

# Alla dagar vi fick tillsammans

*Del ett:*

**En skrift för  
föräldrar  
om barnets  
sista tid**



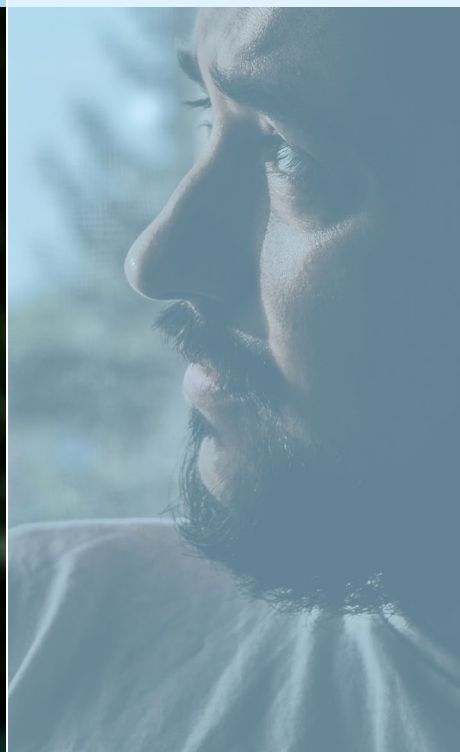
*Del två:*

**En skrift för  
föräldrar om  
att begrava  
sitt barn**



*Del tre:*

**En skrift för  
föräldrar om  
att leva vidare  
med sorgen**



Utarbetad i samarbete med läkare, konsultsjuksköterskor  
och syskonstödjare inom svensk barnonkologi.

**Bildkälla:** Unsplash

Personerna på bilderna har ingen koppling till innehållet i informationsmaterialet.

**Fler informationsmaterial som ges ut av Barncancerfonden:**

Att ha ett syskon med cancer  
*Information till föräldrar*

När det värsta har hänt  
*Hur föräldrar kan stötta syskon som mist*

Jag då!  
*Till dig som har ett syskon med cancer*

Saknar dig!  
*Till dig som har förlorat ett syskon i cancer*

Stöd till närstående  
*Information för anhöriga*

Alla dagar vi fick tillsammans  
*En skrift för föräldrar om barnets sista tid*

Alla dagar vi fick tillsammans  
*En skrift för föräldrar om att leva vidare med sorgen*



**Klicka här** eller skanna koden för att ta del av materialen.

© 2026 Barncancerfonden

**Uppdaterad:** Februari 2026

**Skribent:** Lisa Kirsebom

**Redaktionsråd:**

Elisabet Björn, konsultsjuksköterska vid  
Astrid Lindgrens barnsjukhus i Solna

Eivor Fasth, konsultsjuksköterska vid  
Kronprinsessan Victorias barn- och ungdomssjukhus i Linköping

Johanna Mårtensson, konsultsjuksköterska  
vid Barncancercentrum i Lund

Ulrika Persson, konsultsjuksköterska vid  
Karolinska universitetssjukhuset i Stockholm

Jennie Stigmar, konsultsjuksköterska vid  
Barncancercentrum i Lund

Personal från Barncancerfonden

**Underlag och faktagranskning:**

Joachim Bång, syskonstödjare vid Drottning  
Silvias barnsjukhus i Göteborg

Ann-Louise Jonasson, kurator vid  
Drottning Silvias barnsjukhus i Göteborg

Chatarina Odström, kurator vid Norrlands  
universitetssjukhus i Umeå

**DEN HÄR SKRIFTEN HANDLAR OM BEGRAVNINGEN AV DITT BARN.**

Förhoppningen är att den ska ge dig stöd i praktiska detaljer. Du kan läsa om vilken hjälp som finns för dig och familjen, och hur ni kan tänka kring ceremoni, minnesstund och begravningsplats.

Det här är andra skriften i en serie om tre. I den första kan du läsa om barnets sista tid. I den tredje om tiden efter begravningen, om sorgen och livet utan ditt barn. Klicka på länken eller skanna QR-koden på föregående sida för att komma till samlingssidan Barncancerfondens informationsmaterial där du hittar hela skriftserien.

|    |                                       |
|----|---------------------------------------|
| 5  | Att planera begravningen              |
| 7  | Visning                               |
| 9  | Begravningsdagen                      |
| 14 | Gravsten, gravplats – eller ingetdera |
| 16 | Ordlista                              |
| 18 | Läslista                              |
| 19 | Stöd i din närhet                     |
| 20 | Mer stöd för familjen                 |

