



Sorg – hvordan kommer jeg videre?



Tidligere kursist har sagt om peer-undervisningen:

Dejligt at høre andres erfaringer. Et fedt læringsrum med åbenhed

Kursusnummer 148

Når vi er i sorg, mister vi fodfæstet for en stund. Vi kan måske helt miste tilhængen til verden. Nogle i sorg kommer til at isolere sig oven på det tab, de har, mens andre standhaftigt forsøger at holde fast i hverdagen og klare alting (og måske mere til) på vanlig vis. Uanset hvordan vi forsøger at tackle vores sorg, så er det svært, og nogle gange føles det som en umulig proces. Hvordan kommer man videre? Skal man egentlig overhovedet videre?

På dette kursus vil vi dykke ned i, hvad sorg er for en størrelse, og hvordan man kan komme videre med at tackle sin sorg.

Kurset er for dig, som selv har oplevet og/eller oplever sorg i dit liv, for dig som er pårørende til et menneske i sorg – og for dig, som arbejder med mennesker i sorg.

Tidspunkt

Tirsdag 16. marts kl. 9.00 - 11.30
Tirsdag 23. marts kl. 9.00 - 11.30

Sted

Recovery-skolen Viborg
Lokale 1.1
Søndersøparken 16
8800 Viborg

Undervisere

Camilla Greve
Mette Ludvigsen

Tilmelding

Senest 7 dage før kursusstart på mestring.viborg.dk/recovery-skolen

Spørgsmål

Vedrørende kursus og tilmelding, kontakt underviserne på tlf. 87 87 71 01

Recovery-skolen Viborg

Recovery-skolen Viborg
Center for Mestring
Søndersøparken 16
8800 Viborg

Parkeringsmuligheder

Kom gerne i god tid og husk at bruge parkeringskort.
Oversigt over p-pladser og parkeringskort er i receptionen i Center for Mestring.

Tilmelding

Fra 1. december 2020 til 7 dage før det enkelte kursus starter på:

mestring.viborg.dk/recovery-skolen

Spørgsmål

Vedrørende kurser og tilmelding kontakt:
Underviserne på Recovery-skolen på recoveryskolen@viborg.dk eller

Tlf. 87 87 71 01

Mere info om Recovery-skolen Viborg, se:

mestring.viborg.dk/recovery-skolen



Recovery-skolen Viborg

