

*Du fehlst!*

In Kooperation  
mit der

**Hospizgruppe Oberes Renchtal**

## *offene Trauergruppe*

**Wann?** Termine siehe Homepage der  
Seelsorgeeinheit Oberes Renchtal  
[www.kath-oberes-renchtal.de](http://www.kath-oberes-renchtal.de)

**Wo?** Kath. Josefshaus in Oppenau · 15:00 Uhr

### **Kontakt**

Hospizgruppe Oberes Renchtal

Telefon: 0157 377 207 63

E-Mail: [hospizgruppe@kath-oberes-renchtal.de](mailto:hospizgruppe@kath-oberes-renchtal.de)

Internet: [www.kath-oberes-renchtal.de](http://www.kath-oberes-renchtal.de)

Trauer ist wie eine Reise in ein unbekanntes, fremdes Land. Mit unseren Angeboten wollen wir Ihnen für eine Weile Reisebegleiter sein.

Wir bieten Ihnen einen geschützten Ort, an dem sie sich nicht verstellen müssen, nicht rechtfertigen müssen. Sie erhalten Unterstützung, der eigenen Trauer mit Achtsamkeit zu begegnen.

In der Geborgenheit der Gruppe oder auch bei Einzelbegleitungen wächst Vertrauen, Leid wird miteinander geteilt, miteinander ausgehalten. In der Gemeinschaft mit anderen Trauernden erleben Sie, dass sie ihren ganz eigenen persönlichen Weg durch das (fremde) Land der Trauer finden können.

*Alle Angebote sind absolut kostenfrei!  
Über eine Spenden würden wir uns freuen.*

*Wir unterstehen der Schweigepflicht.*

*Ihre Kontaktdaten werden für die Dauer ihrer aktiven Teilnahme gespeichert, anschließend werden sie gelöscht.*

*Unsere Begleitung ist unabhängig von Alter, Konfession und Nationalität.*

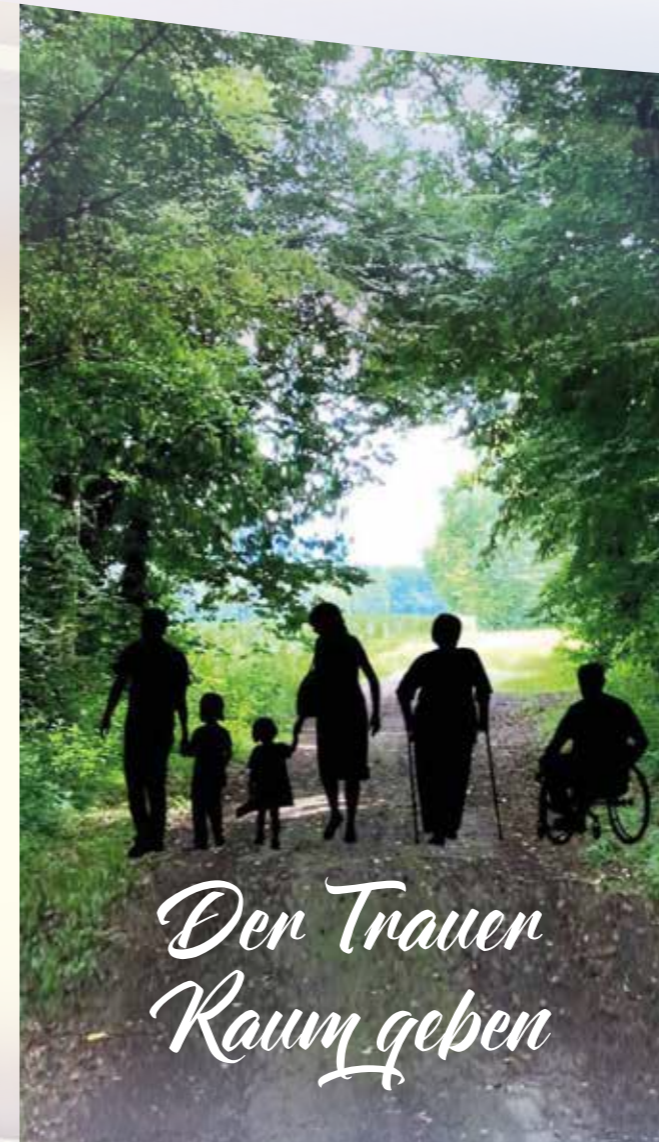
### **Kontakt**

ökumenischer Hospizdienst Achern-Achertal  
Kirchstraße 25 · 77855 Achern

Telefon: 07841 21391

E-Mail: [trauer@hospizdienst-achern.de](mailto:trauer@hospizdienst-achern.de)

Internet: [www.hospizdienst-achern.de](http://www.hospizdienst-achern.de)



### **Wir bieten vielfältige Angebote für Trauernde**

Sie haben einen Verlust erlebt, der Sie bis heute beschäftigt und haben niemanden um sich anzuvertrauen und auszutauschen? Dann können Sie sich vertrauensvoll an uns wenden.

Der Tod eines Menschen, der uns nahe war, zwingt uns auf einen Weg, der uns nicht bekannt ist. Das Auf und Ab, das Hin und Her der Gefühle erfordert immer wieder neuen Mut. Immer wieder auch Kraft um Aufzustehen und Weiterzugehen.