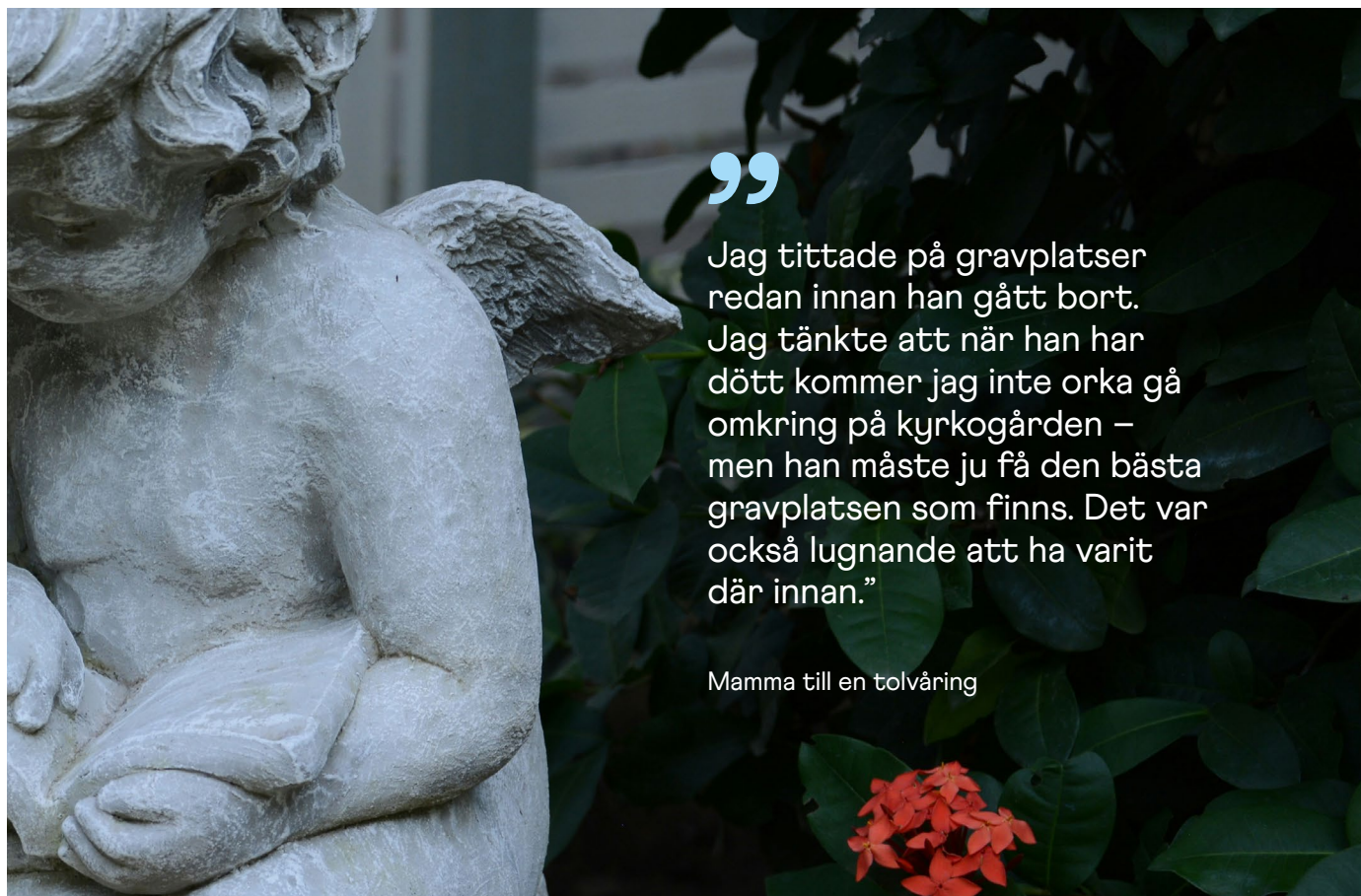
# Att planera begravningen

En del föräldrar tycker att det finns en trygghet i att redan innan barnets död tänka igenom begravningen och vilka beslut som behöver fattas. Andra tycker tvärtom att det känns helt omöjligt att tänka på begravningen i förväg. Det är inte ovanligt att vara rädd för att man inte ska klara av begravningsdagen.

Om du känner så är det viktigt att komma ihåg att det finns mycket stöd att få. Människor omkring dig vill hjälpa till. Begravningen är ett tillfälle för dig och andra omkring ditt barn att ta farväl och att minnas tillsammans. Friheten är stor vid utformningen av barnbegravningar. Det är ni som bestämmer hur begravningen ska vara för att den ska bli så bra som möjligt för just er. Det är vanligt att anlita en begravningsbyrå och den kan hjälpa till med nästan alla praktiska frågor kring ceremonin, oavsett kultur eller tradition.

Om du vill ha hjälp av en byrå så är det bra att ta kontakt strax före eller efter att barnet avlidit, för att inleda planeringen. Det går att boka tid på begravningsbyrån och även eventuella syskon är välkomna dit, om ni vill det.

Ni kan också komma överens om att personal kommer hem till er. En del ordnar ett sådant möte redan innan barnet har dött. Det händer att barnet själv vill vara med och planera exempelvis vilken musik som ska spelas.



”Jag tittade på gravplatser redan innan han gått bort. Jag tänkte att när han har dött kommer jag inte orka gå omkring på kyrkogården – men han måste ju få den bästa gravplatsen som finns. Det var också lugnande att ha varit där innan.”

Mamma till en tolvåring

Om du inte vill ha hjälp av en begravningsbyrå utan hellre gör det mesta själv så går det också bra. Även när man anlitar byrå brukar det vara familjen som väljer kläder till barnet och vilka minnessaker som ska skickas med. Kanske sköter de anhöriga också svepningen, det vill säga klär på barnet innan det läggs i kistan. Ibland händer det att familjer vill göra ännu mer av det praktiska på egen hand, och det mesta är tillåtet. I rutan nedan kan du läsa om de få regler ni behöver ta hänsyn till.

### Regler kring begravningar i Sverige

- Begravningen eller kremationen måste ske inom en månad.
- En kropp får bara begravas på särskilda begravningsplatser.
- Aska får spridas på vissa andra platser, exempelvis i havet, men det krävs tillstånd från Länsstyrelsen.
- Vid kremation finns det några saker som inte får placeras i kistan: föremål med batterier (som mobiltelefon eller elektriska leksaker), föremål av glas och större metallföremål.
- Om ni av kulturella eller andra skäl vill begrava utan kista måste ni höra vilka regler begravningsplatsen har, för det tillåts inte överallt. Begravningsbyrån kan hjälpa till att undersöka saken.

”

Det var vid den tiden då allt blir vackert och grönt, och vi var ute. Hon orkade fortfarande cykla på sin trehjuling. Plötsligt blev jag orolig att man kanske måste beställa kista i förväg, så jag ringde begravningsbyrån, samtidigt som hon cyklade bara fem meter framför mig: 'Hej, jag vet att mitt barn ska dö snart...' De lugnade mig med att de hade barnkistor när det behövdes.”

