Andre stader du kan kontakte

Landsforeningen for etterlatte ved selvmord. LEVE
Tlf. 22 36 17 00 www.levenorge.no

Landsforeningen - uventet barnedød
Tlf. 22 54 52 00 www.lub.no

Pårørendesenteret
Tlf. 51 53 11 11 www.parorendesenteret.no

Vi som har et barn for lite
Tlf. 974 12 026 www.etbarnforlite.no

Kreftomsorg Rogaland
Tlf. 51 56 79 90 www.kreftomsorgrogaland.no

Prestetjenesten v/sykehusene
Tlf. 51 51 80 00 www.sus.no

Veiledningssenteret for pårørende
Tlf. 51 66 42 02 www.veiledningssenter.no

Stavanger bispedømme
Tlf.51 84 62 83 www.kirken.no/stavanger

SeMeg helsesøster
Tlf.920 37 810 www.SeMeg.no

Finn sorggruppetilbud der du bor
www.sorggrupper.no

Tilbod om sorg-grupper til etterlatne

Sorggrupper for vaksne

I Stavanger bispedømmer har vi tilbod om ulike typar støttegrupper ved sorg.

- Ved tap av ektefelle/sambuar
- Ved tap av foreldre/søsken
- Ved tap av barn, ungdom eller vaksne barn
- Ved tap som skyldast sjølvmord, eller ved rusproblematikk i nær familie

Sorggrupper for barn/ungdom

I Stavanger er det eigne støttegrupper for barn og unge som har mista foreldre eller søsken.
Ta kontakt med nærmaste diakon eller med Helsestasjon og skulehelsetenesta: 51 50 80 98 eller på e-post:
adm.helsestasjon@stavanger.kommune.no

Kontakt

Om du ønsker ein samtale og/eller bli med i ei støttegruppe for menneske i sorg, kan du ta kontakt med:

For meir informasjon

Kyrkjas servicetorg: Telefon 51 84 04 00
Diakonirådgivar i Stavanger bispedømme Asbjørn Finnbakk: Telefon 51 84 62 83 / 404 05 683

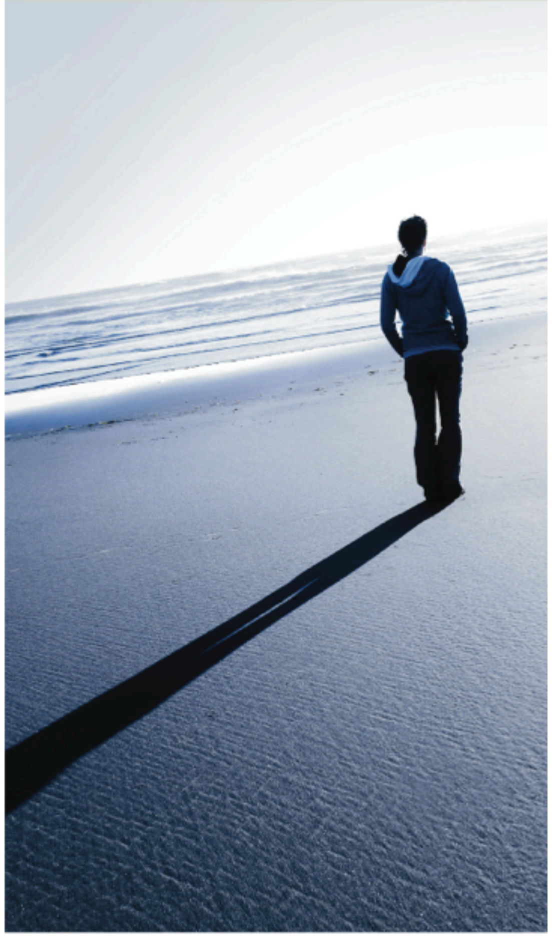
Koordinator i Stavanger:

Diakon Toril Signe Ø. Marthinsen:
Telefon 93 64 99 34 e-post: tm858@kirken.no

DEN NORSKE KIRKE
Stavanger bispedømme

Sorggrupper

Tilbud til etterlatte



Sorg

- Er ein naturleg og sunn reaksjon på tap
- Kan gi uvante og sterke reaksjonar
- Tar ofte lengre tid enn du sjølv og omgivnadene trur
- Kan tappe deg for krefter
- Kan gi søvnproblem, konsentrasjonsvanskar og hukommelsesproblem
- Kan uttrykkast svært forskjellig:

  -Nokre græt mykje, andre lite
  -Nokre blir sinte og/eller reddare enn elles
  -Nokre blir veldig aktive. Andre vil helst berre sove

  -Nokre snakkar om tapet til alle, andre vil helst være aleine og sleppe å snakke
  -Nokre mistar matlysta, andre et meir enn elles
  -Nokre kjenner lette
  -Nokre kan oppleve skuldkjensle og mismot
  -Nokre kjenner på stor einsemd

KVITE FUGLAR

Til deg, du kjære,
flyg siste tankane –
Kvite fuglar
flyg or buret –

Ein gong møter eg deg, du kjære,
på stille stader,
der kvite fuglar
syng i treom.

TOR JONSSON,
DIKT I SAMLING,
DET NORSKE SAMLAGET,
1987

Støttegrupper for menneske i sorg

Dette er grupper der den enkelte kan dele tankar og kjensler kring eigen sorg, og samstundes lytt til andre si erfaring.

Kvar enkelt bestemmer sjølv kva og kor mykje han eller ho vil dele. I gruppa forventar vi at alle viser respekt og varsemd for kvarandre og den enkeltes sårbare livssituasjon.

Gruppene vert organisert av diakonane i Stavanger bispedømme.

- Gruppene har to leiarar som har kunnskap om og erfaring med sorg
- Gruppene er opne for alle uansett livssy og kyrkjetilhøyring
- Ei gruppe består av 6-8 personar og møtest 8-10 gonger
- Gruppene vert samansette av deltakarer som er i nokolunde same livssituasjon
- Gruppene møtast på fast stad
- Nye grupper vert starta når det har meld seg 6-8 deltakarar
- Alle som deltar har teieplikt
- Tilbodet er gratis