

Inhaltsangabe

Einleitung 9

Trauerverständnis und -bewältigung

- Schwerpunkt: Grundlagen der Trauer um Haustiere 15
- Schwerpunkt: Trauerarbeit (allgemein) 29
- Schwerpunkt: Konkrete Trauerhilfe 43
- Schwerpunkt: Worte zur Trauer und zum Trost 53

Erinnerungen bewahren und erhalten

- Schwerpunkt: Persönliches Trauertagebuch 67
- Schwerpunkt: Mein Tier und ich – individuelle Erinnerungen 75
- Schwerpunkt: Kreative Ideen umsetzen 85
- Schwerpunkt: Rückblenden – besondere Momente 95

Gestaltung von Alltag und Freizeit

- Schwerpunkt: Ernährung und Vitamine 103
- Schwerpunkt: Bewegung und Ausflüge 111
- Schwerpunkt: Entspannung und Erholung 119
- Schwerpunkt: Rund ums Tier 125

Schluss

- Bücher – Internet – Filmtipps 139

- Danksagung 145

- Gesamtübersicht 146