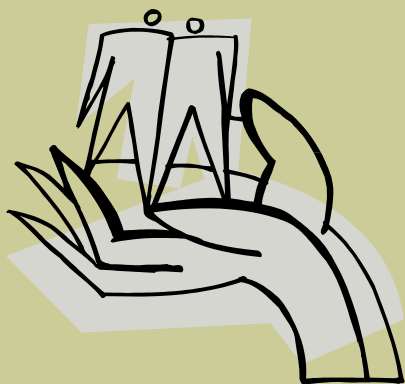


Aflastningstjenesten

Udover sorggruppe tilbyder vi aflastning af pårørende, der passer kronisk syge, alvorligt syge eller demente i hjemmet, besøgstjeneste, vågetjeneste, samt værter og musik på hospice og plejecentre.



Citater fra sorggruppedeltagere:

"Her i sorggruppen kan jeg få lov til at sørge"

"Ja, det er, at man kan jo hælde ud af hjertet, som man har lyst til uden også at tænke på, om man måske kommer til at søre andre ved at sidde og være ked af det." (Jane, 63)

(fra rapporten sorggruppe i folkekirken 2014)



Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde
Kirkegade 70
6700 Esbjerg

Læs mere på

www.aflastningstjenesten.dk

Sorggruppe i Varde



Et tilbud til
voksne,
der har mistet



Hvad er en sorggruppe

En sorggruppe er et frirum hvor:

- ♦ man kan tale om sorg
- ♦ man mødes med andre, som har mistet en elsket person
- ♦ man oplever, at man ikke er alene med alle de svære følelser.
- ♦ man i trygge rammer, får en forståelse for, at det man gennemgår er normalt.
- ♦ det er helende og udviklende at dele sine inderste tanker med andre, som også er i sorg.

Sorggruppen ledes af 2 frivillige, som har erfaring og løbende har deltaget i kurser om at lede en sorggruppe.

Grunde til at vælge en sorggruppe

- ♦ Du føler dig alene med din sorg
- ♦ Du ønsker ikke at tale med dine venner og familie om sorgen
- ♦ Du overvældes af dine egne reaktioner eller følelser
- ♦ Du har ikke nogen at tale med om sorgen
- ♦ Du føler, at du ikke fik sagt ordentligt farvel
- ♦ Du oplever en forladthed

Gruppen mødes efter aftale i Frivillighedshuset, Storegade 25 B, Varde.

Alle har tavshedspligt

Er du interesseret i at høre mere, så kontakt

Sorggruppen i Varde

Koordinator Ingrid Bang
Tlf. 75 45 68 33

E-mail:
varde-sorggruppe
@aflastningstjenesten.dk

Vi aftaler en tid til samtale med sorggruppeleder, hvor vi finder ud af, om det er noget for dig.

