

Smrt blízkého je jednou z nejobtížnějších chvil v životě každého člověka.

Člověk cítí smutek, který jej provází při všem, co dělá, může pociťovat beznaděj, klást si otázky jak zvládne dál žít bez svého blízkého...

Pokud cítíte, že si chcete o svém smutku, pocitech, strachu, nejistotě popovídat, nebo potřebujete poradit, nabízíme vám poradenství pro pozůstalé. Můžete zavolat, napsat či se osobně sejít s poradcem pro pozůstalé nebo navštívit setkávání pozůstalých „Zastavení“.

Komu je poradenství určeno:

- Zemřel vám očekávaně nebo náhle někdo blízký
- Pečujete o umírajícího blízkého člověka
- Chce si s někým povídat o svých pocitech, o smutku v souvislosti se smrtí někoho blízkého
- Potřebujete informace související s úmrtím
- Potřebujete informace či praktickou pomoc při zajišťování pohřbu
- Potřebujete informace jak postupovat při jednání s úřady, informace o pozůstalostním řízení
- Máte starost o jiného člověka, který truchlí, nevíte, jak mu můžete pomoci, jak s ním mluvit

Poradenství zahrnuje pomoc:

- Akceptovat ztrátu
- Prožít zármutek a truchlení
- Porozumět reakcím spojenými se ztrátou
- Možnosti ventilovat emoce, pomoc s jejich zpracováním
- Možnost mluvit o svých pocitech a starostech
- Poskytnutí emocionální podpory
- Orientovat se v systému sociálních dávek (pohřebné, důchody)