



**HAMBURGER
HOSPIZ** | Lebenswerte Zeiten



**HAMBURGER
HOSPIZ** | Lebenswerte Zeiten

Unterstützen Sie unsere Trauerarbeit

Unsere Trauerarbeit ist spendenfinanziert, damit wir sie kostenfrei anbieten können. Das bedeutet: Die Teilnahme soll nicht davon abhängig sein, ob Hinterbliebene sie sich leisten können. Gleichwohl sind wir darauf angewiesen, genügend Spenden für unsere Arbeit zu generieren – nur so können wir unser Angebot auf Dauer aufrechterhalten. Wenn Sie uns dabei unterstützen wollen, freuen wir uns sehr.

Spendenkonto

Hamburger Hospiz im Helenenstift

IBAN: DE 48 4306 0967 1290 3151 00

Stichwort: „Trauerarbeit“

Wir danken drei Hamburger Stiftungen, der Collette-Hecht-Stiftung, der Mackprang-Stiftung und der Hapag-Lloyd Stiftung, für ihre großzügige finanzielle Unterstützung, die es uns ermöglicht, die Anzahl der Trauergruppen im Hamburger Hospiz im Helenenstift auf fünf Gruppen im Jahr zu erhöhen.



S-Bahn: Linien S5 und S2
Haltestelle Holstenstraße

Bus: Linien 15, 20, 25, 115, 183
Haltestelle Max-Brauer-Allee (Mitte)

Hamburger Hospiz im Helenenstift gGmbH

Helenenstraße 12
22765 Hamburg
Leitung: Silke Grau
info@hamburger-hospiz.de
www.hamburger-hospiz.de
Tel. 040 38 90 75-0

Mit Trauer leben



Kontakt

Tel: 040 38 90 75 205

Mail: trauer@hamburger-hospiz.de

Lebenswerte Zeiten

Unsere Trauerarbeit

Der Verlust eines geliebten Menschen erschüttert Betroffene auf allen Ebenen. Häufig reichen Trost und Beistand aus dem eigenen Umfeld nicht aus, um das Geschehene zu bewältigen. Zusätzlich verunsichert viele Trauernde die Heftigkeit und Vielfalt ihrer Gefühle. Die Bewältigung des Alltags ist oft Schwerstarbeit. Erst nach und nach kann das Unbegreifliche verstanden, neuer Halt gefunden und der Liebe zu dem verstorbenen Menschen eine neue Form gegeben werden.



Menschen sind unterschiedlich. Ebenso ihre Trauer, Bedürfnisse und Möglichkeiten. Wir unterstützen Sie dabei, das für Sie passende Angebot zu finden.

Beratung

Für manche Betroffene ist die Trauersituation erschreckend und verwirrend. Sie fragen sich:

- Ist meine Trauer noch angemessen?
- Wie kann ich mit meinen Gefühlen umgehen?
- Brauche ich therapeutische Hilfe?

Im telefonischen Beratungsgespräch können Sie uns von Ihren Sorgen und Wünschen erzählen. Gemeinsam finden wir heraus, was Ihnen guttun könnte. Dabei informieren wir Sie nicht nur über unsere eigenen Angebote, sondern auch über die anderer Träger in Hamburg.



Moderierte Trauerselbsthilfegruppe

Unsere moderierten Gesprächsgruppen für Hinterbliebene beginnen dreimal im Jahr. In unseren Gruppen finden Sie einen geschützten Ort, an dem Sie mit ihrer ganz persönlichen Art zu trauern willkommen sind. Wir arbeiten mit haltgebenden Ritualen, geben Denkanstöße und bieten Raum für Austausch mit anderen Betroffenen.

Die Gruppen richten sich an erwachsene Hinterbliebene nach dem Verlust eines Partners/einer Partnerin, eines Familienmitgliedes, eines erwachsenen Kindes oder eines Freundes/einer Freundin. Der Zeitpunkt des Trauerfalls spielt keine Rolle für die Aufnahme in die Gruppe.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Trauergruppe sind ein Ersttelefonat und die Teilnahme

an einer Informationsveranstaltung vorab zum gegenseitigen Kennenlernen.

Tagesseminar „Trauer in Form und Farbe“

Hinterbliebenen, die sich bereits mit ihrer Trauer auseinandergesetzt haben, bieten wir zweimal jährlich das Tagesseminar „Trauer in Form und Farbe“ an. Abseits von Worten und Sprache werden verschiedene Ansätze, sich der eigenen Trauer zu nähern, ausprobiert. Dabei kommt es häufig zu überraschend kreativen Ausdrucksformen und neuen Erkenntnissen.



Team und Kontakt

Die Trauerbegleiterinnen Martina Petersen, Inge Krause und Bettina Kok sind für Sie da.

Die erste Ansprechpartnerin für Hinterbliebene ist Bettina Kok.

Tel: 040 38 90 75 205 oder 0175 843 52 43

Mail: trauer@hamburger-hospiz.de