

Selbsthilfegruppe „Angehörige um Suizid“

Die Selbsthilfegruppe AGUS e.V. wurde 1989 von Frau Emmy Meixner-Wülker gegründet, um im gegenseitigen Gespräch Hilfe und Verständnis zu finden und zu bieten. Sie sollen die Möglichkeit haben, in Gemeinschaft die zum Teil sich widersprechenden Gefühle und Gedanken aussprechen und besser bewältigen zu können.

Wenn Sie bereit sind, sich gemeinsam mit anderen Betroffenen mit diesen -unseren- Problemen auseinander zu setzen, kommen Sie zu unserem **Selbsthilfegruppentreffen**.

Wir sind eine offene Gruppe. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Diskretion in der Gesprächsgruppe ist selbstverständlich. Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos und nicht von einer Mitgliedschaft abhängig, jedoch wünschenswert.

Sie sind herzlich willkommen!

www.agus-selbsthilfe.de

So können Sie uns erreichen:

**Ansprechpartner
in Chemnitz:**

Carola Piprek

Email:

chemnitz@agus-selbsthilfe.de

Telefon:

0176 / 24244537

www.chemnitz.agus-selbsthilfe.de



**„Die Wahrheit ist, dass mir
auf Erden nicht zu helfen
war.“**

Heinrich von Kleist



**Gerne steht das AGUS-Büro für
organisatorische Auskünfte zur
Verfügung!**

AGUS-Büro

Cottenbacher Straße 4 - 95445 Bayreuth

Telefon: 0921 – 150 03 80

Telefax: 0921 – 150 08 79

E-Mail: kontakt@agus-selbsthilfe.de

Trauer nach Suizid

Jährlich nehmen sich ca. 10.000 Menschen in Deutschland das Leben. Oft bleibt bei den Angehörigen nur eine Frage zurück:

„Warum hast du uns das angetan?“

Für die Zurückbleibenden beginnt ein Weg der Trauer, begleitet von Gefühlen wie Angst, Wut, Schmerz, Unverständnis, aber auch Schuld.

Oftmals verlieren die Angehörigen selbst ihre Perspektive für das weitere Leben. Der Kontakt mit anderen Menschen, die dieses Schicksal teilen, hilft bei der Bewältigung der Trauer.....

Ob Jung oder Alt, wir alle mussten mit dem plötzlichen Verlust eines Kindes , eines Partners, eines Elternteils oder einer Schwester / eines Bruders leben lernen.

Durch Erfahrungsaustausch, wohlthuende Gespräche und Gastbesuche von Medizinern, Seelsorgern oder Psychologen, sowie Buchempfehlungen wird der Trauer und der Überwindung dieser ein Raum gegeben.

*Trau dich zu trauern und
zu leben!*

Gruppentreff:

Die Gruppe trifft sich jeweils am 2. Montag im Monat von 16.30 – 18.30 Uhr im Bürgerhaus in der Müllerstrasse 12 in Chemnitz.
Um vorherige telefonische Kontaktaufnahme wird gebeten.

Wir über uns:

Ziel der Selbsthilfegruppe ist es, das Schicksal vom Tod eines geliebten Menschen durch Suizid in das Leben zu integrieren.

Ähnliche Erlebenshintergründe ermöglichen gegenseitiges Verstehen ohne wortreiche Erklärungen. Das ist für Menschen mit hohen seelischen Belastungen von besonders großer Bedeutung.

Darum geht es:

- sich gegenseitig zu unterstützen
- die eigene Lebensgeschichte zu erzählen
- gute und schlimme Erfahrungen zu teilen
- Schutz in einer Gruppe von gleich Betroffenen zu finden
- sich auf dem Heilungsweg zu unterstützen und wahr zu nehmen, dass ein Weiterleben möglich ist

Alle in der Gruppe eingebrachten Themen unterliegen der Schweigepflicht.