



12 steg i Hedvig

– NYA GRUPPER STARTAR I SEPTEMBER 2021!

En självhjälpgrupp för livsutveckling och som hämtar sin inspiration från Tolvstegsrörelsen.

De 12 stegen utvecklades som ett kraftfullt verktyg för förändring och livsutveckling. De innehåller en visdom som kan hjälpa alla människor, oavsett hur livet gestaltar sig. De olika stegen är präglade av ett andligt perspektiv.

Erfarna ledare handleder gruppen som träffas en gång i veckan under 13 veckor. Ledarna håller i ramarna men deltar också i gruppen på samma villkor som deltagarna. I gruppen sätter vi ord på känslor och tankar om var vi befinner oss i livet utan att kommentera eller ge varandra råd.

Allt som sägs stannar i rummet. Denna process leder ofta till ett djupare möte med oss själva, med våra medmänniskor och med Gud eller en Högre Kraft sådan vi själva uppfattar den.

När vi vågar öppna upp och dela med oss av oss själva, utvecklas en känsla av samhörighet och trygghet som vi kan vila i. I gemenskapen får vi kraft att möta det som står mellan oss och livet.

Det är kostnadsfritt att delta i 12 Steg i Hedvig.

DATUM: september–december 2021

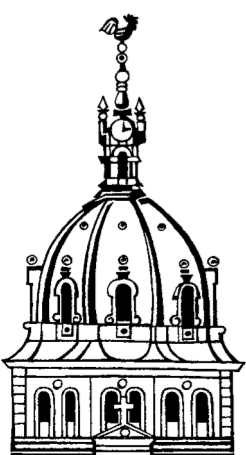
TIDER: tisdagar kl 16.15–17.45 Storgatan 7, 1 tr (startar 7/9)

söndagar kl 17.15–18.45 Storgatan 7, 1 tr (startar 12/9)

DIGITAL GRUPP: onsdagar kl 18.00–19.30 (startar 8/9 via Zoom)

ANMÄLAN: Mejla till 12stegihedvig@gmail.com

Det går också bra att ringa: **076-420 38 50**



HEDVIG ELEONORA KYRKA

Din öppna kyrka vid Östermalmstorg · www.hedvigeleonora.se

Svenska kyrkan 

HEDVIG ELEONORA
FÖRSAMLING