



Aktiviteter *tillsammans*

Det finns många grupper och mötesplatser under våren 2026, du är välkommen att vara med!



**Svenska
kyrkan**

Ev förändringar hittar du på hemsidan under kalender.

Café Trädgårn

Café Trädgårn är ett socialt café och mötesplats i Härnösand där alla är välkomna. Här bedrivs försäljning av hembakat fikabröd, rättvisemärkt kaffe & te. Om du behöver prata med en diakon så finns det möjlighet till det.

Måndag– fredag: kl 9.00–15.00

Lördag: kl 11.00– 14.00

Nummer till caféet: 0611-288 65

Mer info aktiviteter på Trädgårn: Hilma Lindell, tel 0611-288 25,
mail hilma.lindell@svenskakyrkan.se

Måndagspromenad

Vill du njuta av frisk luft och meningsfulla samtal? Vi utgår från Trädgårn och promenerar tillsammans ca 30–45 min.

Måndag kl 13.00, från 4/5–15/6

Samlingsplats: Utanför Trädgårn, Trädgårdsg. 7

Sjung bara sjung!

Café Trädgårn har **varje torsdag kl 13.00** en **prestigelös kör** som alla kan vara med på. Ingen anmälan krävs, bara att dyka upp!

Café Mötesplats

Café Mötesplats är en öppen verksamhet för dig inom funktionsstöd. Kom och träffa kompisar, spela spel och köp fika!

Onsdag: kl 17.30–20.00

Ett samarbete med Härnösands kommun som har personal på plats.

Domkyrkan

Gemenskapsträff

Välkommen till en trivsamt stund med allsång, andakt och fika

Onsdag kl 13.00–14.30

Domkyrkans församlingsgård

Datum under våren:

21/1, 18/2, 18/3, 29/4, 20/5

Mer info: Sofia Berglund, 0611-288 24

Internationella gruppen

Vi arbetar för att skapa en rättvis värld utan hunger, fattigdom och förtryck. Våffeldag med vårbasar lördag 21/3 kl 12.00
Musikcafé i vårtid torsdag 23/4 kl 18.45

Tisdag kl 10.15–12.00

Domkyrkans utbyggnad, Franzégatan.

Datum: 13/1, 27/1, 10/2, 24/2, 10/3, 24/3, 14/4, 28/4, 12/5

Mer info: Johan Holgersson, 0611-288 03



Svenska kyrkan

Sticka & Virka

Tycker du om att sticka, virka eller brodera? Ta med dig ditt handarbete så ses vi för en stunds trevlig samvaro. Andakt och tid för reflektion, vi bjuder även på kaffe/te & smörgås.

Onsdag kl 17.30–20.00

Domkyrkans församlingsgård, Barn- och ungdomslokalerna, ingång från gaveln.

Datum: Varannan onsdag 28/1–3/6

Vill du sticka eller virka något värmande plagg som kan skänkas vidare? Detta kommer då att vidarebefordras till behövande inom församlingen.

Mer info: Elenor Andersson, 0611-288 23

Brädspelskväll *Nyhet!*

Välkommen till en kväll för vuxna som vill umgås, fika och spela brädspel i en avslappnad miljö. Kvällen börjar med en kort andakt, därefter finns tid för samtal, fika och spel. Här finns inga krav – du väljer själv om du vill spela, fika, komma tidigt eller droppa in senare. Alla som vill mötas i gemenskap utifrån en kristen värdegrund är välkomna. Träffen riktar sig till 18+. Ung vuxen, vuxen, medelålders eller pensionär kvittar – viktiga är gemenskapen. Bara att dyka upp, ingen anmälan.

Har du ett brädspel du gillar och vill dela med andra? Ta gärna med det!

Tänk bara på att:

- du har koll på reglerna
- ett spelpass är cirka 2 timmar
- spel lånas ut under eget ansvar

Start: Måndag 12/1

Tid: Måndagar 17.30–20.00

Plats: Domkyrkans församlingsgård barn- och ungdomslokalerna. (Ingång gaveln, Ludvig Nordströms gata.)

Kontaktperson: Marcus Ramstedt

073 675 71 77 eller marcus.erik.ramstedt@gmail.com

Möt Stillheten – kristen meditation

Kom & landa i stillheten, med ditt inre. Kristen djupmeditation ökar det kreativa tänkandet, sänker blodtrycket, dämpar ångest, och ökar motståndskraften mot stress; det är bara några av de många hälsofördelarna meditation ger. Inga förkunskaper krävs.

