

**Ambulanter Hospiz- und
Palliativberatungsdienst**

Bahnhofstr. 3
82166 Gräfelfing
Telefon 089 85837988
Fax 089 85837774
hospizdienst.wuermtal@malteser.org
www.hospizdienst-wuermtal.de

Regionalgruppe Gilching

Telefon 08105 7759410
hospizdienst.gilching@malteser.org

Für beide Einsatzgebiete:

Beate Peters-Dürschmidt

Fachkraft für Palliativberatung
Mobil: 0170 7626693

Yvonne Bär

Leiterin und Koordinatorin

Sie können uns helfen,

indem Sie an unserem Vorbereitungs-
lehrgang teilnehmen und Hospizhelferin
oder Hospizhelfer werden, und/oder durch
Ihre Spende:

Malteser Hilfsdienst e.V.

PAX Bank eG

IBAN: DE15 3706 0120 1201 2130 17

BIC: GENODED1PA7

Kennwort „Spende Hospizdienst“

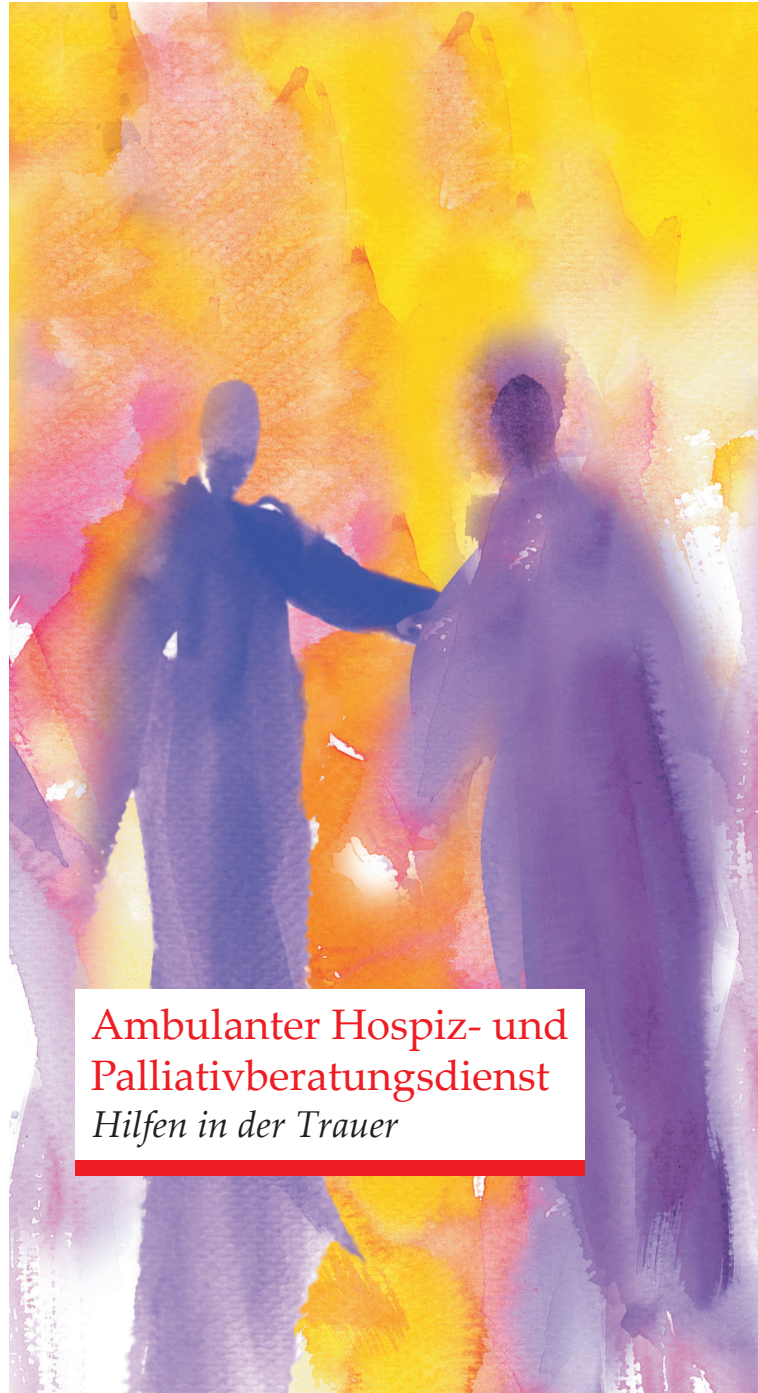
Für Ihre Zuwendungsbestätigung bitte
Adresse angeben!

unterstützt von



ARGE HOSPIZ

Bündnis für ambulante Hospiz-
und Palliativarbeit im Landkreis München



**Ambulanter Hospiz- und
Palliativberatungsdienst**
Hilfen in der Trauer

Trauer ist eine schmerzvolle Erfahrung

Der Tod eines geliebten Menschen löst meist einen schmerz- und leidvollen Trauerprozess aus, der unseren gewohnten Lebenszusammenhang schwer erschüttert: Vieles im Leben ist jetzt anders, der Tod hinterlässt eine große Lücke.

Trauer ist keine Krankheit

Trauer ist eine natürliche Reaktion auf eine Verlustsituation und kann sich in allen Bereichen menschlichen Erlebens zeigen: auf der körperlichen so wie auf der emotionalen Ebene, aber auch in Gedanken und sozialen Kontakten.

Trauer macht sprachlos

Viele Menschen stehen Trauernden aufgrund eigener Unsicherheit, eigener Hilf- und Ratlosigkeit oft sprachlos gegenüber. Die bereits gefühlte Einsamkeit der Betroffenen wird dadurch noch verstärkt.

Trauer muss nicht allein durchlebt werden

Wir begleiten Trauernde, die einen nahestehenden Menschen durch Tod verloren haben und in dieser schweren Zeit Unterstützung, einen Gesprächspartner oder den Austausch mit anderen Betroffenen suchen.

„Gemeinsam lässt sich
auch die Trauer
leichter ertragen.“

Zitat einer trauernden Frau

Unsere Angebote für Trauernde

Persönliche Beratung

So individuell wie die persönliche Beziehung zu dem Verstorbenen war, so unterschiedlich ist auch der Umgang mit der Trauer. In einem vertraulichen Gespräch suchen wir gemeinsam mit Ihnen nach passenden Unterstützungsmöglichkeiten.

Offener Trauergesprächskreis

Der Austausch mit anderen Betroffenen lässt Trauernde spüren, mit ihren Gefühlen nicht allein zu sein. In der gemeinsamen Runde finden Sie Gelegenheit zum Gespräch mit anderen, die ebenfalls um einen geliebten Menschen trauern.

Einzelbegleitung

Unsere geschulten ehrenamtlichen Trauerbegleiterinnen und -begleiter bieten sich als persönliche Gesprächspartner an und unterstützen Sie, wenn Sie sich allein gelassen fühlen oder neben ihrem persönlichen Umfeld einen weiteren Menschen zum Austausch suchen.

Aufsuchende Trauerbegleitung

Wenn Sie in Ihrer Mobilität eingeschränkt sind, kommen die Trauerbegleiterinnen und -begleiter zu Ihnen nach Hause oder in ein Seniorenheim.

Unsere Angebote sind für Sie kostenfrei.