# Trauerwandern



**Wann?** Jeden 1. Samstag im Monat um 14 Uhr  
**Wo?** Startpunkt ist in den Illenauer Werkstätten in Achern (Illenauer Allee 45)  
**Wie lange?** Die Wanderung dauert ca. 3 Stunden und ist zwischen 5-7 km lang mit mäßigen Steigungen

In der Natur unterwegs sein und über Verluste sprechen kann für die Seele reinigend und bereichernd sein. Im Gehen fällt es oftmals leichter über schwere Themen zu sprechen. Daher bieten wir gemeinsam mit einer Wanderführerin und unseren qualifizierten Trauerbegleiter/innen eine Wanderung für Trauernde an. Während der Wanderung gibt es kleine Pausen, die mit Anregungen zur Trauerbewältigung gestaltet sind. Haben Sie Freude an der Natur und der Bewegung, dann kommen Sie vorbei. Sie sollten festes Schuhwerk und Verpflegung mitbringen. Am Startpunkt sind Toiletten vorhanden. Eine telefonische Anmeldung ist gewünscht aber nicht verpflichtend, das heißt sie dürfen sich auch kurzfristig entscheiden. Das Angebot findet bei fast jedem Wetter statt, außer bei Dauerregen und Unwetter.

Telefon: 07841 21391  
www.hospizdienst-achern.de  
info@hospizdienst-achern.de

ökumenischer  
**hospizdienst**  
Achern-Achertal

# Trauergruppe



**Wann?** Die Gruppe findet jährlich über die Wintermonate statt. (Bitte aktuelle Termine erfragen)  
**Wo?** Im Kath. Gemeindezentrum St. Michael in Oberkirch (Kirchplatz 6)

Kennen Sie das Gefühl von Verlassenheit, Einsamkeit und Verloren sein; und doch geht das Leben weiter? In Zeiten der Trauer kann es hilfreich sein Menschen in ähnlichen Situationen zu begegnen unter Begleitung und Anleitung. Die Trauerverarbeitung innerhalb einer festen Gruppe bietet einen geschützten Rahmen. Innerhalb des Rahmens ist durch das gegenseitige Mitteilen und Zuhören ein offener Umgang mit der Trauer möglich. Dies kann sie stützen und stärken in ihrem Trauerprozess.

Es gibt vorab eine Infoveranstaltung bei der Sie sich unverbindlich erkundigen können. Sie sollten die Bereitschaft mitbringen, an möglichst allen Terminen teilzunehmen. Die Anmeldungen werden nach dem Eingangsdatum angenommen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Telefon: 07841 21391  
www.hospizdienst-achern.de  
info@hospizdienst-achern.de

ökumenischer  
**hospizdienst**  
Achern-Achertal

# Einzelbegleitung



**Wann?** Individuelle Terminvereinbarung  
**Wo?** In den Räumlichkeiten des Hospizdienstes

Sind sie noch nicht bereit sich einer Gruppe anzuschließen, da der Verlust zu gegenwärtig ist. Sie fühlen sich selbst fremd und nicht mehr zugehörig zur Gesellschaft. Der Umgang mit anderen Menschen im Umfeld gestaltet sich oft als schwierig und ihre Mitmenschen wissen nicht mit Ihnen umzugehen. Um sich selbst mit seiner Trauer kennenzulernen und nachzuspüren, braucht es geschützte Räume und ein wertschätzendes und offenes Gegenüber.

Wir bieten die Möglichkeit einer Einzelbegleitung, um sich Ihrer Trauer zu stellen und gemeinsam einen Weg zu finden sie in Ihr Leben zu integrieren. Unsere qualifizierten Einzelbegleiter-In unterstützen Sie individuell in Ihrem Prozess der Trauerbewältigung.

Telefon: 07841 21391  
www.hospizdienst-achern.de  
info@hospizdienst-achern.de

ökumenischer  
**hospizdienst**  
Achern-Achertal

# Trauercafé



**Wann?** Jeden letzten Samstag im Monat um 14:30 Uhr  
**Wo?** In den Räumlichkeiten des Hospizdienstes

Das Trauercafé, möchte Betroffenen regelmäßig und in einem gemütlichen Rahmen Gelegenheit zur Begegnung mit anderen Trauernden bieten. Bei Kaffee und Kuchen können sie mit anderen teilen, wie es ihnen geht, wie sie ihre Situation erleben und mit ihr umgehen. Manchen Menschen hilft es auch einfach schon zu spüren, dass sie mit ihrer Trauer nicht alleine sind, auch wenn sie vielleicht noch nicht bereit sind, über sie zu sprechen. Die anwesenden Trauerbegleiter-innen stehen für Gespräche und weitere Unterstützung zur Verfügung.

Sie dürfen sich auch kurzfristig entscheiden zu kommen, daher ist eine Anmeldung nicht notwendig, für die Planung aber hilfreich.

Telefon: 07841 21391  
www.hospizdienst-achern.de  
info@hospizdienst-achern.de

ökumenischer  
**hospizdienst**  
Achern-Achertal