Mamma till en treåring

# Visning

Visning kallas det när den döda är iordninggjord, tvättad och klädd i något som familjen valt, och de närstående får ta farväl. Ordet används lite olika. Ibland kan visning ordnas på sjukhuset, i ett annat rum än där barnet har vårdats. Möjligheterna skiljer sig dock mellan olika sjukhus. Fråga personalen hur det fungerar hos er.

Om barnet dör hemma kan visning betyda att familjen gjort iordning barnet och att andra närstående kommer hem och ser barnet en sista gång. Visning kan också syfta på att familjen får se den döda iordninggjord i kistan. Om ni vill ha den sortens visning bör den hållas snart efter dödsfallet. Den kan genomföras i en lokal som begravningsbyrån erbjuder, eller hemma. Det ger möjligheten att se att allt ser bra ut i kistan, att kläderna är rätt och eventuella minnessaker på plats.

Det kan hjälpa familjen att känna sig lite tryggare inför begravningen. Visningen kan också vara öppen för fler än de närmaste. Det bestämmer familjen. Om ni beslutar om visning är det viktigt att förbereda eventuella syskon för den. Det kan vara bra att förklara hur det kommer att se ut i rummet och hur det döda barnet kommer att se ut.



”

Det var så fint när vi fick bädda i kistan. Vi la ner hennes favoritsaker och satte på henne favoritmössan. Storasyster ville att hon skulle ha varma strumpor så att hon inte frös. Och en telefon, om hon ville ringa hem. Släkt och vänner kom på besök under dagen för att se henne.”

Mamma till en treåring

Du eller någon som känner syskonet kan gå in först för att sedan kunna beskriva sådant som ansiktets och händernas färg. Om visningen sker dagarna efter dödsfallet kan du behöva förklara att kroppen är kall för att den har förvarats kallt, och att den kan kännas stel under den mjuka huden. Berätta att man får röra vid kroppen, men att man också får låta bli. Barnet får reagera precis hur som helst, det är lika accepterat att gråta som att inte göra det.

Var också tydlig med att både barn och vuxna kan reagera olika och att det inte är farligt om de vuxna reagerar starkt. Ingen måste göra likadant som någon annan. Om det finns små syskon är det bra att förklara att locket sätts på kistan före begravningen. Annars kan det hända att de tänker att barnet kommer att få jord på sitt ansikte, och oroar sig för det.

”

När vi hade bytt kläder på honom och lagt honom på sängen bad hans storasyster att vi skulle lämna rummet så att hon fick vara själv och säga hejdå till lillebror. Vi ställde oss precis utanför dörren och hörde henne prata med honom. Det var det värsta jag varit med om. Men hon fick sitt eget avsked.”

Mamma till fyraåring, systemen var nio

”

Hon dog hemma på morgonen. Det var så viktigt för mig att få tvätta henne och göra henne fin, jag fick bråttom att få bort kateter och morfinpump och allt. Pumpen fick jag inte tyst på, så jag bara slängde den så långt bort på gräsmattan som möjligt för att slippa höra den. När hemsjukvården kom efter en stund var de jättesnabba med att plocka undan och ta med sig alla hennes mediciner. Det var inget jag bad om, de bara ordnade det.”

Mamma till en treåring

# Begravningsdagen

I vissa kulturer och religioner ska begravningen genomföras så snabbt som möjligt. Det gäller bland annat vid muslimska och judiska begravningar. På sida 11 kan du läsa lite om olika ceremonier och traditioner. För de som tillhör svenska kyrkan eller inte har någon religiös tro är det vanligt att begravningen sker inom ett par veckor. Det är tillåtet att vänta i upp till en månad.

Formerna för barns begravningar är i allmänhet mycket fria. Det gäller allt från kistans utformning (den måste dock uppfylla vissa grundläggande krav vad gäller bland annat storlek och stabilitet) till dekorationer, vilken musik som spelas eller hur gästerna placerar sig i rummet. Små barn som är med kanske vill sitta långt fram på kuddar, eller på någon plats där det finns något stillsamt att syssla med, som papper och kriter.

Det händer att familjen arrangerar något som mer är en hyllningsstund än en sorgestund, med musik, bildspel, tal och berättelser. Be gärna någon dokumentera ceremonin och kanske också minnesstunden efteråt om ni har en sådan. Bilder och filmer brukar kännas värdefulla senare. De kan också vara viktiga för att prata om begravningen och minnas den gemensamt. Inte minst gäller det om det finns syskon som är så små att de inte kommer att ha egna tydliga minnen av dagen – eller om det föds syskon senare, som får höra om det syskon de aldrig träffade.



”

På begravningen hade alla i kyrkan Converse på sig. Hon älskade de skorna. Och så tyckte hon så mycket om att baka kladdkaka, så jag bad gästerna att ta med kladdkaka till fiket. Vi bjöd på mat och så kom alla med sina kakor.”

Mamma till en treåring

**Begravning:** Brukar syfta på ceremonin som hålls för att ta farväl av den döda.

**Gravsättning:** När kistan eller urnan sänks ner i jorden, eller när askan sprids. Kan ske vid begravningen men kan också göras vid ett senare tillfälle. Familjen kan vara med, men måste inte.

**Jordbegravning:** Kroppen begravs hel i jorden, i allmänhet i en kista.

**Jordfästning, jordsättning:** Andra ord för jordbegravning.

**Kremation/kremering:** Kroppen och kistan bränns i en ugn. Askan placeras i en urna. Urnan grävs ner i jorden, eller så sprids askan på annan plats.

