

## Begleitung der Gruppenabende:

---

Vorbereitung und Betreuung der  
Gesprächsabende und Ansprechpartner  
bei Fragen:

## Ort und Zeiten der Trauergruppe

---

Eine neue Gruppe beginnt am  
**03.02.2025**

### Anmeldung und Vorgespräche:

Anne Stahl  
04321/250 911 - 7  
[anne.stahl@hospiz-neumuenster.de](mailto:anne.stahl@hospiz-neumuenster.de)

**Treffen am Montag jeweils von  
9:30 Uhr bis 12:00 Uhr.**

### 2025

**03.02, 17.02, 03.03, 17.03, 07.04, 28.04,  
19.05, 02.06, 23.06, 14.7.2025**

### Veranstaltungsort:

Hospiz\*Zentrum  
Moltkestraße 8  
24534 Neumünster

## **TRAUERGRUPPE FÜR ERWACHSENE**



***"Der Weg der Trauer  
führt durch die Erinnerungen."***

## Trauer

---

Trauer ist die natürliche Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen.

Unser ganzes Leben wird durch den Tod eines nahestehenden Menschen verändert:

*Es ist, als sei nichts mehr wie vorher.*

Trauernde fühlen sich oft schon nach kurzer Zeit allein mit ihren Gefühlen der Verunsicherung, der Traurigkeit, manchmal der Wut, des Haderns, der Angst und der Schuldgefühle, aber auch allein mit der Erinnerung und der Liebe.

Doch wie die Freude, so braucht auch die Klage Gehör bei den Menschen; und wie die Freude, so braucht auch die Trauer ihren angemessenen Ausdruck.

## Einladung für Trauernde

---

Herzlich willkommen sind Sie uns, wenn Sie sich nach dem erlittenen Verlust eines Angehörigen, eines nahen Menschen, Begleitung und Gespräche in der Trauerzeit wünschen.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen.

Eine Gruppe startet, wenn 7 Teilnehmer\*Innen angemeldet sind und wird später bei maximal 14 TN geschlossen.

Der Verlauf der Gesprächsreihe für die jeweilige Gruppe ist für ca. ein Jahr geplant.

## Die Trauergruppe

---

Im geschützten Raum von Gruppenabenden finden Betroffene gegenseitiges Verstehen und Akzeptanz auf dem individuellen Trauerweg. Erinnerung an die Persönlichkeit des Verstorbenen hat ebenso ihren Raum, wie die Trauer und auch die Auswirkungen des Verlusts für uns.

Wir werden uns mit der eigenen und der Trauer anderer auseinandersetzen, einander zuhören und selbst aussprechen können, was jetzt so schwer für uns ist. Dabei wird das Suchen und Finden persönlicher Ressourcen und Kraftquellen immer wieder Thema sein.

Durch Gespräch und gemeinsames Tun wagen wir uns an die Trauer heran- und in sie hinein und finden miteinander Entspannung bei der Entdeckung, dabei mit unseren Gefühlen nicht allein zu sein.