



Der weiß es wohl, dem Gleiches widerfuhr,
Und die es trugen, mögen mir vergeben.
Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,
doch mit dem Tod der andern muss man leben.

Auszug aus MEMENTO von Mascha Kaléko



Die AGUS Gruppe ist Mitglied bei
AGUS e.V. Angehörige um Suizid

Bundesgeschäftsstelle
Markgrafenallee 3a
95448 Bayreuth

www.agus-selbsthilfe.de
agus-selbsthilfe@t-online.de



Selbst - Hilfe - Gruppe
für Suizid Hinterbliebene in Ulm



Ein geliebter Mensch hat sich das Leben genommen

Mit dem Tod durch Suizid verändert sich
das ganze Leben.
Nichts ist mehr so, wie es vorher war!

Schmerz
Trauer
Sehnsucht
Enttäuschung
Hilflosigkeit
Angst
Schuld
Isolation
Unverständnis der Gesellschaft
Verzweiflung
Sprachlosigkeit...

das sind Gefühle die wir kennen.

Um mit diesem Schicksalsschlag leben zu können,

brauchen wir Raum, Zeit und Geduld.
In der Gruppe von Betroffenen
wollen wir uns gegenseitig stützen,
die Vielfalt unserer Gefühle aufzeigen und
verstehen. Fragen, Nöte, Ängste, Sorgen
und Konflikte ansprechen.
Wege aus der Trauer finden.

Wir können das Geschehene nicht ungeschehen
machen, aber wir können versuchen,
einander die Tränen zu trocknen.

Menschen zu finden,
die mit uns fühlen und empfinden,
gibt uns Kraft und Zuversicht
in dieser Situation.

Teilnahme

AGUS versteht sich als offene Gesprächs-
gruppe. Teilnehmen kann jeder, der einen
nahe stehenden Menschen durch Suizid
verloren hat. Der Einstieg ist jederzeit
möglich. Diskretion in der Gesprächsgruppe
ist selbstverständlich.

Die Gruppe trifft sich 1x im Monat im Jörg- Syrlin- Haus.

Jörg-Syrlin-Straße 99
89081 Ulm Söflingen

Vermittlung

Selbsthilfebüro KORN e.V.
c /o Universitätsklinikum Ulm
Telefon 0731 / 88 03 44 10
kontakt@selbsthilfebuero-korn.de