



Trauer nach Suizid

... ist keine Trauer wie jede andere

AGUS - Selbsthilfegruppe Dachau

Angeschlossen an
AGUS e.V. - Bundesweiter Selbsthilfeverein für
Trauernde nach dem Suizid eines
nahe stehenden Menschen

Bundesgeschäftsstelle AGUS e.V.
Markgrafenallee 3 a – 95448 Bayreuth
Tel.: 0921/1500380 – Fax: 0921/1500879
Email: agus-selbsthilfe@t-online.de
www.agus-selbsthilfe.de

Wie wir uns gegenseitig helfen können

Mit dem Tod durch Suizid verändert sich das ganze Leben. Nichts ist mehr so, wie es einmal war, alles scheint zerbrochen.

Wir wollen gemeinsam erfahren, dass aus Lebenskrisen neue Chancen erwachsen können und das Leben weitergeht.

Wir brauchen, um mit unserer Trauer leben zu können, Raum, Zeit und Geduld um:

- von unseren Gefühlen zu erzählen
- uns mit anderen Betroffenen auszutauschen
- die eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten in der Trauer zu erkennen
- eigene Wege durch die Trauer zu entdecken
- Fragen, Nöte, Ängste, Sorgen und Konflikte anzusprechen
- Rituale der Erinnerung zu finden

*Leben wünschen wir uns,
leben und nicht nur funktionieren.*

*Manchmal trifft uns der Tod mit voller Wucht,
manchmal schleicht sich der Tod
in unseren Alltag
wie ein dunkler Schatten.*

*Dann ist es Zeit,
sich aufwecken zu lassen,
dann ist es Zeit,
in das Licht zu schauen,*

*damit WIR wieder leben,
was UNS wichtig ist.*

(Silke Bienhaus)

Teilnahme an der Gruppe

Teilnehmen kann jeder, der einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren hat, unabhängig wie lange es her ist.

Diskretion in der Gesprächsgruppe ist selbstverständlich.

Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos.

Beim Erstbesuch bitten wir vorab um telefonische Anmeldung.

**Die Gruppe trifft sich an jedem
1. Dienstag im Monat in Dachau**

Sie sind bei uns jederzeit herzlich willkommen

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

**Christine
Annette
Telefon: 01578-188 30 20**

.....
Wir danken der Agus-Gruppe Bensheim/Bergstrasse für die Anlehnung an ihren Flyer-Text!