

NABÍDKA SLUŽEB

poradenství pro pozůstalé

krátkodobá podpůrná terapie pro pozůstalé

privátní telefonické a internetové poradenství pro
pozůstalé a blízké pozůstalých

DOSTUPNOST

Osobní konzultace probíhají v čase a prostorách na základě vzájemné dohody mezi pracovníkem a klientem. Informace získané v průběhu spolupráce jsou důvěrné.

Po předchozím telefonickém objednání je možné se setkat v poradně na adrese:

Máchova 21, Praha 2 – Vinohrady

Úvodní setkání trvá zpravidla 2 hodiny a je bezplatné.

KONTAKT

Mgr. Martin Pešek

telefon: 728 386 076

(telefon je dostupný každý všední den v čase od 9:00 - 18:00)

e-mail: martin.pesek@luctus.cz

web: www.luctus.cz

luctus

psychosociální podpora pro lidi, kteří se vyrovnávají se ztrátou blízké osoby a potřebují pomoc s přizpůsobováním se této skutečnosti



„Veselost a bezstarostnost našeho mládí částečně vyplývá z toho, že stoupáme po svahu života a nevidíme smrt, jež leží na úpatí druhé strany kopce.“

(Arthur Schopenhauer)

Možná jste se nedávno dozvěděli, že váš blízký zemřel nebo jste to byli právě vy, kdo o umírajícího příbuzného pečoval a staral se o něj do poslední chvíle jeho života.

Na smrti milované osoby je nejhorší ta skutečnost, že vás na ni nikdo a nic nepřipraví. I když vám už v minulosti někdo zemřel, nová ztráta je opět stejně palčivá a bolestná. Po prvotním šoku si postupně začnete uvědomovat nevratnost této události. Víte, že věci už nikdy nebudou jako dřív. Dopadá na vás bezmoc, vyčerpání, potýkáte se s návaly smutku, nemůžete spát. Třeba prožíváte i vztek, pocit nespravedlnosti a závist vůči těm, kdo žijí dál.

To vše je v pořádku. Každá ztráta milovaného člověka je spojena s hlubokými emocemi a spouští široké spektrum individuálních reakcí.

Část z nás se dokáže s těmito reakcemi nějak vypořádat, dokáže samostatně zvládnout úlohy truchlení a adaptovat se na ztrátu. Jsou mezi námi ale také tací, kteří prožívají ztrátu blízkého člověka velmi intenzivně, dlouhodobě a jako významnou zátěž, která jim znemožňuje normální úroveň fungování. Právě těmto lidem je k dispozici naše odborná pomoc.



více informací na www.luctus.cz

LUCTUS pomáhá pozůstalým, kteří mají dojem, že jim jejich rodiny a blízcí neposkytují potřebnou podporu a kteří svůj žal přestávají zvládat svépomocí.

Úmrtí blízké osoby a jeho dopad na pozůstalé je vždy individuální. Intenzita a délka reakcí na ztrátu blízkého člověka je určována mnoha faktory. Některé z nich jako např. náhlé a neočekávané úmrtí, nedořešené předchozí ztráty nebo úplná absence podpůrných zdrojů mohou průběh procesu truchlení významně komplikovat.

Nebojte se vyhledat pomoc.

Abyste mohli přijmout a zpracovat skutečnost, že vám zemřel blízký člověk, potřebujete čas a prostor. Nezůstávejte se svým zármutkem sami. Věříme, že společně sdílená bolest je poloviční bolest.

FORMY POMOCI

poskytování emocionální opory

doprovázení v čase akutního zármutku

pomoc s organizací pohřbu a posledního rozloučení

pomoc při zajištění finanční podpory ze strany státu
(pozůstalostní důchody, pohřebné)

zprostředkování adekvátní navazující služby
(psychoterapie, relaxace, právní pomoc)