



# Livsmods- og sorggrupper

Gennemføres i samarbejde  
med Københavns Kommune



---

Ældre  Sagen

i  
København

---

---

# Et tilbud til dig, hvis du har sorg eller er trist

Triste perioder kan skyldes kritisk sygdom, tab af en nærtstående person, eller at ens ægtefælle/sambo er kommet på plejehjem.

Sorg eller ensomhed kan få os til at tabe livsmodet. Det kan være en stor hjælp at tale med en eller flere andre, der kan vise forståelse og drage omsorg for en.

Ældre Sagen har etableret livsmods- og sorggrupper for ældre i København.

---

## Grupper for hvem?

Livsmodsgruppen er et tilbud om samvær, hvor sorgen ikke er tabu. Det er ikke en terapeutisk behandling.

Alle ældre kan deltage – medlemskab af Ældre Sagen er ingen betingelse. Før du kommer i gruppen, vil der være en samtale med to af de frivillige ledere.

Det er gratis at deltage i livsmodsgruppen. Alle deltagere – samtalepartnere og gruppeledere – har naturligvis tavshedspligt.

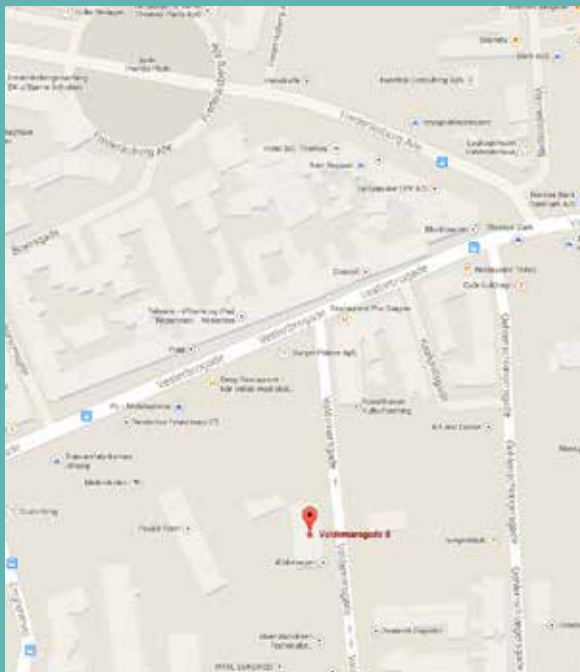
Gruppeledere modtager løbende supervision hos en psykolog.

Gruppen mødes en gang om ugen.

---

# Ældre Sagen

Livsmods- og sorggrupper  
Kort over nærområdet ved Valdemarsgade  
*Der er elevator i Aktivitetshuset*



## Buslinier med holdeplads tæt på Valdemarsgade

### Linie 3A:

Stoppested ved Vesterbrogade

Fra Hovedbanegården kan man tage

**Linie 6A** mod Rødovre

ELLER:

**Linie 26** mod Ålholm Plads

Stoppested ved Frederiksberg Allé



## Kontakt

Grupperne mødes i:  
Aktivitetshuset,  
Valdemarsgade 8,  
1665 København V (der er elevator)

Vil du deltage, skal du henvende dig til en  
af gruppelederne.  
Vi vil se frem til at byde dig velkommen.

Gruppeledere er:  
Allis Novél – 32151260  
Ellen Lütken – 33142552  
Else Stenbak – 61674658

Alle er frivillige medarbejdere i  
Ældre Sagen

Oktober 2014



---

Ældre  Sagen

---