

Wenn man den Boden unter den Füßen verliert...

Der Verlust eines geliebten Menschen greift fundamental in unser Leben ein. Nichts ist wie vorher. Das ganze Sein der Hinterbliebenen ist betroffen.

Trauer ist eine natürliche Reaktion auf den Verlust und ist notwendig um mit diesem besser umgehen zu können. Daher braucht sie einen Platz in unserem Leben.

Manchmal ist es sinnvoll, das Leid in einem geschützten Raum mit anderen zu teilen und sich ein Stück des Weges begleiten zu lassen.

Diese Möglichkeit möchte der Hospizverein Deggendorf e.V. durch die Einrichtung regelmäßig stattfindender Trauergruppen bieten.



Wo kann ich mich informieren?

Zu Beginn einer neuen Trauergruppe findet immer ein unverbindlicher

Informationsabend

im Hospiz St. Ursula,
St.-Ursula-Weg 5, 94557 Niederalteich, statt.

An diesem Abend stellen wir unsere Arbeit vor, beantworten Fragen und bieten die Möglichkeit der Anmeldung. Hier kann jeder teilnehmen, also nicht nur Betroffene, sondern auch Kollegen aus der Hospizarbeit oder Interessenten die sich über unsere Tätigkeit informieren wollen.

Die eigentliche Trauergruppe (nur Betroffene) startet ein bis zwei Wochen später.

Die genauen Termine für die nächste Gruppe finden Sie auf dem Beiblatt oder im Internet unter

www.hospizverein-deggendorf.com
in der Rubrik „Kalender“.

Kontakt:

per WhatsApp unter 0176-73093044

per E-Mail: trauer-deggendorf@outlook.de

Wir rufen Sie gerne zurück. Teilen Sie uns bitte mit, wann Sie am besten zur erreichen sind.

Herzliche Einladung an alle,
die einen schweren Verlust
zu beklagen haben



TRAUER braucht ein DU!

Die Last nicht allein tragen müssen

Ein Angebot vom



*Gut begleitet
auf schwerem Weg.*

Wie funktioniert eine Trauergruppe?

Ausgebildete zertifizierte Trauerbegleiter stehen Ihnen zur Seite um zu helfen, Ihre Trauer besser zu verstehen. Wir sprechen bei den Treffen über Themen wie:

- *Veränderungen wahrnehmen und bewältigen*
- *Gefühle annehmen und ausdrücken*
- *Über Sorgen, Ängste, Wut und Verzweiflung sprechen*
- *Stress und Stressbewältigung*
- *Schritte durch die Trauer*
- *Umgang mit Jahrestagen*
- *Trauerrituale*
- *praktische Hilfen*
- *Formen der Erinnerung u. ä.*

Wir treffen uns alle 14 Tage mittwochs um 19:00 Uhr. (Dauer jeweils 2 Stunden, die Teilnehmerzahl ist begrenzt). Ein Zyklus umfasst 8 – 10 Abende. Die Gruppe startet gemeinsam und bleibt über den gesamten Zeitraum zusammen. Ein Einstieg nach dem 2. Treffen ist leider nicht mehr möglich ist.

Die Treffen sind absolut vertraulich, die Begleiter und Teilnehmer unterliegen der Schweigepflicht.

Unser Team in der Trauerbegleitung:



Gabriele Lohmer
Einzelbegleitung
0171-5279872



Helga Weinzierl
Gruppen- und Einzelbegleitung
0991-98157392
trauerbegleitung-helga@online.de



Manfred Ketzler
Gruppenbegleitung
Vorträge/Schulungen
Mo./Di./Mi.
16:00 – 18:00 Uhr
0991-3447507



Tanja Zettlmeier
Gruppenbegleitung

Wir sind für Sie da:

- Um Sie durch eine schwere Zeit zu begleiten
- Um Ihnen zu helfen, Trauer zu verstehen
- Um den Austausch mit Gleichgesinnten zu ermöglichen
- Um die Trauer als normalen Vorgang zu erklären
- Um Hilfen für den Umgang mit Trauernden zu geben

Wir stehen ehrenamtlich zur Verfügung für:

- Einzelgespräche und -begleitungen
- Durchführung von Trauergruppen:
Es sind 2 Gruppen pro Jahr geplant.
- Vorträge zum Thema Trauer
- Um die Trauer als normalen Vorgang zu erklären.
- Personalschulungen in Pflegeeinrichtungen