



Foto: Sebastian Engels



**HAMBURGER
HOSPIZ** | Lebenswerte Zeiten



**HAMBURGER
HOSPIZ** | Lebenswerte Zeiten

Ihre Ansprechpartnerinnen:

- Wiebke Joschko (Trauerbegleiterin)
- Angela Reschke (Dipl.Psych.)

Liebe Hamburgerinnen, liebe Hamburger!

Seit über 25 Jahren tragen Hamburgerinnen und Hamburger mit ihrem freiwilligen Engagement dazu bei, dass Leiden am Lebensende und im Abschied gelindert werden, Selbstbestimmung gelingt, sich Wünsche erfüllen und der Tod wieder in der Öffentlichkeit thematisiert werden darf. Unsere Arbeit ist nur durch diese Zeit- und Geldspenden möglich.

Helfen auch Sie uns helfen! Wir möchten gemeinsam mit Ihnen zu mehr Mitmenschlichkeit in unserer Gesellschaft beitragen.

Kai Puhlmann

(Geschäftsführer im Hamburger Hospiz e.V.)



S-Bahn: Linien S11, S21, S31
Haltestelle Holstenstraße

Bus: Linien 15, 20, 25, 183, 283
Haltestelle Max-Brauer-Allee Mitte

Spendenkonto: Hamburger Hospiz e.V.

IBAN: DE 73 4306 0967 0044 0567 10
GLS-Gemeinschaftsbank, BIC: GENODEM1GLS
Stichwort: Trauerarbeit

Hamburger Hospiz e.V.

Helenenstraße 12, 22765 Hamburg
Fon 040 – 38 90 75 205, Fax 040 – 38 90 75 133
trauer@hamburger-hospiz.de,
www.hamburger-hospiz.de



Trauer

Satz und Gestaltung: Burkard Meyendriesch

In der Trauer sucht die Liebe ihre neue Gestalt. In dieser Suche bieten wir behutsam und kompetent Rat, Begleitung und Hilfe zur Selbsthilfe an.

Beratung

Nichts ist mehr, wie es war. Trauernde müssen Wesentliches verabschieden und ihr Leben neu gestalten. Sie suchen in dieser Neuorientierung Unterstützung? Rufen Sie uns gern an! Erzählen Sie uns, wie Sie in Ihrer Situation zurechtkommen und was Ihnen Halt gibt. Gemeinsam können wir herausfinden, welche Schritte und Angebote jetzt hilfreich sein könnten.

Gespräche

Wenn Gefühle überwältigen und verunsichern, tut es gut, persönlichen Beistand zu erhalten und sich im Gespräch mitzuteilen.

- In Hamburg gibt es für Trauernde viele Möglichkeiten, Gesprächsgruppen, Beratungsstellen oder Trauercafés aufzusuchen. Wir sagen Ihnen, welches Angebot in Ihrer Nähe ist.
- Unsere ehrenamtlichen HospizlerInnen haben Ihren Angehörigen im Abschied begleitet? Dann haben Sie die Möglichkeit, weitere Besuche über

uns zu erbitten und das Gewesene mit der HospizlerIn Revue passieren zu lassen.

- Sie sind krankheitsbedingt nicht in der Lage, ein außerhäusliches Angebot wahrzunehmen? Im Rahmen unserer Möglichkeiten suchen wir Sie selber auf, suchen einen passenden Besuchsdienst oder vermitteln Ihnen einen telefonischen Gesprächspartner.

Moderierte Trauerselbsthilfegruppe

Sie möchten sich mit gleichfalls Betroffenen austauschen? In unseren Trauerselbsthilfegruppen finden Sie einen geschützten Ort, an dem Sie sich Zeit nehmen können, Ihre Trauer auszudrücken.

Unsere Gruppen richten sich an alle Trauernden. Der Zeitpunkt des Verlustes spielt für die Aufnahme in die Gruppe keine Rolle. TrauerbegleiterInnen stehen der Gruppe behutsam mit Ritualen, Gesprächsangeboten und moderierend zur Seite.

Die Gruppe ist auf zehn TeilnehmerInnen begrenzt. Die Treffen finden wöchentlich und bis zu dreizehn Mal statt. Danach kann die Gruppe als Selbsthilfegruppe ohne Moderation fortgeführt werden.

Zu diesem Angebot bieten wir regelmäßig Informationsabende an.

Vorträge

Vorträge bieten einen unverbindlichen Rahmen, sich behutsam mit der Trauer auseinander zu setzen. Bitte schauen Sie auf unsere Internetseite www.hamburger-hospiz.de. Hier finden Sie Vorträge, die sich speziell an Trauernde richten.

Kontakt

Ihre Anmeldung und Fragen nehmen wir gern entgegen. Sie erreichen uns montags bis donnerstags telefonisch unter 389075-205 oder per E-Mail trauer@hamburger-hospiz.de.

Für Beratung und alle Fragen ist Ihre Ansprechpartnerin die Diplom-Psychologin Angela Reschke. Sie und Wiebke Joschko sind zuständig für die moderierten Trauergruppen. Frau Joschko ist Gesprächstherapeutin und Trauerbegleiterin und bietet Malseminare für Trauernde an. Schließlich begleiten HospizbürgerInnen Trauernde ehrenamtlich. Wir arbeiten also multiprofessionell.

Kosten

Alle Angebote für Trauernde bieten wir kostenfrei an. Wir finanzieren sie über Spenden.