

HIGHMARK.

CARING PLACE 

finding hope in grief

Apoyo virtual en el duelo
para adultos jóvenes

Cómo sanar a través de la conexión





Conexión, pérdida y la búsqueda de estabilidad

Terminar la escuela. Buscar trabajo. Descubrir qué sigue. Luego, alguien que amas muere. De repente, parece que todo los demás no tiene importancia y es imposible.

A veces las personas dicen:
«Vas a salir adelante».
Pero el duelo no funciona así.

Únete a **Journey to Hope**, un grupo virtual gratuito para adultos jóvenes que sufren una pérdida. Es un espacio para ser sincero y conectarse con otras personas que entienden. Obtendrás herramientas para vivir con el duelo y la pérdida sin minimizarlos.

Qué esperar

- Ocho sesiones semanales en línea
- Líderes del grupo capacitados
- Ambiente confidencial y comprensivo
- Conexión con los pares y debate guiado

Cuando termines el programa inicial, Journey to Hope organiza reuniones virtuales mensuales y retiros anuales en persona.

« Nuestro grupo me dio una oportunidad de escapar de la vida diaria y permitirme realmente atravesar el duelo. Aprendí que está bien estar triste y extrañar a mi tío. Ahora miro mi pérdida desde otra perspectiva. Este grupo era lo que necesitaba».

— Edwina, 21 años





Por qué compartir ayuda

El duelo no desaparece, pero sí cambia de forma con el paso del tiempo. Puedes recordar a la persona que perdiste mientras construyes tu futuro. Estar con personas que entienden tu situación puede ayudarte mientras te adaptas a tu nueva normalidad.

Cómo unirse

La participación es gratuita. Contáctanos y te guiaremos en nuestro simple proceso de admisión para que puedas comenzar.

Escanea el código QR para conectarte con nosotros.



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 Región de Harrisburg

620 Stanwix Street
Pittsburgh, PA 15222

1800 Center Street
Camp Hill, PA 17011

Región de Erie

510 Cranberry Street
Bldg. 2
Erie, PA 16507

Región de Cranberry Township/Wexford

200 Warrendale
Village Drive
Warrendale, PA 15086