



# TRAUER- BEGLEITUNG

Sich in Trauer zu befinden ist ein Zustand, der uns von anderen Menschen trennt und manchmal auch von uns selbst. Trauer verläuft nicht nach einem bestimmten Schema, sondern kann sich sehr verschieden äußern. Gefühle des Verlassenseins können entstehen und Sinnfragen sich einstellen. Es ist schwierig, allein den Alltag zu bewältigen und eine neue Lebensperspektive zu finden. Das persönliche Umfeld eines trauernden Menschen kann nicht immer helfen, die Einsamkeit zu lindern und die wechselnden Gefühle des Trauernden auszuhalten und zu begleiten. Oft ist es sehr hilfreich, sich in einer begleiteten Gruppe mit anderen Trauernden auszutauschen, um Kraft für die eigene Trauerbewältigung zu finden.

**DIE ÖKUMENISCHE TRAUERBEGLEITUNGSGRUPPE FRIESENHEIM** hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen in Trauersituationen zu begleiten. Bei uns dürfen Sie...

- ... so sein, wie Sie sich gerade fühlen.
- ... Abschied nehmen und loslassen.
- ... Menschen in ähnlichen Situationen kennen lernen.
- ... mit Menschen sprechen oder auch schweigen.
- ... erfahren, dass sich Lasten gemeinsam oft leichter tragen lassen.

**DIE ÖKUMENISCHE TRAUERBEGLEITUNGSGRUPPE FRIESENHEIM** bietet die Möglichkeit, in einer Runde von Betroffenen der ganz persönlichen Trauer nachzuspüren und heilsame Ausdrucksmöglichkeiten dafür zu finden. Die Gruppe ermöglicht Begegnung und vermittelt Trauerwissen. Hilfreich ist der Austausch mit Menschen, die ein vergleichbares Schicksal erlebt haben und ähnliche neue Herausforderungen zu bewältigen haben. Ein gemeinsames Lernen ist möglich und neue Freundschaften können entstehen.

Wenn Sie im begleiteten Austausch einen Ort für Ihre Trauer suchen, können Sie an unserer Trauergruppe teilnehmen. In monatlichem Abstand finden 6 Abende im Ev. Gemeindesaal Friesenheim statt. Folgende Termine sind festgelegt: 08.10.2019 / 12.11.2019 / 10.12.2019 / 14.01.2020 / 11.02.2020 / 10.03.2020

**Info/Anmeldung:** Rosemarie Kienzler Tel. 07821/99 50 99 / Mobil: 0151/58141813 oder [rosi.kienzler@web.de](mailto:rosi.kienzler@web.de)