



**AGUS – Angehörige um Suizid**  
**Selbsthilfegruppe Brüggen**  
 Kreis Viersen / Südlicher Niederrhein

## Unterstützung und Selbsthilfe für trauernde Angehörige nach Suizid

Was können Sie als betroffene Familienangehörige, Partner und Freunde in unserer AGUS-Selbsthilfegruppe erwarten?

- Austausch mit Menschen, die ebenfalls Suizidtrauernde sind
- Einschätzen der eigenen Reaktionen im Vergleich mit anderen ("Bin ich normal?")
- Erweiterung des Blicks auf die Trauer nach Suizid durch Gespräche mit Menschen, die "anders" trauern, z.B. weil die Beziehung zum Verstorbenen eine andere war oder weil der zeitliche Abstand größer/kleiner ist
- Verständnis, da Vieles nicht erklärt werden muss
- praktische Hinweise für die persönlichen Handlungsmöglichkeiten, z.B. was sage ich meinen Kindern, wie gestalte ich die nächste Familienfeier, usw.
- Betroffenenkompetenz.

Auch außerhalb der regelmäßigen Gruppentreffen, stehen die Gruppenleiter für individuell vereinbarte persönliche Gespräche zur Verfügung.

**AGUS versteht sich mit seinen Angeboten nicht als Ersatz für medizinische oder therapeutische Hilfen, sondern als wichtige Ergänzung. Die Gruppenleiter sind ebenfalls Betroffene. Alle Angebote werden ehrenamtlich erbracht und sind für Sie kostenlos.**

Unsere Kontaktdaten und weitere Informationen:  
 AGUS – Angehörige um Suizid  
 Selbsthilfegruppe Brüggen  
 Telefon: 02163 / 579 29 19  
 Mail: [brueggen@agus-selbsthilfe.de](mailto:brueggen@agus-selbsthilfe.de)  
 Internet: <https://brueggen.agus-selbsthilfe.de>  
 Facebook: [www.facebook.com/AGUS.Gruppe.Brueggen](https://www.facebook.com/AGUS.Gruppe.Brueggen)



Mit freundlicher Unterstützung von:

BIS e.V. Kontakt -und Informationsstelle für Selbsthilfe im Kreis Viersen  
 Die Krankenkassen/-Verbände in NRW  
 Private Facebook-Trauergruppe „Familie und Freunde nach Suizid“



## AGUS - Angehörige um Suizid Selbsthilfegruppe Brüggen

Kreis Viersen / Südlicher Niederrhein



## Unterstützung und Selbsthilfe für trauernde Angehörige nach Suizid