”

Det var fruktansvärt när vi skulle gå fram till kistan och ta farväl, och när andra skulle gå förbi oss och beklaga sorgen. Det var bara de närmaste som gjorde det. Mitt i gången hade vi ställt ett bord med ljus och fotografi där man kunde lägga blomma och skriva något. Prästen förklarade att vi ville att bara de närmaste skulle gå till kistan, övriga fick gå till bordet. Det visste jag inte att man kunde, men begravningsbyrån förklarade att det var okej att bestämma själv.”

Mamma till fyraåring

När ett mycket litet barn dör brukar det vara föräldrarnas vänner och bekanta som är gäster på begravningen. Är barnet äldre så kan det finnas många som vill komma som var barnets egna vänner eller kontakter, från skolan, idrotten, musiklivet eller andra sammanhang. Kanske finns kompisar som vill vara delaktiga i begravningen genom att till exempel spela eller sjunga, eller hjälpa till vid minnesstunden med att ställa i ordning eller servera.

Om det finns fler barn i familjen så är det viktigt att förbereda dem på hur begravningen ska gå till. Kanske vill syskonen vara med och bestämma något, som musikslag eller färg på dekorationer. Berätta vad som kommer att hända och förklara det som kan behöva förklaras om syskonen är små. Till exempel att alla gästerna är där för att säga hejdå och att en del av dem kommer att gråta. Du kan behöva förklara att det döda syskonet faktiskt ligger i kistan, men inte kan höra, se eller tänka något längre.

På själva begravningsdagen är det viktigt att det finns någon annan vuxen som kan fungera som stöd för syskonen om det kommer stunder då ni föräldrar inte orkar med det själva. Då ska någon som barnen är trygga med kunna hålla dem sällskap, gå med dem till toaletten, följa med dem ut om de vill det, eller tvärtom stanna kvar i lokalen med dem en extra stund.

Prata också med syskonen efteråt om begravningen och visningen. Särskilt små barn formar gradvis en förståelse av vad död och sorg innebär och de kan behöva ställa frågor om det som hänt och dela sina känslor med dig.

Vad gäller dina egna känslor så finns det inget rätt eller fel sätt att känna under begravningen. Det finns föräldrar som gråter massor och andra som inte gråter alls. Du kanske känner dig djupt förtvivlad och intensivt närvarande, eller tvärtom helt avstängd från omvärlden. Det är inte ovanligt att få fysiska symptom som yrsel och smärta eller att ha svårt att andas. Det förekommer att föräldrar får ångestdämpande medicin för att klara av begravningen, men det finns också de som känner att de vill avstå det fastän känslorna är svåra.

## Ceremonier och traditioner

### Borgerlig begravning

Alla kan välja borgerlig begravning, oavsett kultur. Officiant, den som förrättar begravningen, kan vem som helst vara: en anhörig eller vän om ni vill. Det behövs inget särskilt tillstånd för det. I en del kommuner finns utsedda begravningsförrättare man kan anlita, och många begravningsbyråer kan också erbjuda officiänt. Svenska kyrkan eller kommunen är skyldig att utan kostnad tillhandahålla en lokal för begravningsceremonin. Ni kan förstås också välja en annan plats, men då kan ni behöva betala hyra.

### Svenska kyrkans begravning

Begravningsgudstjänsten utformas tillsammans med de närstående. Psalmsång, musik och bön brukar ingå. Sångar beslutas tillsammans med prästen. Gudstjänsten kan avslutas i kyrkan, kapellet eller på kyrkogården. Deltagarna brukar ta avsked genom att gå fram till kistan eller urnan och kan då lämna en blomma. Det är ni i familjen som bestämmer om gästerna ska klä sig på något särskilt sätt, till exempel i ljusa färger, eller svart.

### Muslimsk begravning

Den döda ska jordbegravas så snart som möjligt. Efter en religiös tvagning brukar kroppen lindas i vitt bomullstyg och läggas i en enkel kista, eller så används ingen kista alls – på vissa begravningsplatser tillåts det, på andra inte. Musik förekommer inte, oftast inte blommor heller. Begravningen hålls i regel inte vid soluppgång, mitt på dagen eller vid solnedgång. Ceremonin hålls vid graven eller i en moské. Begravningen ska ske på en egen muslimsk gravplats, som ofta finns i anslutning till en kyrkogård. Graven markeras vid fot- och huvudända med en enkel gravmarkör. Ansiktet ska vara riktat mot Mecka och kroppen ska ligga på höger sida.

### Katolsk begravning

Hålls ofta av en präst eller diakon. Jordbegravning brukar rekommenderas, men kremation är tillåtet. Kistan kan bestånas med vigvatten som påminner om dopet, och berökas med rökelse som en symbol för böner som stiger upp till Gud. Det är vanligt att begravningsgästerna får kasta en handfull jord eller stänka vigvatten på kistan vid graven.

### Ortodox kristen begravning

Alltid jordbegravning, som helst ska genomföras så snart som möjligt. Under gudstjänsten står kistan ofta öppen. Rökelse används alltid. Församlingen står upp under hela begravningsakten (undantaget de som inte orkar eller kan), ofta med vaxljus i händerna. Det sjungs inga gemensamma psalmer. Helst ska den döda begravas med ansiktet österut. På den 3, 9, 12 och 40:e dagen efter dödsfallet hålls åminnelseböner, samt efter ett halvår och ett år. Det finns en särskild ritual för välsignelse av gravstenen.

