



***Es gibt Momente im Leben,
da steht die Welt für einen Augenblick still,
und wenn sie sich dann weiterdreht,
ist nichts mehr wie es war.***

Seit dem 7. Oktober 2019 gibt es eine Selbsthilfegruppe in Ravensburg, für Angehörige und nahe Freunde die mit dem Suizidtod eines geliebten Menschen (weiter-)leben müssen. Dieser Verlust will verkraftet werden. Alle, die dem Verstorbenen nahe standen, bleiben mit ihren widersprüchlichen Gedanken und Gefühlen zurück.

Wut, Leere, Sehnsucht, Ohnmacht, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Schuldgefühle und die Suche nach Antworten. Letztlich bleibt jeder Suizid ein Geheimnis.

Wir möchten mit und in der Gruppe einen geschützten Raum bieten, in dem der Austausch von Gefühlen und Erfahrungen möglich ist.

Mit einem verständnisvollen Miteinander wollen sich Betroffene gegenseitig stützen und begleiten, verstanden werden und verstehen.

Teilnehmen kann jeder, der betroffen ist, unabhängig davon, wie lange der Suizid schon zurück liegt.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Anmeldung vor dem ersten Besuch ist hilfreich.

**Wir treffen uns in der Regel jeden 1. Montag im Monat
um 19:45 Uhr im Rahlentreff, 88213 Ravensburg**

Kontakt	Anita Wodarz	0751 55 76 837
	Michaela Scheffold-Haid	0751 67341

oder ravensburg@agus-selbsthilfe.de

Wir sind Mitglied der AGUS Selbsthilfeorganisation

www.agus-selbsthilfe.de