

Nyhetsbrev December hos Himmel & Jord

Tacksam. Det här året har verkligen fått landa i hjärtat. Alla möten, samtal, andetag, tårar, skratt och stunder av stillhet – tack för att du velat vara en del av min resa under 2025.

Möten, samtal och minnen i begravningsdelen, "Pop-up perioden", de olika evenemang/aktiviteterna, sorgebearbetning och delade stunder – varje stund har betytt något.

Jag känner stor ödmjukhet inför varje person som klivit in genom dörren eller tagit modet att höra av sig och delat en bit av sin historia med mig..

December – en månad av både ljus och saknad

December bär ofta två sidor: Ljuset, värmen och förväntan... och samtidigt saknaden, tomheten och minnen som kommer närmare.

Oavsett hur din december ser ut hoppas jag att du hittar små stunder av ro och att du ger dig själv tillåtelse att känna det som känns.

Som alltid: du behöver inte bära allt ensam.

På gång hos Himmel & Jord

Nu är Pop-up perioden på St Larsgatan i Linköping slut men jag träffas gärna på ordinarie adress: Klostergatan 19, Linköping. Hör gärna av dig för ett samtal, en kaffe eller ett möte.

Julklappstips: Ge bort en Livsberättelse

En uppskattad och annorlunda gåva.

En personlig livsberättelse – i text och inspelat ljud – fylld med

minnen, perspektiv och livsmod.

Perfekt till någon som vill dela sin historia vidare till barn, barnbarn eller vänner. Möjlighet finns även att beställa en QR-kod som leder direkt till berättelsen (som sparas på en speciell sida) – fin att fästa på en tavla, ett foto eller i en minnesbok.

Läs mer här: [Himmel & Jord övriga tjänster](#)

👉 Svarar du "Livsberättelse", skickar jag mer info.

✨ **Gratis Webinar 3 december - "Vad kan Sorgbearbetning göra för dig?"** ✨

Under 45 minuter berättar jag om metoden, forskningen och de steg som faktiskt gör skillnad.

Du får också med dig två enkla verktyg att använda direkt.

👉 Anmälan: maila: liselotte@himmelochjord.nu för online-länk

Retreat på Vårdnäs Stiftsgård 31 januari – 1 februari 2026 🌿

En helg för återhämtning, läkning och klarhet.

Vi arbetar med *Programmet för Sorgbearbetning™*, andning, reflektion, enkel yoga och stilla rum för återhämtning.

Några platser kvar.

👉 Läs mer & boka här: [Retreat Vårdnäs 2026](#)
(eller: Skriv "Retreat" så får du informationen direkt)

Decembererbjudande ❤️

Vid bokning av Individuell Sorgbearbetning innan 31/12 får du:

→ 300 kr rabatt

→ En liten gåva vid första tillfället

Månadens dikt 🌸

*"Ack låt mig leva riktigt
och riktigt dö en gång,*

*så att jag rör vid verklighet
i ont som gott." – Karin Boye*

Mina varmaste decemberord 🕯️

Jag hoppas att december 2025 får bli så lugn, varm eller stilla
som du behöver.

Att andetagen landar mjukt.

Att minnen får finnas.

Och att du känner att du inte står ensam.

Tack för att du är här.

Tack för ditt förtroende.

Följ mig gärna på **Instagram** eller besök vår **Hemsida**

Allt gott, med värme,

Liselotte

Himmel & Jord och allt däremellan