

Vilka är vi?

Vi som bjuder in är erfarna gruppleddare och arbetar efter Rädda Barnens program om stöd till barn och unga i sorg. Vi arbetar bl a inom hemsjukvården, sjukvården, sjukhuskyrkan och hospice.

Anmälan

Skicka din intresseanmälan till kontoret@anggardenshospice.se så kontaktar vi dig.

Har du frågor, hör gärna av dig till
Christina 031-50 26 68
Inger 031-342 55 46

Vi kommer att bjuda in till en träff innan grupperna startar för att kunna svara på en del av de frågor vi fått och för att vi ska lära känna varandra lite.

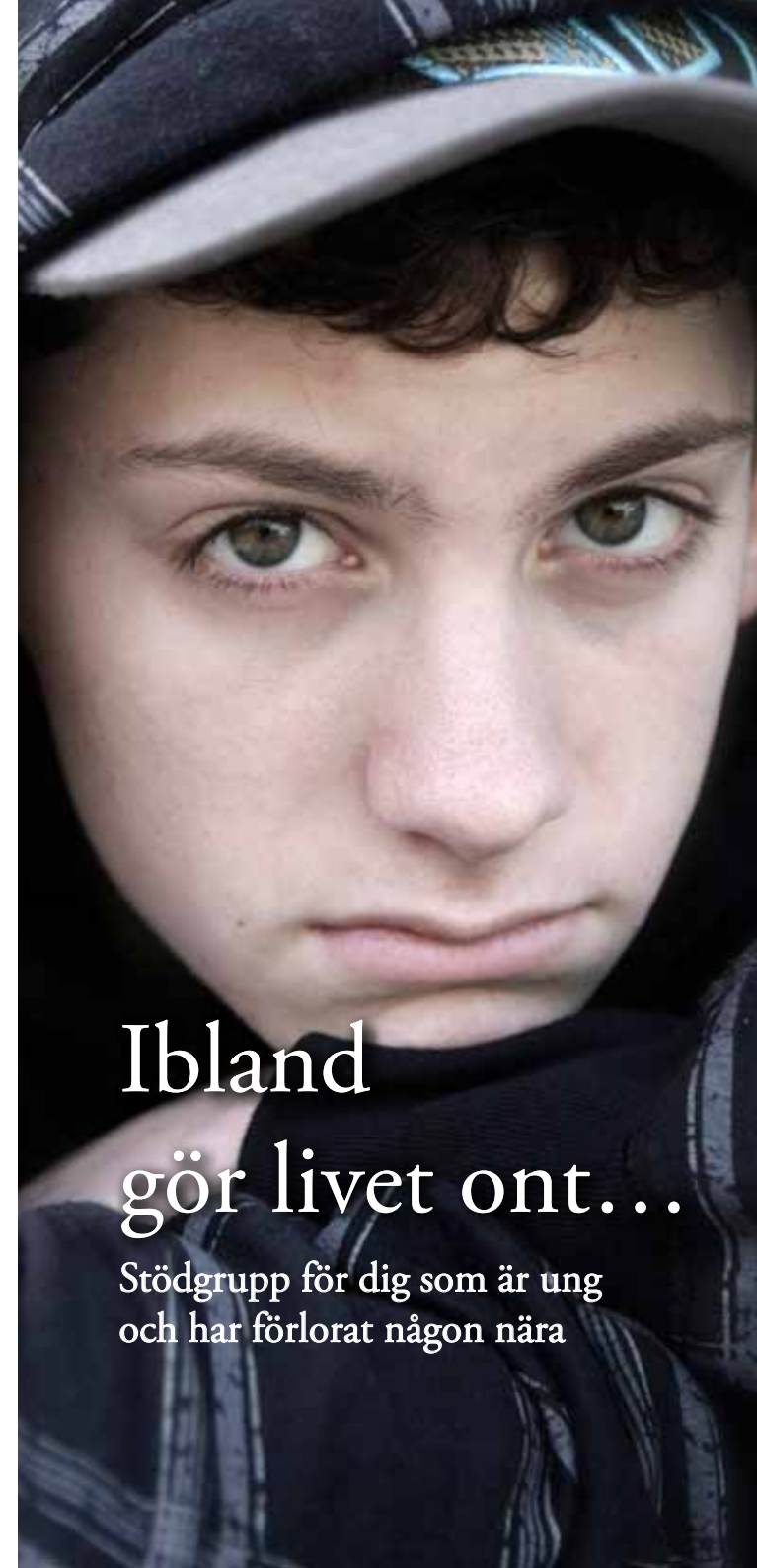
Anordnas av Referensgruppen för barn och familj i sorg och saknad.

I samarbete med Bräcke Diakoni, Änggårdens Hospice och Palliativt Centrum på Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Projektet stöds av Stiftelsen Göteborgs Barnhus.

BräckeDiakoni 

Änggårdens Hospice 

 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET
Enheten för Palliativ Utveckling och Rådgivning/
Palliativt Centrum



Ibland
gör livet ont...

Stödgrupp för dig som är ung
och har förlorat någon nära

Vad är sorg?

Sorg är de känslor och tankar som dyker upp när man förlorat någon som man tycker mycket om. Sorgen är inte bara tårar. Känslorna kan vara många och starka eller kännas som trötthet och håglöshet. Det är inte konstigt – hela livet har ju plötsligt blivit annorlunda.

Det är också vanligt att man blir arg, känner skuld eller är känsligare än vanligt. Men sorgen ändrar sig ofta från dag till dag – det är inte alltid man känner igen sig själv.

Som barn kan det hända att man känner ansvar för att vara stark och stötta de andra i familjen. Man kanske skjuter undan sina egna känslor, eller tror att man inte sörjer så mycket. Föräldrar kan också ha svårt att orka med att vara ett stöd för barnen när deras eget liv är i kaos.

Träffa andra i samma situation

I sin sorg upplever man kanske att ingen förstår eller lyssnar på en. Kanske finns det ingen man vill vända sig till.

Även om man har svårt att prata om sin sorg, kan det hjälpa att träffa andra som varit med om samma sak och som vet vad det handlar om. I våra stödgrupper försöker vi tala om och hantera de tankar och känslor som sorgen väcker.

”Att dela sorgen med andra kan hjälpa”

Våra stödgrupper

Vi har fyra stödgrupper som kommer att gå parallellt.

- barn mellan 8–12 år
- tonåringar
- unga vuxna
- föräldrar till unga med sorg

För att börja i en grupp bör det ha gått några månader efter dödsfallet. Detta för att man då bättre kan ta in och ta till sig andras erfarenheter.

Var och en bestämmer hur mycket eller hur lite man vill berätta. Här får man utrymme att tänka och känna – precis vad man vill.

Tid

Grupperna kommer att träffas sju gånger varannan vecka mellan kl 16.30–18.30. Vi bjuder på fika.

Grupperna startar en gång på våren och en på hösten.

Plats

Alla grupper träffas i Räddningsmissionens lokaler i Göteborg, Andra Långgatan 29, 3 trappor upp.

Välkommen!