### Buddhistisk begravning

Inom buddhismen finns ingen regel om jordfästning eller kremation, men kremation är vanligast. Enligt vissa traditioner ska kroppen inte röras under ett antal timmar efter dödsfallet. En buddhistisk företrädare kan utföra en ceremoni inför eller direkt efter dödsfallet, på sjukhus eller hemma. Det ska i så fall göras innan en eventuell obduktion. En begravningsceremoni kan senare hållas i ett tempel eller i hemmet. På gravplatsen är det vanligt med frukt, rökelse, ljus och blommor.

### Hinduisk begravning

Kremation är det absolut vanligaste inom hinduismen, men barn under ett år (och präster) brukar jordbegravas. I många hinduiska samhällen transporteras kistan först till hemmet för att anhöriga ska kunna säga farväl privat. Därefter tas den till kremationen, där det är vanligt att de anhöriga deltar. Askan ska helst spridas i floden Ganges eller över annat rinnande vatten.

### Judisk begravning

Begravningen ska ske så snart som möjligt, helst inom ett dygn, och i stort sett endast jordbegravning förekommer. Begravningsbyrå används inte utan medlemmar ur det judiska begravningssällskapet Chevra Kadisha tar hand om hela begravningsprocessen. Volontärer från sällskapet hämtar kroppen, tvagar och kistlägger den, i en enkel träkista utan metall. De vakar innan begravningen, bär kistan och hjälper till under sorgetiden.

Bidrag till välgörenhet är vanligt, blommor förekommer sällan. Det händer att en särskild ceremoni genomförs senare; en stenavtäckning när gravstenen sätts upp.

*Fakta har delvis hämtats från skriften Mångkulturella begravningar, utgiven av Sveriges Begravningsentreprenörer. Texten faktagranskad av respektive trossamfund.*

## Minnesstund

För många familjer känns det bra att samla gästerna efter begravningen för en gemensam stund. Den kan utformas precis som ni själva vill. Kanske äter ni barnets älsklingsmat och spelar favoritmusiken, kanske finns det glass och godis, en fotovägg, gemensamma sånger att sjunga. Begravningsbyrån kan hjälpa till att ordna minnesstunden men ni kan också göra det själva om ni hellre vill det.

Tänk på att be vänner och släktingar om hjälp, och att tacka ja när någon erbjuder sig att bidra med något. Personer nära er uppskattar om de kan stötta på något sätt, och det här är deras sätt att visa att de håller av er och ert barn. Någon annan än ni kan gärna vara ansvarig för allt det praktiska under minnesstunden, så ni kan få umgås, prata, gråta, skratta eller gå undan ett tag – allt efter behov.

”

På minnesstunden åt vi pizza från Pizza Hut och Delicato-bollar, det var hans favoriter. Då gick man från att ha varit så ledsen på begravningen till att prata minnen, och faktiskt skratta. Jag minns att jag hade så dåligt samvete på kvällen för att jag hade skrattat. Det är fortfarande svårt att tänka på det.”

Mamma till en fyraåring

”

Efter hans död samlades hela familjen i vardagsrummet och pratade om minnen, och vad vi tänkte och kände. Vi föräldrar började, sedan gick det varvet runt. De samtalen var bra för alla.”

Föräldrar till en sexåring med flera syskon

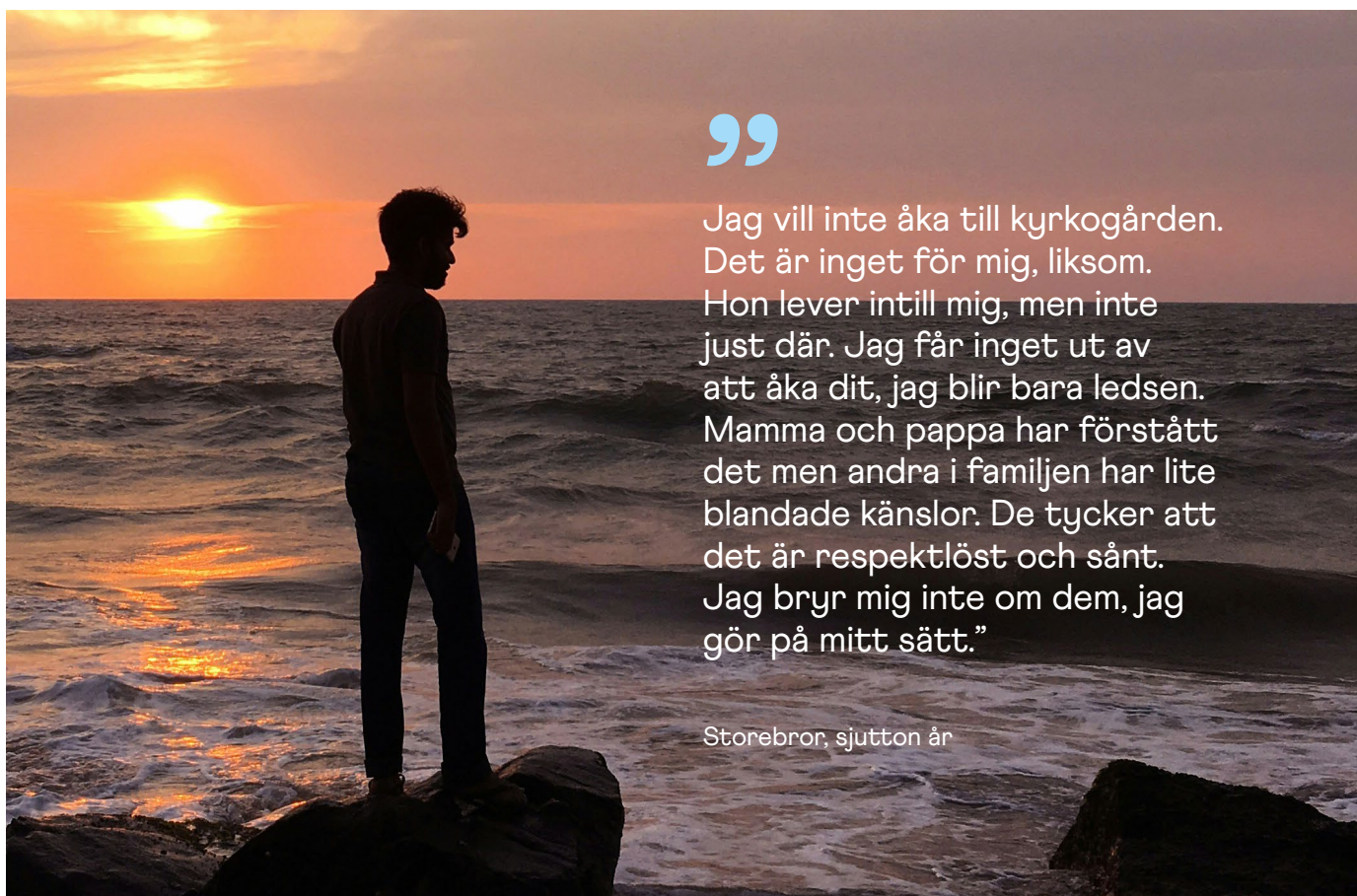
Efter begravning och minnesstund händer det att familjen skickar ett tack till gästerna och till personer som på andra sätt visade sitt stöd i samband med barnets död. Ni gör precis som ni vill. Ingen tycker att det är konstigt om ni låter bli. Om ni vill skicka ett tack kan det vara i form av mail, ett inlägg på sociala medier, eller ett kort med posten. Några möjliga formuleringar är ”Tack snälla du för din omtanke när NN dog”, ”Tack för att du kom och delade dagen med oss när NN begravdes”, ”Varmt tack för all vänlighet och deltagandet i sorgen”.

