

Hvis du har brug for nogen at tale med i forbindelse med tabet af et dyr, står vi klar til at hjælpe.

Vi forstår at dyr kan blive en del af familien, og vi ved at det kan medføre stor smerte og sorg, når man må sige farvel til dem.

Hotlinen er et gratis tilbud, oprettet af Center for menneske-dyr-psykologi på Aalborg Universitet.

Telefonen passes af psykologistuderende, som har særlig viden og forståelse for forholdet mellem mennesker og dyr.

HOTLINE FOR SORG OVER DYR

25 41 14 13

Onsdag, torsdag, søndag
kl 17-19



Se også
sorgoverdyr.aau.dk



**CENTER FOR
MENNESKE-DYR-PSYKOLOGI**

**AALBORG
UNIVERSITET**

NÅR SORGEN RAMMER



Hotline for sorg over dyr

Det er ikke unormalt at sørge over dyr.
Mangler du nogen at tale med, er du velkommen til at ringe til os.

"Sorg er kærlighed, som holder ved"

Sorg er en naturlig reaktion på at miste en, man holder af. Mange mennesker opfatter deres dyr som en nær ven eller del af familien, så det er ikke unaturligt at sørge, når man mister dem.

Det har man ikke altid vidst eller anerkendt, og nogen oplever det stadig som vanskeligt at tale åbent om sorgen. Måske kommer det bag på en selv, hvor stærkt man føler, eller måske forstår omgivelserne det ikke. Men nogle gange bliver sorgen ekstra svær, hvis man forsøger at undertrykke og skjule den.



I dag ved vi, at sorg over dyr er udbredt. Det er dokumenteret i forskning fra flere lande, og efterhånden også anerkendt i Danmark.

Sorg i forbindelse med tabet af et dyr kan opstå af forskellige årsager. Den kan både komme forud for den svære beslutning om aflivning, efter aflivning, i forbindelse med uventet bortgang, efter skilsmisse, flytning, ved sygdom eller andet.

Derfor kan sorgen også komme til udtryk på mange forskellige måder, som både kan afhænge af dig som person, af relationen til dyret og af omstændighederne omkring tabet.



"Det er okay ikke at være okay"

Uanset hvordan sorgen føles og opleves, mener vi at det er vigtigt, man har mulighed for at dele den med andre.

Vi har derfor oprettet en gratis hotline, som du kan ringe til, hvis du gerne vil tale om din sorg i forbindelse med tabet af et dyr.

Tilbuddet er også til pårørende, som søger råd og vejledning til at støtte en sørgende.

Ved opkald kommer du til at tale med psykologistuderende, som vil møde dig med forståelse, støtte, råd og vejledning.

Du kan være anonym. Opkaldet er fortroligt og optages ikke.

**HOTLINE FOR SORG
OVER DYR**

25 41 14 13

Onsdag, torsdag, søndag

kl. 17-19

Mere information samt evt.
ændrede tider ses på:

sorgoverdyr.aau.dk