



FRANZISKUS-HOSPIZ-
ZENTRUM HOCHDAHL



Trauergruppe

Sie haben in den vergangenen Monaten einen geliebten Menschen verloren – das ist schwer zu ertragen.

Die Trauer um den Verlust eines lieben Menschen hat alles verändert für Sie – Ihre Gedanken, Ihre Gefühle. Nichts ist mehr wie es war.

Wir laden Sie ein, mit anderen Menschen die ebenfalls einen Verlust erlitten haben, ins Gespräch zu kommen.

Die Trauergruppe wird begleitet und geleitet von ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiter:innen.

Von August bis Oktober 2026

- jeweils donnerstags vom 15:00 – 16:45 Uhr
- max. 7 Personen
- in den Räumen des Franziskus-Hospiz Hochdahl, Trills 27, 40699 Erkrath
- die Teilnahme ist kostenlos – Spende erwünscht
- nach Möglichkeit sollten alle Treffen besucht werden

Anmeldungen und nähere Informationen bei:

Anne Sobotta, Trauerbegleiterin

Telefon 0172 2009799

Carola Engel, Trauerbegleiterin

Telefon 02104 9372-32

E-Mail carola.engel@marienhaus.de

Vorgesehene Themen:

1. Donnerstag, 20.08.2026

Wenn nichts mehr ist, wie es war

Vom Erleben des Sterbens und des Todes eines geliebten Menschen

2. Donnerstag, 03.09.2026

Keiner versteht mich

Die Reaktion anderer Menschen auf meine Trauer

3. Donnerstag, 24.09.2026

Wohin mit meinen Gefühlen

Ich verstehe mich selbst nicht mehr

4. Donnerstag, 01.10.2026

Schuld und Schuldgefühle

Hätte ich doch... Wäre ich doch...

5. Donnerstag, 15.10.2026

Trauerorte / Trauerrituale

Wo finde ich Trost

6. Donnerstag, 29.10.2026

Wie kann ich ohne sie / ihn weiterleben

Schritte durch die Trauer ins Leben – Hoffnungszeichen (Abschlussrunde)