

Trauer

VIELE ARTEN DER TRAUER

Jeder Mensch erlebt Trauer auf seine eigene Art und Weise. Manche empfinden Trauer sogar körperlich: Sie leiden unter Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Nervosität, tiefer Erschöpfung, Kopf- oder Herzschmerzen. Ihr Immunstatus verschlechtert sich, die Vitalität ist reduziert.

Psychologisch betrachtet, durchwandern Trauernde verschiedene emotionale Stadien von Schock, tiefstem seelischem Schmerz, Verzweiflung, Zukunftsangst, aber auch Wut (auf sich selber, die verstorbene Person oder andere vermeintlich Schuldige), Existenzangst, Hoffnungslosigkeit bis zur Depression. Bis all diese „Wunden“ vernarben und heilen können, braucht es in erster Linie Zeit.

PHASEN DER TRAUER

Der oft langwierige und schwierige Trauerprozess führt die Trauernden zu entscheidenden Erkenntnissen und Erfahrungen:

1. Den Verlust/Tod als Realität anerkennen
2. Den Schmerz der Trauer aushalten lernen
3. Anpassung/Neuorientierung an eine Welt, in welcher der verstorbene Mensch fehlt
4. Ablösung vom Verstorbenen / Öffnung und Bereitschaft für Neues

Wenn auch Sie trauern und sich Unterstützung im Umgang mit Ihrer Trauer wünschen, finden Sie im Folgenden Angebote in den Städten Solingen, Remscheid und Wuppertal

SOLINGEN

Ambulanter Hospizdienst Wuppertal und Solingen

Wo: Merscheider Straße 94, 42699 Solingen
Telefon: 0212 23396651
Email: hospizdienste@caritas-wsg.de

Christlicher Hospizdienst im Wuppertal Westen

Wo: Gustavstraße 12, 42327 Wuppertal
Telefon: 0202 2781508
Email: info@christlicher-hospizdienst.de

Christliches Hospiz Wuppertal-Niederberg

Wo: Höhenstraße 64, 42111 Wuppertal
Telefon: 0202 26569830
Email: jthielen@hospiz-wuppertal.de

REMSCHIED

Ambulantes Hospiz Remscheid e.V.

Wo: Elberfelder Str. 41, 42853 Remscheid
Telefon: 02191 464705
Email: info@hospiz-remscheid.de

Hospizdienst der Caritas WSG

Wo: In der „LauBe“ - Stadthaus, Laurentiusstraße 9, 42103 Wuppertal
Telefon: 0202 389036310
Email: hospizdienste@caritas-wsg.de

Hospizdienst „Die Pustelblume“

Wo: NetzwerkCafé, Blankstraße 41, 42117 Wuppertal
Telefon: 0202 4305124
Email: hospizdienst@diakonie-wuppertal.de

WUPPERTAL

Hospizdienst Lebenszeiten

Wo: Schusterstraße 1, 42105 Wuppertal
Telefon: 0202 4598819
Email: hospiz@diakonie-wuppertal.de

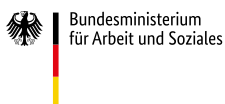
Ein Trauerort – Nordbahntrasse Wuppertal

Wo: Zugang Bahnhof Loh, etwa 75 Meter westlich Richtung Elberfeld auf dem ehemaligen Bahnsteig des BHF Loh / Café Tacheles

Selbsthilfe-Kontaktstelle

Telefon: 0202 563 4519 / 0202 563 2441
Email: Selbsthilfe@stadt.wuppertal.de

Gefördert durch:



In Kooperation mit



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Quellen

Positive Frauen Schweiz (o.J.). Umgang mit Trauer und Tod. Zugriff unter: <https://positive-frauen-schweiz.ch/wp-content/uploads/2019/08/Trauer-Infoblatt.pdf>
Hospizbüro (o.J.). Trauer Wuppertal. Zugriff unter: <https://www.trauer-wuppertal.de/> Abruf der Online-Quellen: September 2023