

MÅL MED GRUPPENE

Vi ønsker å gi støtte til barn og ungdom som har mistet noen som står den nær, primært i samme husstand.

Vi legger til rette for at de

- får treffe noen i samme situasjon og får dele sin sorg
- treffer trygge voksne
- blir trygge på at de reagerer normalt
- kan finne flere måter å uttrykke sin sorg på

Eksempler på temaer i samlingene:

- Bli kjent
- Hva er sorg?
- Hvordan kroppen sørger: Følelser og reaksjoner
- Begravelse, gravsted, minneste
- Min historie
- Døden, mening, håp
- Mitt nettverk
- Avslutning – veien videre

Vi jobber med temaene gjennom samtale, aktiviteter, lek og kreative uttrykk.

ARRANGØRER

Gruppetilbudet er et samarbeid mellom Den norske kirke og Sykehuset i Vestfold.

Støttet av lokallag av Norske kvinners sanitetsforening og Anders Jahres humanitære fond.

TANKER OM SORG

Sorg er tårer i øynene.
Sorg er alle løgnene
som folk snakker om.
Sorgen er trist og vond.
Sorg er sinne,
sorg er minner.
Sorg kan være alt.

Berit Sandnes Halvorsen, 12 år
Fra: Det er lov å gråte. Torhild Moen
IKO-forlaget, 2002



Photo credits:
Bakside: Marianne Lind
Forside: Liselotte Wettby
Andre bilder: Ole Hafell

SORGGRUPPER

**FOR BARN OG UNGDOM
I HELE VESTFOLD**



2019

OM SORG OG SAVN

Sorg er ikke en sykdom, men en naturlig reaksjon når du mister noen du er glad i. Vi reagerer forskjellig. Noen gråter mye, andre lite. Noen snakker om den som er død, andre ikke. Noen blir sinte, noen veldig aktive mens andre vil bare slappe av. Andre reaksjoner kan være konsentrasjonsproblemer, fysiske plager, mareritt, hurtig vekslende humør, ensomhetsfølelse, skyldfølelse og frykt for at andre også skal dø.

Barns og ungdoms sorgreaksjoner kan være like ulike som hos voksne. Mens barn har evnen til å hurtig gå ut og inn av sorgfølelsene blir dette mer sammenvevd etter hvert som man blir eldre.

Når sorg og savn har blitt en del av livet trenger man å finne en balanse mellom gledene i livet og det triste. Dette tar tid. Mye lenger enn omgivelsene og vi selv tror.

Barn og unge har ofte familie og venner de kan snakke fortrolig med. Det er i hovedsak i denne hverdagen opplevelsen av sorg og tap skal bearbeides. Noen vil likevel ha stort utbytte av å delta i gruppe.

Å delta i sorggruppe gir rom for å jobbe med egen sorg og gir verktøy til videre sorgarbeid. Dette kan bidra til å forebygge komplisert og fastlåst sorg, ensomhet og depresjon.



Aktiviteter

GRUPPEOPPLEGG

- For aldersgruppen 6-19 år
- Oppstart i januar og september
- 6 samlinger i oddetallsuker
- Annenhver tirsdag kl.17 – 18:30
- Sted: Eik kirke,
Jutulveien 17 i Tønsberg
- Aldersinddelte grupper
- Gratis pizza til alle kl.17
- Påmelding før hvert semester
- Åpent for alle livssyn

KONTAKTINFORMASJON

Diakon Ole A. Hafell, tlf. 934 01 955
Epost: ole.hafell@re.kirken.no

Sykehusprest Liselotte Wettby,
tlf. 941 36 693. Epost: liswet@siv.no

Kontaktperson i Sandefjord:
Helsesøster Anne Mette Klepaker,
tlf. 415 44 801.
Epost: amk@sandefjord.kommune.no

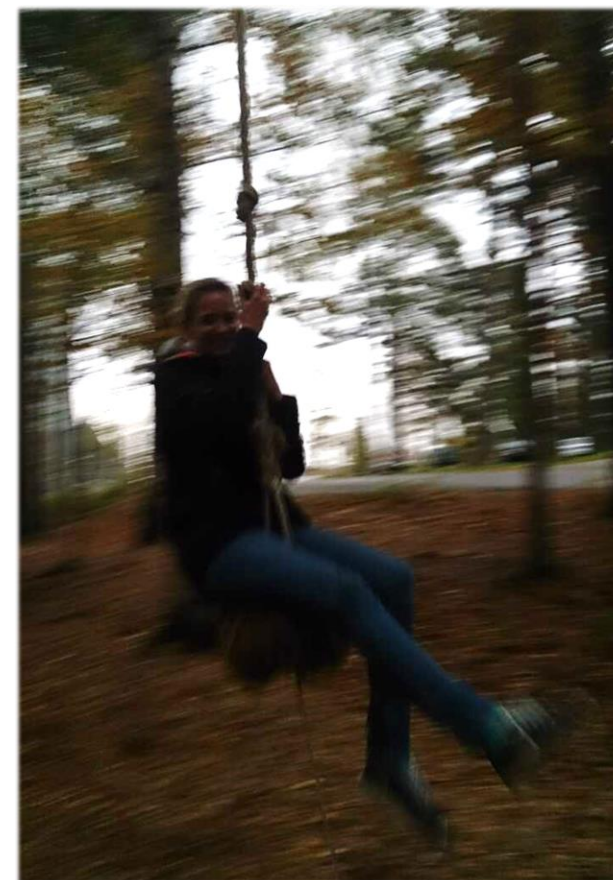
Kontaktperson i Larvik:
Diakon Mari Løchen, tlf.924 28 243.
Epost: mari.lochen@gmail.com

Mer informasjon om tilbudet finner du på vår facebook-side:

www.facebook.com/SBUVestfold

Generell informasjon ligger også på sorggruppe.no

Se også Kreftforeningens tilbud «Treffpunkt» på kreftforeningen.no



Uteaktivitet