

Sorggruppe –

et tilbud til deg som har mistet noen av dine nærmeste



«Håp» Et maleri v/ Mari Wirgenes

Tonsen og Grorud menigheter inviterer til en felles samtalegruppe. Gruppen er for voksne som har mistet ektefelle, samboer eller foreldre.

Hvorfor sorggruppe?

Den som sørger, opplever ofte at en kan bli alene med sin sorg. Det å kunne snakke med noen kan bli en viktig støtte på veien. En sorggruppe er en samtalegruppe hvor man møter andre som er i samme situasjon. Her kan alle dele sine erfaringer, tanker og følelser knyttet til det å miste en av sine kjære. Alle deltakere får muligheten til å snakke om det de har opplevd, og få noen å dele smerten og sorgen sin med.

Mange tidligere deltagere har i ettertid fortalt hvor mye det betydde å få dele sine erfaringer med mennesker som hadde opplevd noe lignende.

Når og hvor?

Vi planlegger å starte opp en ny gruppe i januar 2020. Gruppen vil møtes 8 – 9 ganger ca. annenhver uke og bestå av 4 – 6 deltagere.

Møtested: Tonsen eller Grorud kirke.

Gruppeledere: Ieva Folmo, diakon i Tonsen menighet, Birgit Kinn Hanstensen, diakon i Grorud menighet, og Inger Margrethe Eriksen, frivillig med bakgrunn som psykiatrisk sykepleier. Diakoner og frivillige har erfaring med å samtale med andre, og møte mennesker i sorg.

Sorggruppen er åpen for alle – uansett livssyn.

For spørsmål og/ eller påmelding, kontakt:

Tonsen menighet:

Diakon Ieva Folmo

Tlf. 481 53 164

E-post: if962@kirken.no

Grorud menighet:

Diakon Birgit Kinn Hanstensen

Tlf. kontor 23 62 96 00

E-post: bh997@kirken.no

Vi inviterer til en samtale med deg som vurderer å være med, på forhånd.

Påmelding innen fredag 15. november.