

## Mit uns sind Sie nicht allein

Den Tod eines geliebten Menschen zu verkraften ist schwer.

Den Tod durch Suizid zu ertragen ist schon fast unmöglich.

Nichts ist mehr wie es vorher war.

Betroffene erleben oft:

- keine Antwort auf die Frage „warum , wieso , weshalb ?“
- wenige Gesprächspartner, da Suizid noch immer ein Tabuthema ist.
- wenig Raum für Ihre Trauer.
- ein Gefühl der Unwirklichkeit, Ratlosigkeit und Leere.
- Schuldgefühle, die sich aufbauen.

und wie schwer es ist, das Unbegreifbare zu verstehen.

Gemeinsam können wir :

- einander zuhören, ermutigen und trösten
- Wut und Aggressionen aushalten
- Schuldgefühle abbauen
- uns gegenseitig unterstützen
- Sprachlosigkeit durchbrechen
- kleine Schritte wagen
- ....und einen Weg in ein Leben „danach“ suchen und finden

Bundesgeschäftsstelle AGUS e.V.  
Markgrafentallee 3a  
95448 Bayreuth  
Tel.: 0921-150 03 80  
Fax: 0921-150 08 79  
[Kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:Kontakt@agus-selbsthilfe.de)  
[www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)



## Wenn sich ein Mensch das Leben genommen hat

### Selbsthilfegruppe Euskirchen

„Niemand Ist Ganz Allein“

für Angehörige, die einen Menschen durch Suizid verloren haben.



## AGUS Selbsthilfegruppe

AGUS ist der größte und älteste Verein in Europa, der sich für die Belange und Interessen Suizidhinterbliebener einsetzt. Die AGUS Selbsthilfegruppen bieten einen geschützten Rahmen für Trauernde, die einen Menschen durch Suizid verloren haben.

Wir sind alle selbst Betroffene und haben ähnliche Erfahrungen gemacht wie Sie. In der Gruppe erfahren wir Trost und Verständnis und finden Wege, auf denen wir, trotz des schmerzhaften Verlustes, weiterleben können. Hier dürfen wir unsere Trauer und unsere Gefühle offen zeigen und lernen, das Geschehene ins eigene Leben zu integrieren.

Der Besuch der AGUS Selbsthilfegruppe ist offen für alle, die durch einen Suizid betroffen sind, ob Angehörige, Verwandte oder Freunde. Wir sind weder konfessionell noch ideologisch gebunden. Der Besuch der Gruppe ist selbstverständlich kostenfrei und unverbindlich.



## Veranstaltungsort :



Begegnungsstätte „Café Insel“  
( kein öffentliches Café )  
Frauenbergerstr. 2 – 4  
53879 Euskirchen  
Tel. : 02251 – 126510

## Termin :

Jeden zweiten Montag im Monat  
von 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr

## Kontakt :

*Henning Klein*  
Tel. 02251 – 147237  
[Klein.Henning@web.de](mailto:Klein.Henning@web.de)

In Kooperation mit Nest e.V.



[www.nest-euskirchen.de](http://www.nest-euskirchen.de)