



Vi mødes i  
Ikast Kirkecenter,  
Rådhusstrædet 15,  
7430 Ikast.  
Onsdag ca. hver 14. dag  
kl.16.00-17.45

Det er gratis at  
være med.  
Hver gang får vi en  
forfriskning

Vi snakker  
om børnenes/de  
unges tab, historie,  
værdier, mestring,  
initiativer mm.  
Aktiviteter afløser og  
fornyser samtalen

Børn og unge  
lærer udtryk og ord  
af hinanden, som de  
måske en anden gang  
kan bruge til at forklare,  
hvordan de selv  
har det.

Vi glæder os til at se dig!



FOLKEKIRKEN

Tilbuddet støttes økonomisk  
af Folkekirken i Ikast-Brande  
provsti og af Ikast-Brande  
Kommune.

# Sorggruppe



- for børn og unge



# Velkommen

**Nogle børn og unge oplever at miste** deres far eller mor, en søster eller bror. Flere af disse børn og unge får ikke talt om deres tab, sorg og savn. Venner og bekendte forstår måske ikke helt – livet går videre. Derfor kan de ramte børn og unge gå meget alene med deres følelser og have en oplevelse af, at ingen forstår de tanker og spørgsmål, som deres sorg kalder frem i dem. Når man derfor mødes i en gruppe med andre jævnaldrende, der også har oplevet at miste, kan det have stor betydning. Følelsen af anderledeshed mindskes og der opstår et særligt fællesskab. Det opleves også lettere at få sagt, hvad man virkelig tænker og føler, når man ved, at man bliver set, hørt og taget alvorligt - og oplever, at det ikke er forkert at have det, som man har det.



**Nøgleord i sorggruppen** er tryghed, omsorg, respekt, tillid. Der er fokus på samvær, erfaringsudveksling og mestring. Der er ikke tale om terapi eller behandling. Sorggruppen gir et fællesskab mellem børnene og de unge—og gruppen er med til at give den positive hjælp til det videre liv.

**Ikke alle børn og unge har lige stor lyst til at fortælle** om, hvordan de har det. Sådan er det også for voksne. Det er heller ikke alle mennesker, der synes, at de har ordene, der beskriver, hvordan de har det. Det er OK, og der er altid mulighed for at sige nej, hvis man ikke vil sige mere. Samtidig er det sådan, at man i en gruppe har mulighed for at genkende sig selv i andre - eller man opdager, at andre kan have det på en anden måde end én selv. Børn og unge lærer ofte udtryk og ord af hinanden, som de måske en anden gang kan bruge til at forklare, hvordan de selv har det.

## For hvem

Gruppen er både for piger og drenge og den er åben. Det betyder, at man kommer med, når man har behov og går ud, når det føles rigtigt. Målgruppen er 8-17 år. Inden barnet/den unge begynder er der en for-samtale. Når tiden nærmer sig for at stoppe igen, aftaler vi, hvornår den sidste gang bliver.

## Grupperne

Afhængigt af deltagerantal og aldersspredning vil gruppen blive delt, så alle får bedst udbytte af deltagelse. Der vil være samtale, læsning, kreativitet, bevægelse og leg ift. alder - og altid være voksne i gruppen, som har ansvaret.



## Teamet af voksne

Socialpædagog Alice Højland.  
Indkøbsdirektør Sten Højland.  
Tidl. efterskoleforstander Karen Bastrup.  
Præst og psykoterapeut Birthe Møberg.

Alle har vi erfaring med sorg og det at miste.



## Fakta og kontakt

Vi mødes ca. hver 14. dag og datoer udmeldes hvert halve år. Vi mødes i Pejsestuen i Ikast Kirkecenter, Rådhusstrædet 15, Ikast.

Som udgangspunkt sørger du selv for transporten til og fra, men er der problemer med at komme frem eller tilbage, finder vi en god løsning.

Det er gratis at være med.

**Kontakt:** Birthe Møberg, tlf. 23342790, mail: [bmb@km.dk](mailto:bmb@km.dk)