Onsdag kl 16.30–17.30 (Introduktion från 16.15)

Domkyrkan

Datum: 21/1–17/6

Mer info: Cristina Grönroos, 0611-288 02

Christina Ahlenius, 0611-288 21

Samtalskvällar efter Möt Stillheten – kristen meditation

Vi äter middag och delar tankar om vad som händer när vi vilar. Vad gör den kristna djupmeditationen med vår ande, kropp och själ?

Onsdag kl 17.30–19.00

Församlingsgården vid Härnösand domkyrka

Datum: 4/3, 22/4

Retreat i vardagen

För dig som söker en andlighet eller vill fördjupa din tro på Gud. Retreat i vardagen börjar söndag 15/2 kl 18.00 med gemensam måltid, på Vårsta diakonigård. Under retreaten lever du ditt vanliga liv, men avsätter 30 min. varje dag för bön och reflektion över bibeltexter du får av din följeslagare.

Under retreaten kommer du få träffa din följeslagare vid 4 tillfällen (18/2, 22/2, 25/2, 28/2)

Retreaten avslutas med gemensam samling och måltid, lördag 28/2 kl. 18.00, Bönsalen, Vårsta diakoni. Inga förkunskaper krävs.

Sista anmälan 3/2 på hemsidan. Pris 300 kr.

Datum: 15/2–28/2

Vårsta diakonigård

Mer info: Christina Ahlenius, 0611-288 21

Endagsretreat

En dag i tystnad för dig att vila och komma i kontakt med din djupaste längtan. Vi börjar med information och smörgåsfika och sedan är tiden din! Du kan vila eller använda dig av kreativt material som finns på plats. Dagen avslutas med mässa. Möjlighet till samtal med präst/diakon kommer erbjudas. Begränsat antal platser.

Lördag 30 maj kl 09.30– 17.00

Plats: Barn och Ungas lokaler i församlingsgården Härnösand. Anmälan via hemsidan senast 21/5.

I priset 150 kronor ingår förmiddagsfika, lunch samt eftermiddagsfika. Swish på plats.

Ledare: Mattias Huss, Stina Östman, Christina Ahlenius

Mer info: Christina Ahlenius, 0611-288 21

Lektio Divina

Vad har Bibeln med mitt liv att göra idag? Vad kan en bibeltext säga mig idag? Lektio Divina är en meditativ form av bibelläsning. Vi läser samma text flera gånger och funderar över den utifrån våra personliga tankar, känslor och erfarenheter. Vi lyssnar till varandras reflektioner utan att kommentera eller värdera. Man behöver inte ha några förkunskaper utan bara lite nyfikenhet på vad Bibeln kan ha med mitt liv att göra. Ingen föranmälan behövs.

Tisdagar udda veckor kl 19.00–20.30

Domkyrkans körrum (ingång från Franzégatan)

Datum: 10/2, 24/2, 10/3, 24/3, 7/4, 21/4, 5/5, 19/5, 2/6

Mer info: Lars-Edvin Nilsing. Tel: 0705166008

E-post: lasse.nilsing@gmail.com

Hemsö Mat & Prat

Mat, program, kaffe och andakt.

Tisdag kl 12.00–14.00

Hemsö församlingshem

Datum: 17/3 och 12/5

Mer info: Christina Ahlenius, 0611-288 21

Häggdånger

Sopplunch "Mat & prat"

Lunch, kaffe, program och samvaro.

Tisdag kl 12.00–14.00

Häggdångers församlingshem

Datum: 27/1, 24/2, 24/3, 21/4, 26/5

27/1 Neta Norén,

Saxofonist, berättar om sitt musikaliska liv.

24/2 Eva Nordung Byström

Berättar och läser ut sin bok "Vila i Guds hand"

24/3 Bäckmans gård, Häggdånger

21/4 Bo Anders Öberg

Berättar och visar bilder om bönhusens framväxt i Västernorrland.

I samarbete med De Gamlas Vänner. Mer info: Christina Ahlenius, 0611-288 21. Ev förändringar hittar du på hemsidan under kalender.

