

Es tut alles so furchtbar weh!

Ich will diesen Schmerz nicht.

*Manchmal meine ich
verrückt zu werden!*

Das Leben ist nicht mehr lebenswert.

*Jeden Tag spreche
ich mit ihm.*

*Manchmal bin ich
richtig wütend.*

Wie soll ich weiterleben?

Ich habe zu nichts mehr Lust.

**Warum tut das
alles so weh?**

*Ich weiß nicht, mit
wem ich reden soll.*

Wir waren so ein gutes Team.

**In meinem Umfeld muss ich
irgendwie funktionieren.**

Sie war meine große Liebe.

AMBULANTER HOSPIZDIENST HERNE

Bahnhofstraße 137, 44623 Herne
Telefon: 02323 - 988 290
E-Mail: info@hospizdienst-herne.de
www.hospizdienst-herne.de

Wir sind aktives Mitglied im Palliativ-Netzwerk Herne,
Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel e.V.

TRÄGER

Förderverein „Palliativstation im EvK Herne und
Ambulanter Hospizdienst e.V.“

SPENDENKONTEN

Volksbank Herne GENODEM1BOC
IBAN DE18 4306 0129 0172 5126 00

Deutsche Bank AG DEUTDEDE430
IBAN DE42 4307 0061 0631 3399 00

MEHR INFORMATIONEN

Lesen Sie hier unseren aktuellen Infobrief:
www.hospizdienst-herne.de/download



DER TRAUER ZEIT UND RAUM GEBEN.

Einzelgespräche und Gruppenangebote

Ambulanter
Hospizdienst
Herne



DIE
ZEITSCHENKER.

TRAUERZEIT

Wenn ein nahestehender Mensch verstorben ist, gerät das bisherige Leben aus dem Gleichgewicht, denn nichts ist mehr so, wie es vorher war. Der verstorbene Mensch fehlt, die entstandene Lücke schmerzt, und Zukunftsängste breiten sich aus.

Doch Trauer ist weder ein Zeichen von Schwäche, noch ist sie eine Krankheit. Die notwendige Trauerarbeit hilft, trotz des erlittenen Verlustes neuen Lebensmut zu gewinnen und in den Alltag zurückzufinden.

Angehörige und Freunde sind manchmal überfordert von den zum Teil widersprüchlichen Gefühlen trauernder Menschen. Die Trauernden wiederum empfinden sich manchmal als Last und mögen sich den Menschen nicht mehr zumuten.

Da kann es hilfreich sein, eine Begleitung oder Beratung durch Außenstehende in Anspruch zu nehmen. Wir stehen gerne als Gesprächspartnerinnen zur Verfügung und überlegen gemeinsam, welches Trauerangebot für Sie passend sein könnte.



TRAUERANGEBOT

EINZELGESPRÄCHE

In der Einzel-Trauerbegleitung werden Sie unterstützt, Ihre Gedanken, Erinnerungen und Gefühle auszudrücken, um so eine erste Orientierung zu finden. In einem vertraulichen Gespräch werden Fragen, Sorgen und Wünsche bedacht, und Sie werden ermutigt, Ihren jeweils ganz eigenen Trauerweg zu gehen.

Die Gespräche können im Hospizdienst, bei einem Spaziergang oder auch als Beratung per Video stattfinden.

GRUPPENANGEBOTE

Es kann hilfreich sein, sich in einer Gruppe mit anderen Trauernden auszutauschen, um Kraft für den eigenen Trauerweg zu finden.

Zweimal jährlich wird bei genügendem Interesse eine geleitete Gruppe über maximal acht Termine im Hospizdienst angeboten. Diese Gruppe begleitet Sie ein kurzes Wegstück in Ihrer Trauer und bietet die Möglichkeit, mit anderen Trauernden über das eigene Erleben ins Gespräch zu kommen.

Die gemeinsame Trauerarbeit kann helfen, den Schmerz zuzulassen und sich dabei angenommen und verstanden zu fühlen.



TRAUERRAUM

Menschen in ihrer Trauer zu begegnen und zu begleiten, bedeutet für uns, ihren Weg ein Stück aufmerksam mitzugehen und sie darin zu bestärken, ihre Trauer zu durchleben.

Wir geben Trauernden Raum für ihre unterschiedlichen Stimmungslagen und emotionalen Wechselbäder wie Schmerz, Verzweiflung, Wut, Schuld, Scham, Angst, aber auch für viele schöne Erinnerungen und Gefühle. So möchten wir sie dabei begleiten und unterstützen, die eigenen Kräfte wiederzuentdecken.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

KAROLA REHRMANN

Dipl.-Religions- und Sozialpädagogin,
Trauerbegleiterin

Telefon 02323 - 988 2912
k.rehrmann@hospizdienst-herne.de



Alle Angebote sind kostenfrei!