



**SAMVÆRS -OG SAMTALEGRUPPER  
FOR UNGE I SORG**

**SAVNER DU  
ET FÆLLESSKAB  
DER FORSTÅR SORG?**

## SAMVÆRS -OG SAMTALEGRUPPER FOR UNGE I SORG

Sorggruppen i UngHerning er et tilbud til dig, der har mistet en far, en mor, en søster eller en bror eller til dig, der er pårørende til en person med en livstruende sygdom.

Sorg gør ondt, er kærlighedens pris og kan være svær at bære alene. Når sorgens følelser deles, bliver den lettere at bære på.

I sorggruppen ønsker vi at skabe et trygt og tillidsfuldt rum, hvor både gode minder kan få liv, og hvor vi kan tale om sorgen og det at miste en man holder af. Der er plads til at tale om det, som ind i mellem, kan være svært for andre at sætte sig ind i.

I sorggruppen er der mulighed for at dele oplevelser og de kaotiske følelser, som knytter sig til tab, med jævnaldrende, som også har mistet. Der er mulighed for at tale om og sammen bearbejde sorgen gennem samtaler og forskellige aktiviteter og der vil være fokus på at opbygge et fællesskab, hvor der er plads til både sjov og alvor.

## TILMELDING

Der er løbende optag i gruppen - nogle deltager få gange - andre er med i flere år. Hvis du vil med i gruppen, skal du kontakte Karina Hald, distriktskoordinator.

### Det er gratis at deltage!

Inden start afholder vi en samtale med dig og din familie for at afklare, om deltagelse i sorggruppen er det rette tilbud for dig. Samtalen afholdes i UngHernings lokaler på Gl. Skolevej eller på jeres hjemadresse, efter aftale.

### Hvornår?

Vi mødes ca. hver anden uge i UngHernings lokaler på Gl. Skolevej 76, 7400 Herning. Ved gruppes opstart aftales kommende møder og tidsrum.



**KONTAKTPERSON FOR SORGGRUPPER:**

**KARINA HALD**

**DISTRIKTSKOORDINATOR UNGHERNING**

**TLF. 30 44 03 55**

**MAIL: UNGKH@HERNING.DK**

**SORGGRUPPELEDER:**

**KIRSTEN KJÆR NØRGAARD**

**LÆRER, AKT-VEJLEDER OG FAMILIETERAPEUT**

**TLF. 28 34 16 84**

**MAIL: TRIVSELSVEJLEDEREN@OUTLOOK.DK**



**UNGHERNING**

FÆLLESSKAB • ENGAGEMENT • TROVÆRDIGHED

**WWW.UNGHERNING.DK**