

Svépomocná skupina pro dospělé pozůstalé

při Hospici Sv. Jiří vznikla, neboť jsme si vědomi toho, jak těžké chvíle můžou lidé po smrti blízkého člověka prožívat a to nejen bezprostředně po úmrtí, ale i v různě dlouhém čase. Jsme přesvědčeni, že jedním ze způsobů pomoci pozůstalým je vytvořit jim prostor pro vzájemné sdílení všech pocitů, které truchlení doprovázejí.

Smyslem svépomocné skupiny je setkávání lidí, kteří mají podobnou zkušenost, zemřel jim někdo blízký. Cílem je umožnit pozůstalým, aby se mohli podělit o své pocity, emoce, myšlenky, o svou zkušenost s umíráním, s tím, co prožívali bezprostředně po smrti blízkého, jak se vyrovnávají se zármutkem v běhu dní, co pomáhá nebo naopak nepomáhá. Svépomocná skupina vytváří prostor, který je bezpečný pro jakoukoliv formu sdělování a sdílení. Lidé, kteří se nacházejí v různých fázích truchlení, si vzájemně dodávají naději, mohou nacházet pomoc při hledání dalších cest životem. Také se mohou potkat s lidmi, kteří jim rozumí a nebýt na truchlení sami.

Setkání se může účastnit kdokoli, kdo prožil ztrátu, může sebou vzít člena rodiny, přítele, nebo je možné na setkání pozůstalého doprovodit.

Setkání probíhá zdarma, vždy je připraveno malé pohoštění s kávou, nebo čajem.

Je možné přijít jen jednou, nebo přicházet opakovaně. Záleží na Vašich potřebách a pocitech.

Na setkání můžete mluvit, ale také jen mlčet, poslouchat a nechat se inspirovat druhými. Je to prostor pro Vás.

Setkání probíhá: 1x za 3 měsíce v Chebu v ulici Karlova 17, 1. patro od 16,00 – 17,30

1x za 3 měsíce v Mariánských Lázních v ulici Husova 16, od 16,00 – 17,30

Přesné termíny jsou vždy zveřejňovány na stránkách a internetových sítích Hospice Sv. Jiří, nebo se je dozvíte na telefonním čísle 739 341 089

Obvykle se jedná o skupinu do 10 lidí.

Setkávání organizuje psycholožka, sociální pracovníce a poradce pro pozůstalé Hospice Sv. Jiří.