# Gravsten, gravplats – eller ingetdera

Det finns olika möjligheter vad gäller gravsten och gravplats. Vid jordbegravning brukar man ha gravsten och då finns det en mängd alternativ och prisklasser. De finns i olika material, varierande former, och med eller utan motiv och bilder. Det vanligaste är att födelse- och dödsdatum står på stenen men det går också att ha bilder eller mer text, till exempel en dikt eller hälsning.

Om ditt barn kremeras kan ni välja om ni vill att urnan placeras i en grav med gravsten, i en minneslund, eller att askan strös på annan plats. I minneslunder finns inga individuella namn eller skyltar, så gravplatsen blir anonym. I en minneslund får du inte heller vara med när askan grävs ner. Om askan ska spridas, exempelvis i havet, krävs ett tillstånd från Länsstyrelsen. Efter spridningen finns förstås ingen gravplats att gå till. En del väljer att skapa någon typ av minnesplats ändå, antingen en som bara familjen känner till eller en som syns även för andra.

Tänk efter vad era val kommer att betyda i framtiden. För vissa känns det viktigt och värdefullt att ha en grav att gå till och sköta om. Andra känner inte alls det behovet, de upplever minnet och omsorgen lika starkt någon annanstans än vid en grav. Inget sätt att känna är fel, men det är viktigt att det ni gjort känns som det rätta för er även på längre sikt.



”

Jag vill inte åka till kyrkogården. Det är inget för mig, liksom. Hon lever intill mig, men inte just där. Jag får inget ut av att åka dit, jag blir bara ledsen. Mamma och pappa har förstått det men andra i familjen har lite blandade känslor. De tycker att det är respektlöst och sånt. Jag bryr mig inte om dem, jag gör på mitt sätt.”

Storebror, sjutton år

## Begravningskostnader

En del av kostnaderna vid ett dödsfall betalas av skatter. Exempel på det är gravplatsen, eventuell kremation, ceremonilokal, och lokal för visning om ni önskar det. Allt detta täcks av begravningsavgiften som alla betalar via skattsedeln.

Annat behöver familjen betala; begravningsbyråns arbete, kistan, urna om ni valt kremation, dekorationer, dödsannons, gravsten, och mat och dryck vid en eventuell minnesstund.

Kanske har du försäkringar som täcker en del av begravningskostnaderna. Det kan handla om en barnförsäkring, eller försäkringar via ditt fackförbund. Ersättning kan betalas ut från flera olika försäkringar och bolag för ett och samma dödsfall. Ibland kan man få dödsfallsersättning från hemkommunens olycksfallsförsäkring för barn och unga (även om barnet avlidit av sjukdom och inte genom olycksfall). Olika kommuner har olika regler.



Barncancerfonden erbjuder ekonomiskt stöd för begravningen om ett barn har dött av cancer. Skanna QR-koden eller **klicka här** för att läsa mer.

Kuratorn eller konsultsjuksköterskan på sjukhuset kan hjälpa dig att ta reda på vilket stöd du kan få.

Enligt Sveriges Auktoriserade Begravningsbyråer kostar en genomsnittlig begravning vid mitten av 2020-talet någonstans mellan 20 000 och 40 000 kronor, men det kan variera väldigt mycket. Några saker som påverkar kostnaderna är vilken kista och gravsten ni väljer, hur många gäster ni bjuder på en minnesstund och vad de får att äta och dricka, och om ni vill exempelvis hyra in musiker till begravningen eller minnesstunden.



[begravnningar.se](https://begravnningar.se)

Samlingssida för 400 begravningsbyråer, auktoriserade av Sveriges Begravningsbyråers Förbund. Här hittar du byråer i hela landet och kan få svar på många frågor. Under "Begravning" och "Ladda ner broschyrer" hittar du skriften Att förlora ett barn. Under webbsidans rubrik "Olika kulturer" finns även information på andra språk än svenska.



