

Informasjon om sorggruppe i Larvik



Foto: Torstein Kiserud

Har du mistet en av dine nærmeste?

Ønsker du å snakke med andre i samme situasjon?

Kanskje sorggruppe er noe for deg?

Oppstart mandag 26.august 2024

Sorg

Sorg er en naturlig reaksjon på å miste noen som stod en nær. Å miste en av sine nærmeste kan være noe av det vondeste vi opplever som mennesker.

For noen blir et dødsfall livets gang og man går naturlig videre. For andre blir det et stort og vanskelig tap i forhold til livssituasjonen, hverdagen og opplevelsen av hva som gjør livet meningsfullt. Livet kan oppleves tomt og meningsløst for den som er igjen. Det kan være vanskelig å se hvordan en skal finne en meningsfull vei videre.

Sorg påvirker både tankene, følelsene og kroppen. Hvor lenge sorg varer og hvordan man kjenner den, varierer med erfaringer tidligere i livet, omstendighetene ved dødsfallet og den enkeltes situasjon.

Mange forteller om en forventning til å bli fort ferdig med sorgen. Men sorg kan være krevende arbeid for å erkjenne det som har skjedd, komme videre og tilpasse seg en ny situasjon i livet. Det er ikke et svakhetstegn å sørge. Store forandringer er krevende og savn kan være både vondt og sårt.

Et dødsfall kan oppleves forskjellig i en familie. Det kan derfor være godt å snakke med noen utenforstående som er i samme situasjon. Da kan sorggruppe være et godt sted.

Sorggruppe

- Formålet er å tilby et samtalefellesskap for voksne som bidrar til at hver enkelt får støtte til å se framover.
- Sorggruppen har plass til inntil syv personer. Gruppen møtes i **Romberggata 4 i Larvik** (det gamle rådhuset).
- Gruppen møtes åtte ganger, som regel på mandager kl.1530-1700. Avtales nærmere i gruppen. Hver samling varer 1,5 time.
- Grunnlaget for samlingen er et faglig opplegg fra Sorgstøttesenteret på A-hus.
- Gruppeleder har taushetsplikt. I tillegg avtales taushetsplikt innad i gruppen.
- Gruppen er åpen for alle uansett religion, verdi- og livssyn. Gruppene ledes av erfaren leder, men kan regnes både som hjelp til selvhjelp og likemannsarbeid.
- Gruppen ledes av prest og veileder Tore Hummelvoll som har ti års erfaring som gruppeleder.

Påmeldingsskjema

Frist: mandag 19.august

Navn:.....

Alder:.....

Tlf.

Adresse:.....

E-post:.....

Hvem har du mistet?.....

Hva ønsker du å få ut av sorggruppen?

.....

.....

**Påmelding sendes:
Tore Hummelvoll
Tanum menighet
Postboks 258
3251 Larvik**

Er du usikker på noe, kontakt gjerne Tore Hummelvoll

Mob 40 22 75 65

Epost: tore.hummelvoll@larvik.kirken.no



DEN NORSKE KIRKE