajoituksia syksyn aikana, ryhmä pyritään järjestämään etätapaamisina Teamsin kautta.

## Sorgbearbetning

En kurs i sorgbearbetning, som ger dig tillgång till en konkret metod för att bearbeta din sorg och smärta, oavsett vad som orsakat de. Vi tar emot max. 10 deltagare i anmälningsordning. Kursen är avgiftsfri. Vi bjuder på smörgås och kaffe eller te.

Måndagar 20.9–15.11. kl. 17-19. Obs! Ingen träff 18.10., Folkhälsans huvudbyggnad, Topeliusgatan 20. Anmäl dig senast 13.9. • [nina.hongell-ekholm@folkhalsan.fi](mailto:nina.hongell-ekholm@folkhalsan.fi), tfn 050 430 6091 • [maria.hallpanttaja@evl.fi](mailto:maria.hallpanttaja@evl.fi), tfn 050 380 0922

## Surupiiri verkossa

Surupiiri tiistaisin klo 18–19. Jokainen ryhmä on itsenäinen eli voit liittyä mukaan silloin kun sinulle sopii. Ilmoittaudu mukaan sähköpostilla [varustamot.helsinki@evl.fi](mailto:varustamot.helsinki@evl.fi) tai lähetä viesti ja yhteystietosi (ääni- tai tekstiviesti) Varustamon numeroon 050 533 8989. Lähetämme sinulle linkin tapaamiseen. Yhdessä ryhmässä voi olla enintään 6 henkilöä. Päivämäärät 7.9, 14.9, 21.9, 28.9, 5.10, 12.10, 19.10, 2.11, 9.11, 16.11, 23.11, 30.11, 7.12 ja 14.12.



Huom! Syksyn 2021 ryhmissä muutokset mahdollisia koronatilanteesta riippuen. Tarkista ryhmän toteutuminen seurakunnan kohdalla mainitulta yhteyshenkilöltä tai seurakunnan nettisivuilta.

**Lisätietoja oman alueesi seurakunnasta sekä nettisivuilta [helsinginseurakunnat.fi/apuajatukea/surussa](https://helsinginseurakunnat.fi/apuajatukea/surussa).**



KIRKKO HELSINGISSÄ  
KYRKAN I HELSINGFORS