

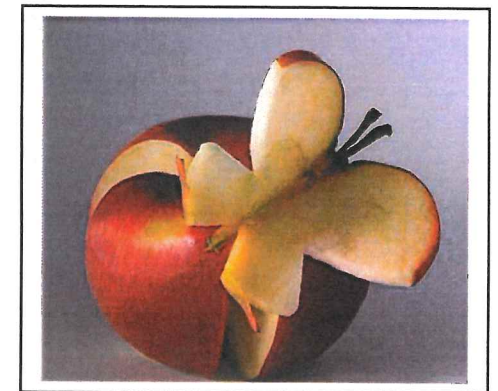
Informasjon og påmelding:
Sjukehuspresten koordinerer
gruppene. Ta kontakt med han for
informasjon og påmelding
odd.arne.skogen@helse-mr.no
eller ring:
70 10 53 23/ 41 14 61 33



Revidert juli 2015

Sorgstøtte grupper

for barn og unge
som har mista
nokon av
sine nære



Helse Møre og Romsdal
- på lag med deg for helsa di -

Ein møteplass der fleire har det som du ...

Sorg er reaksjon på tap

Sorg er ingen sjukdom—men det kan gjere frykteleg vondt. Det er vanleg å reagere når nokon nær oss døyr.

Du kan kjenne deg

- veldig trøytt og sove dårleg
- aleine; trist og redd
- sint og rastlaus
- likgyldig og få problem på skulen
- tom og tiltakslaus

Vi er alle ulike og reagerer ulikt— der er ingen fasit—ikkje noko som er rett eller galt. Men midt i dette, kan det vere godt å møte nokon som er i litt same situasjon.

Gruppene vil bli delt inn etter alder.

Der vil bli tilbod til dei vaksne som kjem saman med borna . Dei vert på same tid og stad som dei andre gruppene.

Alle gruppene vil ha to leiarar som er fagfolk med bakgrunn til å arbeide med sorg.

Sorgstøttegrupper er:

- ein stad der barn og unge som har mist søsken eller foreldre/ føresette, kan treffe andre på same alder og dele erfaringar.
- ein stad der barn og unge kan få kunnskap om sorg og arbeide med egne minne.
- ein stad der barn og unge kan få hjelp til meistring av kvardagen og framtida.

Gruppene er ikkje behandlingstilbod, men eit sorg støtte tilbod. Samlingane er tilpassa aldersgruppa.

Det blir samtale og praktiske aktivitetar. Eit tema står sentralt for kvar samling.

Vi har også eit måltid saman.

Samlingane blir på torsdager; kl. 16.00—17.30 på Åsebøen 11 ved Ålesund sjukehus (sjå bilde).

Første gang møtast vi alle i 8. etasje—seinare får kvar gruppe sitt faste rom.

Den første av 7 samlingar er **17. september 2015** og det blir 2 veker mellom kvar samling.