

Hvordan foregår det?

Hvis du ønsker at få en fortrolig voksen, starter det med en **samtale** med en psykolog. Her taler I blandt andet om, hvem du er, hvad du håber at få ud af relationen, og hvilken type person du tror vil passe godt til dig.

Når vi har fundet en frivillig, som **matcher** dine behov, tager de kontakt og inviterer til et første møde.

I starter typisk med at ses **hver anden uge** i to timer – måske til en gåtur, en kop kaffe eller noget helt tredje, alt efter hvad du har lyst til.

Møderne foregår på **dine præmisser**, og sammen finder I en form, der passer jer.

Efter **2–3 møder** kontakter vi dig for at høre, hvordan det går, og om du har lyst til at fortsætte.

Da vi kun matcher, når vi har den rette frivillige i dit område, kan der gå lidt tid, før et forløb kan starte.

BLIV EN DEL AF FORTROLIGE VOKSNE



Hvis du er nysgerrig på, om Fortrolige Voksne er noget for dig, kan du læse mere og udfylde en formular på sorgcenter.dk

Herefter bliver du kontaktet af en psykolog til en uforpligtende snak, hvor du kan få svar på dine spørgsmål.

Læs mere om projekt Fortrolige Voksne her



Det
Nationale
Sorgcenter
Børn, Unge & Sorg

Projekt Fortrolige Voksne

Mangler du
voksenstøtte
i dit liv?

København • Aarhus • Odense • Vejle • Aalborg

PROJEKT FORTROLIGE VOKSNE

Vi har et projekt for dig, der har mistet en eller begge forældre og står uden voksenstøtte.

Som en del af projekt Fortrolige Voksne bliver du matchet med en frivillig voksen, som selv har mistet sin mor, far eller begge alt for tidligt. De forstår din situation på en særlig måde og ved, hvordan det føles at stå alene i tilværelsen i en ung alder.

De fortrolige voksne inviterer en ung ind i deres liv i mindst to år – og måske resten af livet.

Mange unge fortæller, at relationen til den voksne giver dem tryghed, støtte – og ofte udvikler det sig til et bånd, der holder længe efter, forløbet slutter.

@detnationalesorgcenter

info@sorgcenter.dk



Hvem er de fortrolige voksne?

De fortrolige voksne er over 40 år og har sagt ja til at indgå i et match med en ung i minimum to år.

Du vil blive mødt af en ressourcestærk voksen med tid og overskud til at engagere sig i det, der fylder hos dig – både når livet er svært, og når du har noget at fejre.

Det er en voksen, du kan sparre med om vigtige livsvalg som ud-dannelse, job eller bolig. De har selv mistet en forælder tidligt og ønsker at bidrage med egne erfaringer, viden og oplevelser, som du forhåbentlig kan bruge i dit videre liv.

Det er vigtigt at understrege, at den fortrolige voksne ikke kan erstatte professionel hjælp.

Hvem kan deltage?

- Du skal være mellem 18 og 27 år.
- Du har mistet begge dine forældre, eller mistet den ene forælder og står uden voksenstøtte, fordi din tilbageværende forælder ikke har ressourcer eller overskud.
- Du ønsker at indgå i en gensidig relation med en frivillig voksen, hvor I har lyst til at lukke hinanden ind i jeres liv.



Rosa blev i 2019 matchet med Niels, der blev forældreløs som 6-årig. I dag betragter de hinanden som familie.

“Niels har gjort en kæmpe forskel i mit liv. Han har hjulpet mig med at genfinde troen på, at både livet og mennesker vil mig det godt, og han er en vigtig støtte i at genopbygge min selvtillid”