

Hvor foregår det?

Aktivitetcentret

Hvidovregade 49
2650 Hvidovre

Hvis du vil vide mere eller tilmelde dig

For Rødovre-borgere:

Marie Bache Hansen
Kræftkoordinator
Telefon: 3637 8190
E-mail: sundhedscenter@rk.dk

For Hvidovre-borgere:

Nanna Nøjgaard
Palliation- og kræftkoordinator
Telefon: 6182 7478
E-mail: sundhedscenter@hvidovre.dk



RØDOVRE KOMMUNE

Rødovre Sundhedscenter

Egegårdsvej 77
2610 Rødovre
Tlf: 36 37 81 90
sundhedscenter@rk.dk

Åbningstider:

Mandag-onsdag kl. 10.00-14.00
Torsdag kl. 10.00-18.00
Fredag kl. 10.00-13.00



HVIDOVRE
KOMMUNE

Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre
Tlf: 36 39 37 37
sundhedscenter@hvidovre.dk

Åbningstider:

Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00
Torsdag kl. 8.00-17.30
Fredag kl. 8.00-14.00

Sundhedscenteret 3-2024

SORGGRUPPE FOR VOKSNE EFTERLADTE



Sorggruppe for voksne efterladte

Det kan være meget smertefuldt at miste et menneske, man elsker. Tabet kan præge efterladtes liv, og mange bliver overvældede af, hvor meget dødsfaldet påvirker livet efterfølgende.

For nogle kan det være svært og føles ensomt og tungt, ligesom egne og andres reaktioner og forventninger kan virke forvirrende og belastende.

Erfaringer viser, at mødet med andre efterladte er meningsfuldt. En gruppe for efterladte kan give et frirum til at tale om sine bekymringer. Mange oplever, at det giver inspiration og støtte at dele sine oplevelser og erfaringer med andre.

Formålet med gruppen for efterladte er at tilbyde støtte til at håndtere livet som efterladt, at give mulighed for at styrke fællesskabet med ligestillede samt at mindske følelsen af at stå alene.



Hvem kan deltage?

Voksne efterladte borgere i Rødovre og Hvidovre kommuner, der har mistet en voksen pårørende. Der skal være gået min. fire måneder siden tabet. Deltagere skal være over 28 år.



Hvad indeholder tilbuddet?

- Der indledes med en individuel afklarende samtale hos en sygeplejerske i Sundhedscenteret.
- Gruppen mødes ca. hver anden uge á to timer, i alt 8 gange.
- Gruppen er som udgangspunkt en lukket gruppe
- Gruppen er en samtale- og netværksgruppe, ikke en egentlig terapigruppe
- Der er plads til otte deltagere i gruppen, som ledes af en terapeut og en sygeplejerske
- Det er vigtigt for gruppen, at du prioriterer møderne.