Högsjö

Martagruppen

Handarbete, samtal och andlig reflektion. Gruppen leds till största del av ideella medarbetare. Du bör ha tillgång till eget bibliotekskort för att komma in.

Fredag

kl 12.00–14.00 i Ramviks bibliotek

Datum: 23/1–22/5

Mer info: Christina Ahlenius, 0611-288 21

Stigsjö

Bibelsamtalsgrupp

En prestigelös samtalsgrupp där temat är "Öppna bibeln – studie i bibelns stora berättelser och personligheter", här kan man komma och fundera, ställa frågor, läsa & samtala kring Gud & innehållet.

Torsdag kl 18.30 – 21.00

Stigsjö församlingshem

Datum: 22/1, 5/2, 5/3, 19/3, 2/4, 16/4, 7/5, 21/5

Mer info: Jörgen Kristiansson, 070- 512 75 50.

I samarbete med SENSUS studieförbund.

Onsdagscafé

Gemenskapsträff med sång, musik och kaffe.

Vid varje träff har vi allsång med Emma Ekebjörk.

Onsdag kl 13.00

Stigsjö församlingshem

Datum: 11/2, 11/3, 8/4, 13/5, 10/6

Mer info: Stina Östman, 0611-288 22.

Tid & Rum för eftertanke

Varva ner inför helgen med oss! Vi börjar med en kopp kaffe eller te. Tillsammans stannar vi upp ett ögonblick från vardagens måsten och söker närheten av Gud genom avslappning, bibeltexter, tystnad, & reflektion.

Torsdag kl 18.00–20.00

Stigsjö församlingshem

Datum: 29/1, 26/2, 26/3, 23/4, 28/5

Mer info: Stina Östman, 0611-288 22.

Ledare: Mattias, Berit S och Stina.

Fasteauktion

Den traditionella fasteauktionen till förmån för Act Svenska kyrkans livsviktiga arbete för fred. Auktion, servering, Stigsjökören medverkar.

Torsdag 19/2 kl 18.30

Stigsjö församlingshem

Viksjo

Gudstjänst och kyrkkaffe på servicehuset i Viksjö

Gudstjänst och tid för gemenskap.

Torsdag kl 15.00

Viksjo servicehus

Datum: 12/2, 12/3, 9/4, 11/6

Mer info: Stina Östman, 0611-288 22

Övriga ledare: Emma Ekebjörk, Mattias Huss.

Enkel musikgudstjänst

Kväll för gemenskap och musik

Torsdagar

kl 18.00 Drop- in fika

kl 18.30 Enkel musikgudstjänst

Viksjo församlingshem

Datum: 12/2, 12/3, 9/4, 11/6

Mer info: Stina Östman, 0611-288 22

Övriga ledare: Emma Ekebjörk, Mattias Huss.

Seniorernas dag

Särskild inbjudan till församlingens seniorer kommer med posten. Gudstjänst och middag.

Söndag 24/5 kl 14.00

Viksjo församlingshem

Ev förändringar hittar du på hemsidan under kalender.

 www.svenskakyrkan.se/harnosand

  [svenskakyrkanharnosand](https://www.facebook.com/svenskakyrkanharnosand)



**Svenska
kyrkan**

Handarbetscafé

Ta med dig ett handarbete, vilket som helst, eller kom bara för att umgås och fika tillsammans.

Nya och tidigare deltagare hälsas välkomna!

Samarrangemang med Viksjö hembygdsförening.

Varannan måndag

kl 18.00–20.00

Viksjo församlingshem

Datum: 19/1, 2/2, 16/2, 2/3, 16/3, 30/3, 13/4, 27/4, 11/5, 25/5.

Mer info: Iréne Viklund, tel 0706975567.



Behöver du prata med någon?

Livet är inte spikrakt och kan många gånger vara rätt tufft. Våra präster och diakoner har tystnadsplikt och ni kan prata om vad som helst.

Kontaktuppgifter till respektive hittar du på hemsidan under "Kontakt" du kan också ringa församlingsexpeditionen på 0611-288 00 så hjälper vi dig vidare.



Sorgegrupper "Leva vidare"

En samtalsgrupp för dig som förlorat någon nära anhörig. Här kan du dela tankar och känslor med andra i liknande situation. Du är inte ensam i sorgen. Uppstart varje vår och höst.

Läs mer på hemsidan:

www.svenskakyrkan.se/harnosand/levavidare