

## Praktiske informationer

### Mødetid og sted

*Dronninglund* hver 3. tirsdag kl. 10.00-12.00.  
Dronninglund Sognegård, Rævdalsvej 5.

*Brønderslev* hver 3. fredag kl. 10.00-12.00, Sognegården, Bredgade 104

*Hjallerup* Hver 3. uge kl. 15.30-17.30 i Hjallerup Kulturhus. Man får ved start en plan med de kommende måneders datoer.

### Kontakt

Kontakt sogne-og diakonipræst Ivana Høgagard for nærmere info:  
tlf. 24 65 46 39, ih@km.dk. Kontakt den lokale sorggruppeleder for information og optagelse i sorggruppen.

### Dronninglund:

Birgitte B. Nygaard: 22 52 12 56, nygaardpoul@gmail.com  
Bente S. Rasmussen: 23 65 89 90, benteogjensrasmussen@gmail.com

### Brønderslev:

Annelise Strange Møller: 42 77 39 23, anneliseogjens@turbopost.dk  
Birthe Sørensen: 60 71 65 76, tornerosevej25@outlook.dk  
Else Hansen: 98 82 30 35, else.preben@bbnpost.dk

### Hjallerup:

Bente Petersen: tlf. 51 25 77 99, poulpetersen@hotmail.com  
Marie Kirketerp: tlf. 24 44 06 22, mki@km.dk

## SORGGRUPPER



For voksne der har mistet et  
familiemedlem, ægtefælle/partner, børn,  
forældre, søskende.

## For hvem?

Sorggrupperne er et tilbud til voksne, der har mistet ved død, enten det er sket for flere år siden, eller for nyligt. Mht. børn, der har mistet, kan der også rettes henvendelse, og vi vil henvise til en sorggruppe for børn eller familier.

## Om sorggrupperne

Sorggrupperne giver mulighed for at dele det forandrede liv med andre, som også har mistet og som derfor også kender sorgen, magtesløsheden og ensomheden.

At miste er det samme som at miste en del af sig selv, uanset om tabet er nyt, eller om det ligger flere eller mange år tilbage. Den efterfølgende sorg er forbundet med mange skiftende og forskellige følelser som f.eks. sorg, savn, vrede, frustration, lettelse, håb, skyld og bekymring.

Omgivelserne kan have svært ved at sætte sig ind i, hvordan det føles at miste en, man har nær. Derfor kan tabet også ud over savnet medføre stor ensomhed og isolation. Ofte går den enkelte rundt med en følelse af at være den eneste i verden, der har det så svært, hvorfor det kan være rart at tale med andre, der er i samme situation.

Målet med grupperne er, at deltagerne - gennem støtte og indbyrdes samtale - får mod til at leve i den nye hverdag, og finde glæde ved livet igen.

## Temaer, der blandt andet tales om:

- Familiens historie
- Dødsfaldet, bisættelse, gravsted etc.
- Traditioner omkring mærkedage
- Hvor går vi hen, når vi dør?
- Netværket, hvordan er det?
- Hverdagens problemer
- Familiens reaktioner på sorgen
- Hvordan udfyldes tiden/tomrummet efter afdøde?
- Nye relationer, evt. ny kæreste/ægtefælle
- Hvordan er det at være dig?

## Præsentation

Sorggrupperne har hjemme i Folkekirken, i Brønderslev Provsti. *Sorggruppen i Dronninglund* ledes af to erfarne sorggruppeledere, familieterapeut Birgitte Nygaard og pædagog Bente Rasmussen. Begge har i en del år stået for familiesorggruppen i Aalborg. *Sorggruppen i Brønderslev* ledes af sygeplejerske Annelise Strange Møller, sygeplejerske Birthe Sørensen og tovholder i provstiets diakonigruppe Else Hansen.

*Sorggruppen i Hjallerup* ledes af sognepræst Marie Kirketerp og Bente Pedersen.