



**HAMBURGER
HOSPIZ** | am Deich
Bergedorf



**HAMBURGER
HOSPIZ** | am Deich
Bergedorf

Unterstützung unserer Trauerarbeit

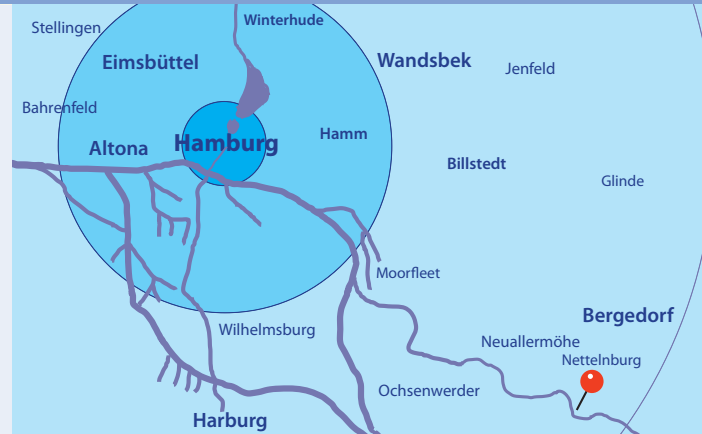
Unsere Angebote im Bereich Trauer sind kostenfrei, weil es zu unserem hospizlichen Grundverständnis gehört, dass die Inanspruchnahme unserer Angebote nicht davon abhängen darf, dass „man sie sich leisten kann“. Das Hamburger Hospiz am Deich finanziert seine Trauerarbeit vollständig über Spenden. Wenn Sie uns dabei – als Stiftung ebenso wie als Groß- oder Einzelspender*in – unterstützen wollen, freuen wir uns sehr.

Spendenkonto

Hamburger Hospiz am Deich gGmbH
Hamburger Sparkasse
IBAN: DE 26 2005 0550 1502 6464 49
Stichwort „Trauerarbeit“

Die Stiftung Hamburger Hospiz und wir danken sehr herzlich drei Hamburger Stiftungen, der Collette-Hecht-Stiftung, der Mackprang-Stiftung und der Hapag-Lloyd Stiftung, für ihre großzügige finanzielle Unterstützung unserer Trauerarbeit, die es möglich macht, dass im Hamburger Hospiz am Deich seit September 2024 jährlich zwei Trauergruppen stattfinden können.

Fotos: Therese Walter (www.sucherin.de)



Parkplätze

Vor dem Hospiz finden Sie einige markierte Besucherparkplätze.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

- **Zur Bushaltestelle Reitbrooker Mühlenbrücke** – direkt vor dem Haus:
Buslinien 122 und 222 (vom S-Bahnhof Bergedorf oder vom „Oberen Landweg (Eisenbahnbrücke)“ – (3 Minuten zu Fuß von S-Bahn Nettelburg)
- **Zur Bushaltestelle Nettelburger Landweg (Süd)** – 400 Meter vom Hospiz entfernt:
Buslinie 321 von der S-Bahn „Mittlerer Landweg“ oder vom „Oberen Landweg (Eisenbahnbrücke)“ – s.o.

Hamburger Hospiz am Deich

Allermöher Deich 445, 21037 Hamburg
Geschäftsführer: Ralf Herzberg
Tel: 040-23 96 99 45-0
Fax: 040-23 96 99 45-9
info@hamburger-hospiz-am-deich.de



Jede
Spende
hilft!

Trauer

Hamburger Hospiz am Deich

Lebenswerte Zeiten



Trauerangebote im Hamburger Hospiz am Deich

Ein wichtiger Grundpfeiler unserer Arbeit ist der Beistand für Trauernde. Der Verlust eines geliebten Menschen erschüttert die Betroffenen auf allen Ebenen und muss im eigenen Umfeld oft ohne ausreichenden Trost und Beistand durchlebt werden. Auch verunsichert viele Trauernde die Heftigkeit und Vielfalt ihrer Gefühle. Sie leiden zudem oft unter Erschöpfung, körperlichen Beschwerden wie Schlaf- und Appetitstörungen und Infektanfälligkeit.

Die Bewältigung des Alltags ist für Trauernde häufig Schwerstarbeit. Denn erst nach und nach kann das Unbegreifliche begriffen, wieder Halt gefunden und der Liebe zu dem verstorbenen Menschen eine neue Form gegeben werden.

Trauer ist individuell, ebenso wie die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Menschen, die an uns herantreten. Daher ist unser Angebot umfassend: Angeboten werden Beratung, moderierte Trauerselbsthilfegruppen sowie im Altonaer Hospiz im Helenenstift das kreative Tagesseminar „Trauer in Form und Farbe“.

Abonnieren Sie unseren Newsletter

Sie möchten keine Neuigkeiten über Veranstaltungen und unsere Arbeit im Hospiz am Deich verpassen? Dann abonnieren Sie unseren Email-Newsletter, der Sie regelmäßig mit Informationen versorgt.

deich.hamburger-hospiz.de/newsletter

Beratung

Manchmal ist es für Betroffene erschreckend, wie schmerzhaft Trauer sein kann. Auch kann Trauer viele unerwartete Gesichter zeigen. Die Verunsicherung ist groß und es wird gefragt:

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

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine Mail. Im Beratungsgespräch können Sie uns von Ihren Sorgen und Wünschen erzählen. Gemeinsam finden wir heraus, welches Hilfsangebot nun guttut und zu Ihnen passt.

Kontakt

Bettina Kok ist Trauerbegleiterin (BVT) und Ihre Ansprechpartnerin in Sachen Trauer für das Hamburger Hospiz am Deich. In einem ausführlichen Telefongespräch finden Sie gemeinsam mit ihr heraus, welches Angebot für Sie passend sein könnte.

Telefon: 0175-843 52 43

b.kok@hamburger-hospiz-am-deich.de

Website: <https://deich.hamburger-hospiz.de>

Facebook: **Hamburger Hospiz am Deich**

Instagram: **hamburgerhospizamdeich**

Moderierte Trauerselbsthilfegruppen

Zweimal im Jahr – Frühjahr und Herbst – gründen wir moderierte Gesprächsgruppen für Trauernde. Zuvor laden wir Interessierte zu unverbindlichen Informationsveranstaltungen ein. In unseren Trauergruppen finden Sie einen geschützten Ort. Hier haben Sie Gelegenheit, Ihre Trauer auszudrücken. Wir arbeiten mit haltgebenden Ritualen, Denkanstößen und dem Austausch in der Gruppe.

Eine Trauerbegleiterin und die anderen Gruppenteilnehmer*innen stehen Ihnen dabei behutsam zur Seite. Schnell entsteht ein wohlthuendes Vertrauensverhältnis, das entlastet und trägt.

Die Gruppen richten sich an erwachsene Hinterbliebene nach dem Verlust von Partner*innen, Familienmitgliedern, erwachsenen Kindern oder Freund*innen. Der Zeitpunkt des Trauerfalls spielt keine Rolle für die Aufnahme in die Gruppe.

Nach ca. 12 Gruppentreffen entscheiden die 6 bis 9 Teilnehmenden, ob sie sich weiterhin und eigenständig als Selbsthilfegruppe und ohne Moderation treffen möchten.

Voraussetzungen für die Teilnahme an einer Trauergruppe sind zunächst ein telefonisches Beratungsgespräch und anschließend die Teilnahme an der vorherigen Infoveranstaltung zum gegenseitigen Kennenlernen.