

## Hvad er en sorggruppe?

En sorggruppe er et gratis tilbud til mennesker, der har mistet en nærtstående. Det at miste en nærtstående er noget af det sværeste, vi mennesker kan opleve, for man mister samtidig også lidt af sig selv.

Det tager tid, at finde sig selv og opbygge sit liv igen uden den anden.

Sorg er en naturlig reaktion på tabet af en nærtstående. Sorg skal ikke behandles, men bæres sammen med de efterladte.

Nogle gange kan sorgen og tabet af en nærtstående være helt ubærligt.

Kirkens sorggruppe giver den efterladte mulighed for at bearbejde sin sorg og finde støtte og livsmod i den svære tid efter tabet.

Sorggrupper kan mindske følelsen af ensomhed og meningsløshed, og det er for mange en støtte at høre, hvordan andre har tacklet sorgen.

## Hvem kan være med i sorggruppen?

Personer over 18 år kan deltage, hvis man har mistet en forælder, en ægtefælle, en søskende eller et voksent barn.

Gruppen varetages af en præst og en sundhedsfaglig person.

Der er mellem 5 og 10 deltagere i hver gruppe, og der holdes 2 timers møde hver 14. dag.

Sorggruppen roterer i kommunen, og det geografiske sted afhænger af, hvem som tilmelder sig.



**SORGGRUPPER**  
**I FOLKEKIRKEN**

## Hvem er vi?

I Kalundborg er et udvalg af præster gået i samarbejde med Menighedsplejen i Kalundborg Provsti, om at oprette en sorggruppe.

Sorggruppen er for alle i Kalundborg kommune.

### Tilmelding til sorggruppe kan ske til en af følgende præster:

Christina Morsing: [csm@km.dk](mailto:csm@km.dk) tlf. 5929 1150

Andreas Norbjerg: [andno@km.dk](mailto:andno@km.dk), tlf. 5826 7050

Lisbeth Dyxenborg: [lidyx@km.dk](mailto:lidyx@km.dk) tlf: 23 22 09 90

Nyttige oplysninger og links:



### Menighedsplejen i

### Kalundborg provsti:

<http://kalundborgprovsti.dk/menighedsplejen/>

### Sorggrupper i Folkekirken:

<http://sorg.folkekirken.dk/>