

HIGHMARK.

CARING PLACE 

finding hope in grief

Recursos para niños y familias

Cómo encontrar esperanza durante el duelo



Creemos que:

El duelo es natural y normal,
único pero universal.

Los niños se benefician
con una comunidad
sólida.

Los niños de todas las
edades sufren el duelo,
y lo hacen de forma
diferente a los adultos.

El duelo es un
proceso de
toda la vida.

La esperanza y
la sanación son
posibles.



Servicios

Obtenga ayuda cuando atraviesa un duelo.

Seguir con la vida después de una muerte puede ser difícil. Podemos ayudar. Contáctenos para conocer más sobre nuestros servicios gratuitos para familias:

- Grupos de apoyo de pares para niños, adolescentes y sus familias
- Recursos educativos y de apoyo
- Derivaciones
- Consultas y apoyo telefónicos

Encuentre su comunidad.

A veces, parece que las personas no pueden entender cuán profundo es su duelo. No es algo que finaliza. Sin embargo, personas ajenas bien intencionadas pueden decir que debería terminar. Aquí encontrará a pares que entienden.

Niños y adolescentes se unen a grupos de pares liderados por personal y voluntarios compasivos. A través de comidas compartidas y debates abiertos, formará vínculos significativos con personas que realmente lo entienden. Estas conexiones generan un gran alivio y una nueva comunidad.

Enfoque

Usted no está solo.

Cuando el duelo arroja una sombra de soledad, enojo y profunda tristeza, Highmark Caring Place brilla como un refugio seguro y reconfortante para niños, adolescentes y adultos que atraviesan un duelo. Nuestros programas gratuitos, liderados por personal y voluntarios expertos, ofrecen apoyo de pares y una comunidad lista para abrazarlo.

Todos son bienvenidos. No se requiere contar con seguro. No es necesario enfrentar el duelo en soledad. Hablar, llorar, reír y compartir historias juntos crea conexiones. En nuestra comunidad solidaria, usted puede compartir libremente sus sentimientos, descubrir que realmente lo entienden y redescubrir la esperanza, juntos, un paso a la vez.

« Caring Place me ayudó a volver a aprender a ser yo mismo. Me sentía perdido y solo después de la muerte de mi papá. Me guiaron para volver a ser la persona que él crio para que fuera».

— Ian, 9





Actividad con «El hilo invisible»

Los libros pueden ser una gran manera de aprender sobre el duelo y expresarlo. Usamos actividades relacionadas con libros para ayudar a promover la conversación. «El hilo invisible» de Patrice Karst nos inspiró a desarrollar una actividad que refuerza las conexiones con los seres queridos que ya no están.



Escanee y siga este código para escuchar a uno de nuestros facilitadores hablar sobre la actividad.

Sanación con actividades prácticas
Los niños y los adolescentes a menudo experimentan y expresan el duelo de manera diferente a los adultos. Mientras los adultos pueden contar con la conversación, los niños y los adolescentes a menudo se benefician de maneras más creativas y prácticas de procesar los sentimientos. En Highmark Caring Place, usamos una variedad de actividades, como arte y juegos, para ayudar a los niños a:

- Expresar sus sentimientos.
- Compartir recuerdos.
- Desarrollar habilidades de afrontamiento.
- Crear conexiones y vínculos.

Nuestros grupos están cuidadosamente diseñados para satisfacer las necesidades únicas de los niños y los adolescentes en cada grupo, asegurando un ambiente seguro y solidario para todos.

Conexión

En Caring Place, ofrecemos un espacio acogedor para conectarse con los demás, compartir experiencias y encontrar consuelo después de una pérdida. Participe en conversaciones y actividades en las que encontrará apoyo en un entorno seguro y relajado. Juntos, crearemos un espacio en el que pueda compartir su historia, honrar a sus seres queridos y atravesar el duelo de una manera que usted sienta adecuada.

«Al estar en Caring Place con los otros niños, finalmente sentí que había alguien con quien hablar, alguien que entendiera cómo me sentía. Ayuda saber que no soy el único».

— Caleb, 13

Ayudamos a los niños y las familias que están atravesando un duelo a sanar durante toda la vida.

Nuestra misión es crear un mundo de comunidades compasivas en las que todas las personas puedan encontrar esperanza y sanar después de la muerte de un ser querido. Ofrecemos apoyo para el duelo para familias e individuos de todas las edades a través de grupos de pares, educación y promoción.

Dónde encontrarnos

highmarkcaringplace.com

888-567-1028

contactus@highmark.com



Región de Pittsburgh

620 Stanwix Street, Pittsburgh, PA 15222

Región de Harrisburg

1800 Center Street, Camp Hill, PA 17011

Región de Erie

510 Cranberry Street, Bldg. 2, Erie, PA 1650

Región de Cranberry Township/Wexford

200 Warrendale Village Drive, Warrendale, PA 15086

«Todo lo que se puede decir se puede manejar... si estamos rodeados de amor y confianza».

—Fred Rogers, presidente honorario

