

Begleitung auf dem Weg der Trauer

Unsere Gruppe ist gedacht für Menschen, die um einen Erwachsenen trauern.

Unsere Umwelt fühlt sich oft hilflos angesichts des Verlustes und der Trauer um einen lieben Menschen.

Aber nicht nur Bekannte und Freunde, auch der Trauernde selbst kann oftmals die eigenen Reaktionen, Gedanken und Gefühle kaum verstehen und begreifen.

In solchen Lebenskrisen ist es hilfreich, den Kontakt mit Menschen zu suchen, die Ähnliches erlebt haben.

Trauer hat viele Facetten. Trauerarbeit ist ein individueller Weg – dennoch kann eine Gruppe mit Betroffenen helfen, mit der Situation und den gemachten Erfahrungen besser umgehen zu lernen.

Der geschützte Rahmen der Gruppe ermöglicht ...

- ❖ festzustellen, dass auch andere Menschen solchen Gefühlen und Gedanken ausgesetzt sind
- ❖ erzählen zu können, ohne lästig zu fallen
- ❖ Perspektiven zu entdecken, die sich bislang verschlossen haben
- ❖ kennen zu lernen, wie ich meine Trauer bewältigen kann
- ❖ entstandene Einsamkeit zu durchbrechen
- ❖ Unterstützung zu erhalten bei der Suche nach einer neuen Lebensperspektive
- ❖ Verständnis für die eigene Befindlichkeit zu erfahren
- ❖ andere Menschen und vielleicht auch neue Freunde kennen zu lernen

Beginn der Trauergruppe:

**Di. 08. Oktober 2019
um 19.00 Uhr**

im Franziskanerkloster
Raum 3.05

Das **2. offene Treffen** findet am **Di. 22. Oktober 2019 um 19.00 Uhr** statt.

Daran schließen sich in der Zeit **bis März 2020 weitere 8 Gruppentreffen** an, bei denen wir uns gemeinsam auf den Weg durch die Trauer machen wollen.

Leitung und Begleitung:

Sabrina Eckerle-Krickl
Pastoralreferentin
Sterbe- und Trauerbegleiterin

Elisabeth Treß
Sterbe- und Trauerbegleiterin

Steh auf
aus deinen Sorgen
und gib dich frei
für neue Erfahrungen!

Steh auf
aus deinen Ängsten
und verlasse dich
auf die starken Kräfte in Dir!

Steh auf
aus deinem Seelenlabyrinth
und suche Dir
einen neuen Weg!

Steh auf
aus den Schmerzen der
Vergangenheit
und lass dich ein auf das,
was Dir heute begegnet!

Steh auf
aus deinen Lähmungen
und lass dich bewegen
von Strömen der Lebendigkeit!

Steh auf
aus der Erstarrung des Todes
und lass dich durchwärmen
von Licht einer neuen Zeit!

Nähere Informationen

erhalten Sie im Büro der ökumenischen
Hospizgruppe Ehingen, Hehlestraße 2
89584 Ehingen

Anmeldung:

VHS Ehingen

www.vhs-ehingen.de

E-Mail: vhs@ehingen.de

Post: Spitalstraße 30, 89584 Ehingen,

FON: 07391 503 503

oder

Hospizgruppe Ehingen

Fon: 07391 – 75 41 76

E-mail: hospizgruppe.ehingen@drs.de

Unkostenbeitrag:

10 Euro

Bitte beim ersten Treffen mitbringen.

Du bist nicht allein

**Begleitung
auf dem Weg der Trauer**



**Ein Angebot
der Hospizgruppe Ehingen
und der Volkshochschule
Ehingen**

