

C A M O R S O

et godt liv med sorg



3. - 5. marts 2026

CAMORSO

3. - 5. marts

Her bearbejdes sorg og tab gennem vandring, kortere eller længere, i naturen. Når du går en CAMORSO, ved du, at de andre deltagere også har mistet og bærer på en sorg. Derfor er der en fælles grundtone, der emmer af varme og respekt.

Når minder bliver broen til det, vi har mistet...

Skilsmisse, fyring, forsvunden person, dødsfald, tab af kontakt med børn, forældre eller andre relationer, tab af hjem ved brand, konkurs m.m. Der kan være mange grunde til at føle sorg og sorg kan have mange "ansigter".



Sorgen er som et pendul der bevæger sig mellem sorgen og hverdagen. En sang, et sted, en duft, et billede, et minde kan bringe pendulet i svingninger. Den gængse tilgang til sorg har i mange år handlet om, at sorg er noget "vi skal komme over", og vi skal "komme videre i livet". Vi skal gennemleve et såkaldt "sorgarbejde" med forskellige sorgfaser, som menes at være nødvendigt for, at "at få sagt ordentligt farvel", "talt ud", "grædt ud" for på "ret" vis at kunne "slippe det tabte".

I den nyere tilgang og forståelse af tab og sorg, som hører under den narrative tankegang, bliver tabet ikke noget endeligt, men i stedet en invitation til en ny relation med det der var og som nu ikke er her længere. Vores minder og historier vil leve videre i os.

Hvem henvender en CAMORSO – en sorgvandring sig til

Kurset henvender sig til alle, der enten bærer på en sorg, eller som leder grupper der arbejder med sorgbearbejdning.

De fleste mennesker, når de oplever sorg, gennemlever en almindelig sorgproces. Det vil sige at vi gennem livet knytter relationer og kærlighedsbånd. Når relationen eller det menneske, man har knyttet bånd til, mistes, enten ved dødsfald eller evt. skilsmisse fyldes vi af sorg og savn, og det kan være vanskeligt at komme videre i livet.

"Sorg er hjemløs kærlighed", den kærlighed, vi nærer til en relation eller til et elsket menneske, som nu ikke længere har noget hjem.

Program

TIRSDAG 3. MARTS

- 11.00 Ankomst og indkvartering på værelser
- 12.00 Frokost
- 13.00 Præsentation af deltagere og instruktører
- 14.00 Overordnet præsentation af "værktøjskassen" til CAMORSO
- 15.00 Pause – Kaffe/Te
- 15.30 Sorg bredt anskuet – vi er i Galleri EMMAUS
- 18.00 Middag
- 19.30 Ord og citater om sorg
- 21.00 Afrunding af dagen
Kaffe/te og kage

ONSDAG 4. MARTS

- 5.45 Afgang til Skovtårnet – (vi kører i egne biler)
- 7.00 Solopgangsgudstjeneste i Skovtårnet
- 9.00 Morgenmad
- 10.00 Mød det uforudsigelige på vandringen
- 12.00 Frokost
- 13.00 Lyt og sans – musikkens sprog
- 15.00 Pause – Kaffe/Te
- 15.30 Samtalepraksis – does and donts
- 18.00 Middag
- 19.30 Sangcafé – vi synger
fra højskolesangbogen
med Arne Andreassen
- 21.00 Afrunding af dagen
Kaffe/te og kage

TORSDAG 5. MARTS

- 8.00 Morgenmad
og udtjekning af værelser
- 9.00 Morgensang
- 9.30 Planlægning af sorgforløb
- 11.00 Tanker om kurset fra
deltagerne
- 12.00 Frokost og afrejse





Pris og tilmelding

Priser

Enkeltværelse med eget bad og toilet kr. 3.000

Dobbeltværelse med eget bad og toilet kr. 2.500

Enkeltværelse med delt bad og toilet kr. 2.500

Dobbeltværelse med delt bad og toilet kr. 2.200

Uden indkvartering kr. 2.000

Tillæg for veganer- og glutenfri kost kr. 200

Tilmelding kan ske på følgende måder:

www.emmaus.dk/hoejskole/tilmelding

mail: info@emmaus.dk

T: 5443 5433 Emmaus

Højskolevej 9, 4690 Haslev

Max 25 deltagere

Seneste tilmelding den 15. februar

Kursuslederne



Charlotte Kristine K Heide
sognepræst



Tom B Hansen
pilgrim