



## Trauergruppe

### Gemeinschaft, Solidarität, Verständnis und Mitgefühl auf dem Weg aus der Trauer in ein noch unbekanntes neues Lebensgefühl

Trauer hat viele Facetten und ist für jeden Menschen sehr individuell. In der Begegnung, öffnen sich NEUE WEGE seiner Trauer zu begegnen. Die Gemeinschaft und das offene persönliche Gespräch, geben der Trauer eine neue Sichtweise, Halt und Verständnis. Kleine Impulse wirken unterstützend.

Erfahrene Trauerbegleiterinnen begleiten die Gruppe und laden dazu ein, miteinander ins Gespräch zu kommen, zu schweigen, Gefühle und Sorgen zu benennen, Antworten auf Fragen zu finden.

Die Erfahrung, dass wir nicht allein mit unserer Trauer sind, öffnet den Blick nach vorne.

**Ort: Adalbert Stifter Seniorenwohnheim, Clubraum, Münchener  
Platz 13-17, Waldkraiburg**

**Uhrzeit: 18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**Anmeldung: telefonisch unter 08631-1857150 oder per Email unter  
[hospizteam@annahospiz.de](mailto:hospizteam@annahospiz.de)**

Die Trauergruppe ist **kostenlos** und **JEDER**, der sich angesprochen fühlt ist **HERZLICH WILLKOMMEN**.



## Termine mit Thema:

<b>Donnerstag, den 05.10.2023</b>	<b>Kennenlernen</b>
<b>Donnerstag, den 19.10.2023</b>	<b>Was mir passiert ist</b>
<b>Donnerstag, den 02.11.2023</b>	<b>Zeit und Geschehen rund um die Begräbnisfeier</b>
<b>Donnerstag, den 16.11.2023</b>	<b>Meine ver-rückte Welt – Und plötzlich ist nichts mehr wie es einmal war</b>
<b>Donnerstag, den 30.11.2023</b>	<b>Was mir besonders schwerfällt</b>
<b>Donnerstag, den 14.12.2023</b>	<b>Über schwierige Tage hinweg- kommen</b>
<b>Donnerstag, den 11.01.2024</b>	<b>Meine Beziehung zum verstorbenen Menschen</b>
<b>Donnerstag, den 25.01.2024</b>	<b>Mitbetroffen – die Familie/die Freunde</b>
<b>Donnerstag, den 15.02.2024</b>	<b>Meine Hoffnungen und Vorstellungen</b>
<b>Donnerstag, den 29.02.2024</b>	<b>Rückblick und Ausblick – Den Abschied in Blick nehmen</b>
<b>Donnerstag, den 14.03.2024</b>	<b>Ende der Trauergruppe – Abschied feiern</b>