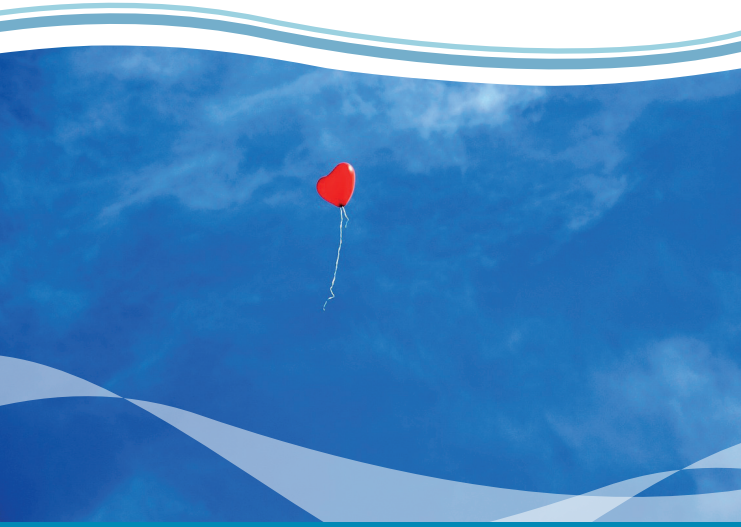
FRANZISKUS-HOSPIZ-
ZENTRUM HOCHDAHL



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 Januar bis März 2027

- 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, 14.01.2027
Wenn nichts mehr ist, wie es war
Vom Erleben des Sterbens und des Todes eines geliebten Menschen

2. Donnerstag, 28.01.2027
Keiner versteht mich
Die Reaktion anderer Menschen auf meine Trauer

3. Donnerstag, 11.02.2027
Wohin mit meinen Gefühlen
Ich verstehe mich selbst nicht mehr

4. Donnerstag, 25.02.2027
Schuld und Schuldgefühle
Hätte ich doch… Wäre ich doch…

5. Donnerstag, 11.03.2027
Trauerorte / Trauerrituale
Wo finde ich Trost

6. Donnerstag, 25.03.2027
Wie kann ich ohne sie / ihn weiterleben
Schritte durch die Trauer ins Leben – Hoffnungszeichen (Abschlussrunde)