

Eg ser

Eg ser at du e trøtt
men eg kan ikkje gå alle skrittå for deg
Du må gå de sjølv,
men eg vil gå de med deg.

Eg ser du har det vondt,
Men eg kan ikkje grina alle
tårene for deg
Du må grina de sjølv,
men eg vil grina med deg.

Eg ser du vil gi opp
men eg kan ikkje leva livet for deg
Du må leva det sjølv,
men eg vil leva med deg.

Eg ser at du e redd
Men eg kan ikkje gå i døden for deg
Du må smaka han sjølv,
men eg gjer død te liv for deg
Eg har gjort død te liv
for deg.

(Sang av Bjørn Eidsvåg)

Støttegruppe – en hjelp i sorgen



Til deg i 4. - 7. klasse,
som har mistet foreldre
eller søsken i dødsfall

Hva er sorg og sorgstøttegruppe?



Det er helt naturlig å bli lei seg når noen du er glad i dør. Sorg er ingen sykdom, men det kan gjøre forferdelig vondt. Sorgen kan noen ganger få deg til å tenke, føle eller å gjøre ting som kan være vanskelig å forstå.

Da kan det ofte hjelpe å treffe andre som også har opplevd å miste noen de er glade i.

Ei sorgstøttegruppe er ei samtalegruppe der alle i gruppa er omtrent like gamle, og alle har opplevd å miste enten foreldre eller søsken i dødsfall.



Her kan du få snakke om tankene og følelsene dine, og alle bestemmer selv hva han/hun vil dele og fortelle.

Det er viktig at vi respekterer hverandre i gruppa, og at vi har lov til å være både glade og leie oss sammen.

Gruppene er livssynsåpne, dvs. at de er åpne for alle uansett hvilket livssyn og tilknytning til kirkesamfunn du har.



Påmelding

Hvis du vil melde deg på, så kan du snakke med noen voksne som du kjenner. De kan hjelpe deg til enten å ta kontakt med diakonen i din lokale menighet: Line Bøe Johnsen, lj954@kirken.no tlf 489 97 106 eller direkte med diakon i Bryne: Marit Høie Hetland, marit@timekyrkja.no tlf. 911 63 039

Om gruppa:

- Gruppa starter opp når det er minst 6 stk. påmeldte.
- Gruppa møtes 8 ganger, med ca. 2 uker mellom hver gang.
- Gruppa blir på mandager, kl. 12:00-14:00. Hvis dette er i skoletida, så avtaler vi med skolen at du trenger å få fri for å komme. Datoene kommer når hver enkelt gruppe er klare til oppstart.
- Gruppa er for deg som går i 4.-7. klasse, og som har mistet en forelder eller søsken.
- Vi spiser alltid et måltid mat sammen.
- Vi kommer til å leke sammen, ha hobbyaktiviteter og snakke med hverandre i gruppa.
- Alle i gruppa har en i familien sin som er død, så her vil du få mulighet til å treffe andre som er i en liknende situasjon som deg.
- Gruppa er gratis.
- Vi har alltid en bli-kjent-samtale sammen med deg og en forelder/foresatt før gruppa starter, slik at vi får bli litt kjent med hverandre.
- Sorgstøttegruppene blir organisert av diakonene i Den norske kirke på Jæren, Sandnes og Sola.