

MÅLGRUPPE FOR SORGRUPPER:

Mennesker, som har mistet eller er i livskrise.



Sorggrupperne finder sted:

Rakkeby Sognegård
og/eller Bistrup Sognegård

Pris: Forløbet er gratis.

Kontakt til:

Sogne- og sygehuspræst Anna Marie Bram Christensen, Bistrup Sogn/Sygehus Vendsyssel ambc@km.dk eller tlf.: 40 37 05 79

Møder finder sted efter aftale med den pågældende sorggruppe. Møderne begynder med kaffe/te.

Sorg & livsmod



- et tilbud til dig, der har mistet

HVORDAN FOREGÅR ET MØDE I EN SORGRUPPE?

Det er ikke en sygdom at sørge over et menneske, man har mistet, men det kan være tungt at gå med, og derfor kan der være en stor hjælp, lindring og trøst i at mødes og tale med andre, som har erfaringen af tab i nær erindring.

I Hjørring Sdr. Provsti er der nu mulighed for at mødes i en sorggruppe og dele det, der tynger efter et dødsfald. Sorggruppen varetages to gruppeledere fra disse sogne.

Vi lægger vægt på, at sorggruppen er et trygt mellemmenneskeligt og omsorgsfuldt rum, hvor vi støtter og lytter til hinanden, og hvor der er gensidig tavshedspligt.

*"Når jeg synger min klagesang for dig,
er det for at du skal høre min sorg,
det er ikke en stil, du skal rette i"*

Benny Andersen

- Gruppen består af maks. 8 deltagere.
- Gruppen mødes hver 3. uge af 2 timers varighed – eller efter aftale.
- Gruppens ledere ønsker at alle i gruppen skal føle sig trygge:
 - Hvorfor der lægges vægt på, at hvad, der siges i rummet, bliver i rummet.
 - At det er vigtigt, at de deltagende siger til og fra i løbet af samtalen, således at ingen skal føle sig forpligtiget til at fortælle mere end man har lyst til.
 - At alle i rummet forsøger at være åbne, anerkendende og lyttende, frem for konkluderende og løsningsprægede.
- Et møde kan se sådan ud:
 - Indledende kort runde: hvordan er det gået sidst - Hvem ønsker at fortælle? - Respons fra gruppen- Den fortællende får ordet igen - Tak for fortællingen og tilliden - Kort pause, hvorefter den næste gruppedeltager fortæller osv., indtil tiden er gået

- et tilbud til dig, der har mistet