

Små fødder som satte dybe spor.....

”Når døden er indtrådt”

- Hvordan kan BUPS hjælpe vores familie bagefter?



03/2019

Tomhedsfølelsen indtræder når det intense forløb med jeres barns død slutter. Der har måske været meget aktivitet i hjemmet med hjælp fra hjemmesygeplejerske og/eller BUPS, og pludselig er der helt stille. For nogen kan det være en lettelse med roen, og for andre kan det være nærmest angstprovokerende. Når først de praktiske ting omkring begravelse/bisættelse er overstået får I tid og ro til at mærke rigtigt efter. Husk at bruge tid sammen som familie, grin, græd, vær vrede, kys og kram. Jeres barn vil altid være en del af jeres familie, og vil altid være med jer og aldrig blive glemt.

Hvor er BUPS henne i billedet?

Vi er her stadig for jeres familie. Sorgen og smerten kan vi ikke tage fra jer, men vi vil støtte jer, så meget I har brug for. Det er individuelt fra familie til familie, hvad der er behov for.

Hvordan kan vi støtte?

Igen er det individuelt, og afhænger af jeres behov og ønsker. Nogle familier har i den første tid behov for daglige sms eller opkald, for at høre hvordan det går. Det kan være en tryghed at vide, at der nogle, som stadig har fokus på jer. Afhængigt som behovet ændrer sig, ændrer vi også kontakten,



sker er ens, og I vil i familien også sørge forskelligt (mand-kvinde-barn-teenager). Man kan ikke sige, at den ene måde at sørge på er bedre eller mere rigtig end den anden.

Hvornår slipper I os?

BUPS slipper ikke jeres familie, før I er parate til det. Der kan og skal ikke sættes tid på dette.



så der måske bliver længere imellem kontakten – men det er noget vi aftaler med jer løbende.

Ser vi jer ikke igen?

Jo, det gør I. Vi sørger for at planlægge et møde hos jer, hvor vi sammen taler forløbet igennem. For nogen er dette ene besøg nok og andre har behov for flere. Nogle familier har behov for at tale individuelt og nogle som samlet familie.

Vi vil ved vores besøg også tale med jer om behov/mulighed for sorggruppe/psykolog. Husk igen ingen menne-

