



## Sorggrupper for barn

I Sarpsborg tilbyr vi sorggrupper for barn i barneskolealder.

Felles for barna er at de har mistet en forelder eller søsken. Sorggrupper skal gi barna muligheten til å snakke om og bearbeide opplevelser de har rundt dødsfallet. De fleste opplever det som nyttig å treffe jevnaldrende i samme situasjon. De føler seg ofte mindre alene, og de forstår enklere egne reaksjoner og opplevelser.

Hvor lenge det er siden de mistet noen eller hva som var årsaken til dødsfallet, påvirker ikke muligheten til å være med i sorggrupper.

### Åtte samlinger

Det er totalt åtte samlinger, og hver samling varer i halvannen time. Sorggruppen har vi i Metodistkirkens lokaler i sentrum, med unntak av én samling hvor vi møtes på et begravellesbyrå.

På samlingene er det satt av tid til et felles måltid, samtale, aktiviteter og lek. Vi arrangerer også en temakveld om "barn og sorg", hvor foreldre, foresatte, besteforeldre og andre viktige personer i barnes liv er velkommen.

Hvis du tenker at barnet ditt ønsker å delta i en sorggruppe eller du har spørsmål rundt dette, er det bare til å ta kontakt.

### Kontaktpersoner:

Nanette Bache (helsesykepleier), mob. 415 30 206.

E-post: [nanette-therese.bache@sarpsborg.com](mailto:nanette-therese.bache@sarpsborg.com)



Tonje Elisenberg (familieterapeut), mob. 982 17 689  
E-post: [tonje.elisenberg@sarpsborg.com](mailto:tonje.elisenberg@sarpsborg.com)