

## Wenn sich ein nahestehender Mensch das Leben genommen hat...

Ist nichts mehr wie es vorher war.

Ein Chaos der Gedanken und Gefühle bricht herein. Die Trauer ist häufig begleitet von Hilflosigkeit, Scham, Verunsicherung, Wut, Schuldgefühlen, Angst und Leere. Das bisherige Leben wird in Frage gestellt.

Quälende Fragen nach dem „Warum“ und dem „Wie weiter“ stellen sich ein.

Suizid ist auch heute oft noch ein gesellschaftliches Tabuthema. Deshalb schweigen Betroffene häufig, ziehen sich zurück und sind mit ihrem Schmerz und ihrer Verwirrung alleine.

**AGUS**  
Angehörige um Suizid

## Trauer nach Suizid Hilfe für Angehörige

AGUS e.V. Bundesverband

AGUS-Büro

Cottenbacher Straße 4 - 95445 Bayreuth

Telefon: 0921 – 150 03 80

Telefax: 0921 – 150 08 79

E-Mail: [kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:kontakt@agus-selbsthilfe.de)

[www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)

## Selbsthilfegruppe Fulda

# Selbsthilfegruppe für Angehörige um Suizid in Fulda

Wir können nichts ungeschehen machen.

Aber wir können mit Menschen, die einen solchen Verlust erlebt haben, im geschützten Rahmen Erfahrungen und Erlebnisse austauschen.

Wir können uns gegenseitig Trost schenken, Fragen und Gefühlen Raum geben, Informationen und Hilfen weitergeben, Isolation durchbrechen und neue Kontakte knüpfen.

Geh nicht vor mir – ich könnte dir nicht folgen, denn ich suche meinen eigenen Weg.

Geh nicht hinter mir – ich bin gewiss keine Leiter.

Bitte bleib an meiner Seite – und sei nichts als ein Freund – und mein Begleiter.

*Albert Camus*

## Unsere Treffen

Die Gruppe trifft sich jeden 3. Donnerstag im Monat.

Wir bieten allen Angehörigen eine geschützte Atmosphäre. Bitte treten Sie vor einem ersten Besuch telefonisch mit uns in Kontakt.

Der Besuch der Gruppe ist kostenfrei und anonym.

Für Auskünfte und ein persönliches Gespräch stehen wir gerne zur Verfügung.

### Unsere Termine 2019

jeweils von 19:00 bis 20:30 Uhr

- 17. Oktober
- 21. November
- 19. Dezember

## Treffpunkt und Kontakt

Selbsthilfebüro Osthessen

Petersberger Str. 21  
36037 Fulda

Ansprechpartner: Michael Möller  
Telefon: 0661 9019846  
selbsthilfe.osthessen@paritaet-projekte.org