[fonus.se](https://fonus.se)

Sveriges största begravningsföretag, folkrörelseägt, med byråer över hela landet. Information om många typer av begravningar: i Svenska kyrkan, borgerligt, och i andra trossamfund.



[vsfb.se](https://vsfb.se)

VSFB, föreningen Vi Som Förlorat Barn, är uppbyggd av föräldrar som förlorat ett eller flera barn. Ordnar bland annat samtalsträffar.



[forsakringskassan.se](https://forsakringskassan.se)

Information om tillfällig föräldrapenning i samband med ditt barns död.

# Ordlista

**Begravningsbyrå:** Kan hjälpa till att ordna begravningen, ta hand om kroppen, välja kista, boka lokal och skriva dödsannons.

**Begravningsceremoni:** Kallas oftare begravning – tal, musik och andra ritualer som finns till för att ta farväl av den som dött.

**Bisättning:** Kistan placeras i en särskild lokal, en bisättningslokal, i väntan på begravningen.

**Biverkningar:** Önskad påverkan av en medicinsk behandling, till exempel illamående eller trötthet.

**Botande/kurativ behandling:** Behandling som ges i syfte att bota en sjukdom.

**Bromsande behandling:** Behandling i syfte att ge barnet och familjen mer tid med så bra livskvalitet som möjligt.

**Chockreaktion:** En fysisk och psykisk reaktion på en svår händelse. Kan bland annat vara starka känslor, avtrubning, sömnproblem och hjärtklappning.

**Dödförklaring:** En läkare dödförklarar barnet. Dödsfallet rapporteras sedan av sjukvården till Skatteverket som lämnar information till andra myndigheter.

**Dödsorsaksintyg:** En läkare fastställer dödsorsaken och skriver en dödsattest.

**Gravsättning:** När kistan eller urnan sänks ner i jorden, eller när askan sprids. Kan ske vid begravningen men kan också göras vid ett senare tillfälle. Familjen kan vara med, men måste inte.

**Hospice:** En särskild vårdavdelning för människor som är svårt sjuka och befinner sig i livets slutskede. På hospice ligger fokus på att lindra smärta och andra besvär, och att hjälpa personen att få ett värdigt, lugnt och tryggt avslut på livet.

**Jordbegravning, jordfästning, jordsättning:** Begravning i kista. Kistan kan sänkas ner i jorden eller ibland sättas i en gravkammare.

**Kistläggning:** Innan barnet läggs i kistan brukar man säga att man sveper kroppen. Det betyder att den döda kläs i de kläder familjen bestämt och bäddas ner i kistan.

**Konsultsjuksköterska:** En sjuksköterska som följer barn med cancer och deras familjer genom hela sjukdomsresan för att ge psykosocialt stöd, det vill säga känslomässigt och praktiskt stöd. Konsultsjuksköterskornas uppgift är också att vara en länk mellan sjukvården, familjen och förskola/skola.

**Kremering, kremation:** Vid kremering bränns både kistan och kroppen. Askan placeras i en urna. Urnan kan sänkas ner i jorden eller placeras i en gravkammare, eller så kan askan spridas någonstans.

**Minnesstund:** När närstående samlas i anslutning till begravningen för att umgås och tillsammans minnas den döda och dela sorgen.

**Målriktad behandling:** En behandling som slår mot en viss mekanism i cancercellerna utan att påverka andra celler lika mycket.

**Obduktion:** En medicinsk undersökning som ibland görs efter att någon har avlidit. Obduktion kan ske för att man vill fastställa dödsorsaken mer exakt, eller lära mer om sjukdomen och vilka effekter behandlingen har haft. När barn dör i cancer är obduktion ovanligt, och görs bara om föräldrarna ger sitt tillstånd.

**Officiant:** Den som förrättar en ceremoni, exempelvis en begravning.

**Organdonation:** Innebär att organ från en avliden person doneras för att hjälpa andra svårt sjuka människor. Även vävnader kan doneras, exempelvis hjärtklaffar.

**Palliativ vård/behandling:** Vård som är symtomlindrande snarare än botande.

**Pendlingsmodellen:** Beskriver en rörelse mellan två lägen: att vara i sorgen och möta saknaden och smärtan, respektive att vila från sorgen. Vilar gör man i stunder då man fokuserar på annat, då andra känslor får finnas.

**Syskonstödjare:** Arbetar med att stötta hela familjen när ett barn drabbas av cancer – men har ett särskilt uppdrag att finnas för friska syskon.

**Visning:** Ett tillfälle när de närmaste kan ta avsked av barnet, som då har gjorts iordning och klätts i egna kläder.

**Väntesorg:** En sorg i väntan på den stora sorgen, den stora förlusten.

# Läslista

## Bilderböcker för barn från ca 3 års ålder

*Lilla Döden hälsar på*, Kitty Crowther (Berghs, 2012)

*Blå ugglan*, Lotta Geffenblad (Bonnier Carlsen, 2023)

*Att trösta ett monster*, Jesper Cederstrand & Clara Dackenberg (Natur & Kultur, 2023)

*Adjö, herr Muffin*, Ulf Nilsson & Anna-Clara Tidholm (Bonnier Carlsen, första utgåva 2002)

*Vem är död?*, Stina Wirsén (Bonnier Carlsen, 2010)

## Faktabok för barn 3–6 år

*Om döden*, Anna Fiske (Natur & Kultur, 2024)

## För barn från ca 6 år

*Ballonger mot himlen*, Lena Forsaeus & Mia Nilsson (Idus förlag, 2017 och 2018)

*Nils och den blinkande stjärnan*, Lena Forsaeus & Mia Nilsson (Idus förlag, 2017 och 2018)

*Kära hälsningar från döden*, Ulf Nilsson & Stina Wirsén (Bonnier Carlsen, 2023)

