

KAJ JE DOBRO VEDETI O ŽALOVANJU?

- Niti dva ne žalujeta enako.
- Ni pravega ali napačnega načina žalovanja.
- Nikoli ne moremo določiti časovnega okvira, potrebnega za žalovanje.
- Otroci žalujejo drugače kot odrasli.
- Žalovanje vpliva na naše mišljenje, spomin in zbranost.
- Žalovanje vpliva na posameznikovo obnašanje in izražanje čustev.
- Vsakdanji stres lahko zavleče ali poslabša žalovanje.
- Žalovanje je naraven proces življenja.
- Najpomembnejše je zavedanje, da vam ni treba žalovati v samotni.

Slovensko društvo hospic je tu, da vam nudi podporo, ko jo najbolj potrebujete.



Vsak ima svojo pot žalovanja.



Slovensko društvo hospic Območni odbor Ljubljana

Gospodsvetska 9
1000 Ljubljana
ljubljana@hospic.si
01/42 05 260

ŽALOVANJE ODRASLIH

zalovanje.odraslih@hospic.si
051/418 446

ŽALOVANJE OTROK IN MLADOSTNIKOV

zalovanje.otrok@hospic.si
051/419 558



www.hospic.si



@drustvohospic

ŽALOVANJE

Slovensko društvo
hospic



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



*Prípravleni smo del te težke poti
prehoditi z vami.*



IZGUBA BLIŽNJE OSEBE

Izguba bližnje osebe je velika prelomnica v življenju posameznika.

V Slovenskem društvu hospic izvajamo programe podpore in pomoči namenjene vsem, ki so se soočili z izgubo bližnje osebe.

S pomočjo različnih oblik pomoči, podpore in izobraževanja pomagamo žalujočim pri odkrivanju lastnih virov moči in vzpostavljanju (samo)pomoči.

ŽALOVANJE ODRASLIH

S programom nudimo pomoč žalujočim in njihovim najbližjim pri lajšanju procesa žalovanja in čim boljši ponovni vključitvi v družbo in življenje.

OBLIKE PODPORE

- **Individualno svetovanje:**
osebno ali po telefonu.
- **Srečanja v strokovno vodenih skupinah za podporo žalujočim:**
nudijo varno in podporno okolje in so namenjene odraslim po smrti bližnjega.
- **Klub za podporo žalujočim:**
oblika družabnega srečevanja žalujočih po izgubi bližnje osebe ob pogovoru na temo žalovanja.
- **Vikend bivalna skupina na žalujoče:**
organizirana druženja in delo v skupini za samopomoč, z vodenim programom s strani naših strokovnih delavcev in prostovoljcev.
- **Svetovanje in podpora strokovnim delavcem,**
ki se pri svojem delu srečujejo z žalujočimi.

Tu bomo, ko nas boste potrebovali.



LEVJESRČNI

ŽALOVANJE OTROK IN MLADOSTNIKOV

Otroci so ob izgubi posebno občutljivi, zato je priporočljivo, da o bolečem dogodku izvedo čim hitreje, in to na iskren, sočuten, resničen in enostaven način.

S programom nudimo otrokom in mladostnikom podporo v žalovanju, hkrati pa omogočamo staršem ali skrbnikom, da bi razumeli posebnosti v žalovanju odrasčajočih ljudi.

OBLIKE PODPORE

- **Individualni pogovori.**
- **Vodene ustvarjalne delavnice.**
- **Tabor za žalujoče otroke in mladostnike**
»Tabor za levjesrčne«.
- **Srečanja v družini, vrtcih in šolah.**
- **Svetovanje in podpora staršem oz. skrbnikom.**
- **Svetovanje in podpora**
strokovnim delavcem.

