



Selvhjælpsgruppe for efterlevende

- et tilbud til pårørende,
der har mistet på Hospice Djursland

Selvhjælpsgrupper

Hvert halvår inviteres efterlevende til at deltage i en selvhjælpsgruppe på Hospice Djursland. Da det kan være forskelligt, hvilken målgruppe har mest behov for at få tilbuddet, vil ikke alle efterlevende modtage en invitation.



Modtager man en invitation, er det en god ide at overveje, om man vil have gavn af at være i en gruppe, og om man føler sig i stand til at bidrage i en gruppesammenhæng. For som det ligger i ordet selvhjælp, skal gruppen være i stand til at kunne hjælpe sig selv og de andre i gruppen et skridt videre i livet som efterlevende.

For at deltage i gruppen er det et krav, at man kan deltage i det første møde. Det vil selvfølgelig være mest hensigtsmæssigt at kunne deltage i alle seks møder.

Til de første møder får gruppen hjælp af gruppeledere fra Hospice Djursland; de er sygeplejersker, som superviseres af psykologen på Hospice Djursland.

Modtager man ikke en invitation, eller er man ikke interesseret i at deltage i denne form for gruppe, er det vigtigt at være opmærksom på den hjælp, der er mulighed for at hente andre steder. Det kan være i egne netværk, i eventuelle sorgtilbud andre steder, i kirkesammenhænge eller hos privatpraktiserende psykologer.

- på bagsiden af denne pjece er der links til yderligere info

Du er velkommen til at kontakte en medarbejder, hvis du har spørgsmål eller lignende.





LINKS til yderligere info:

- www.sorgvejviser.dk
- www.psykologeridanmark.dk

Pjecen er udarbejdet af psykolog Kirsten Kibæk

Hospice Djursland • Strandbakken 1 • 8410 Rønde • 7841 3400
hospice@hospicedjursland.dk • www.hospicedjursland.dk