*Operation dödsiktigt*, Anna Pella & Anna Forsmark (Libris, 2020)

## För större barn och tonåringar

*Den som måste döden dö*, Linda Wahlund (Speja, 2022)

*Den som måste livet leva*, Linda Wahlund (Speja, 2022)

*För evigt och alltid T+J*, Sara Alkner (Beta Pedagog, 2025)

## För tonåringar

*Mellan vinter och himmel*, Elin Bengtsson (Natur & Kultur, 2013)

*Förr eller senare exploderar jag (The Fault in Our Stars)*, John Green (Bonnier Carlsen 2013)

## För vuxna

*Prata med barn i sorg*, Eva Gerger (Fantasi Fakta, 2018)

*Lästipsen kommer från sjukhusbiblioteken i Region Skåne som tagit fram dem i samarbete med vårdpersonal. För fler tips, skriv till [sjukhusbiblioteket.sus@skane.se](mailto:sjukhusbiblioteket.sus@skane.se).*

# Stöd i din närhet

## Barncancerfondens lokala föreningar

Det finns sex lokala föreningar i Sverige, en kopplad till varje barnonkologiskt center. Föreningarna har som uppgift att ge stöd till de cancerdrabbade familjerna under och efter sjukdomstiden eller efter barnets eventuella död.

Du kan hitta din närmaste förening om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
lokala-foreningar

## Syskonstödjare

Syskonstödjarna är resurspersoner vars viktigaste uppgift är att se syskonet. De finns vid alla landets sex barncancercentra samt vid Lilla Erstagården och ingår i det stöd som finns runt familjen.

Du kan läsa mer om hur du får kontakt med en syskonstödjare om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
syskon

## Ungdomsläget

Barncancerfonden arrangerar varje år ett läger som vänder sig till ungdomar mellan 15 och 19 år. På lägret deltar barn som själva är eller har varit sjuka i barn-cancer, som är syskon till någon som har eller har haft barncancer samt barn som har mist sitt syskon till följd av barncancer. Läget är en plats för gemenskap, erfarenhetsutbyte, livslånga minnen och roliga aktiviteter.

Du kan läsa mer om ungdomsläget om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
ungdomsstorlagret

## Ågrenska

Ågrenska är ett kompetenscenter för personer med sällsynta diagnoser och deras familjer. Varje år erbjuder Barncancerfonden familjevistelser på Ågrenska för familjer till de barn som har eller har haft barncancer samt för familjer som har förlorat ett barn i cancer.

Du kan läsa mer om Ågrenska om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
agrenska

## Almers hus

Till Almers hus kan du och din familj komma bort från vardagen, få en värdefull andningspaus och samla kraft. Här får ni möjlighet att tillbringa tid och utbyta erfarenheter med andra i liknande situation. Flera gånger per år arrangeras även särskilda vistelser för familjer som har förlorat ett barn i cancer.

Du kan läsa mer om Almers hus om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
almershus

## Digital samtalsgrupp för föräldrar som mist

I sorgen kan möten med andra som delar liknade erfarenheter vara ett stöd för att leva vidare. Barncancerfonden erbjuder därför kostnadsfria digitala samtalsgrupper för föräldrar som mist ett barn i cancer. Samtalsgrupperna är ett tryggt forum för att dela känslor och tankar med andra som har förlorat sitt barn i cancer.

Du kan läsa mer om samtalsgrupperna om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se/  
samtalsgrupper

# Mer stöd för dig och din familj

## Barncancerfonden

Här finns information, fakta och reportage om barncancer och det stöd som Barncancerfonden och de sex lokala föreningarna erbjuder dig som drabbats av barncancer.

Du kan läsa mer om Barncancerfonden om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



barncancerfonden.se

## Appen "Min sorg"

Min Sorg är en app som utvecklats av forskare vid Uppsala universitet för att hjälpa föräldrar som förlorat sitt barn. Med appen lär du dig bland annat om sorg och får olika övningar för att hantera den, information om att utöka det sociala nätverket samt kontaktuppgifter till krisstöd och stödorganisationer.

Du kan läsa mer om appen om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



minsorg.com

## Bris

Hit kan barn och unga vända sig för att prata med någon. Bris har även en stödlinje för vuxna om frågor som rör barn och unga.

Du kan läsa mer om Bris om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



bris.se

## Rädda Barnen

Här finns stöd och kunskap om barn för dig som är ung, förälder eller jobbar med barn.

Du kan läsa mer om Rädda Barnen om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



raddabarnen.se

## Nära Cancer

Nära Cancer finns för unga personer som står nära någon som har cancer, eller saknar någon som har dött av sjukdomen. Här kan man lära sig mer om cancer, möta andra i liknande situation och ställa frågor till sjukvårdspersonal.

Du kan läsa mer om Nära Cancer om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



naracancer.se

## Ung Cancer

Ung Cancer finns till för unga vuxna som själva drabbats eller lever nära någon som drabbats av cancer. Ung Cancer vänder sig till personer mellan 16 och 30 år.

Du kan läsa mer om Ung Cancer om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



ungancer.se

## Cancerkompisar

Här kan anhöriga till någon som drabbats av cancer möta andra i liknande situation. Tjänsten är öppen för alla anhöriga från 13 år och uppåt.

Du kan läsa mer om Cancerkompisar om du **klickar här** eller skannar QR-koden.



cancerkompisar.se



**”Alla dagar vi fick tillsammans  
– man vill inte vara utan en enda.”**

*– Pappa till en sexåring*

**BARNCANCER  
FONDEN**

Telefon: 08-584 209 00  
Pg: 90 20 90-0  
[barncancerfonden.se](http://barncancerfonden.se)  
[info@barncancerfonden.se](mailto:info@barncancerfonden.se)