



Selbsthilfegruppe Celle

TRAUER NACH SUIZID

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

Ist nichts mehr wie es einmal war.

- *Schmerz
- *Trauer
- *Angst
- *Schuld
- *Verzweiflung
- *Isolation
- *Hilflosigkeit
- *Enttäuschung
- *Sehnsucht
- *Sprachlosigkeit...

Quälende Fragen nach dem „warum“ und dem „wie weiterleben“ stellen sich ein.

Wir können nichts ungeschehen machen.

Aber in der Gruppe von Betroffenen können wir ...

- ... uns Zeit lassen, die Trauer zu verarbeiten
- ... im geschützten Rahmen Erfahrungen und Erlebnisse austauschen
- ...uns gegenseitig stützen
- ... zuhören
- ...achtsam sein
- ...uns gegenseitig Trost schenken
- ...Fragen und Gefühlen Raum geben
- ...den Schmerz miteinander aushalten
- ...Isolation durchbrechen und Kontakte knüpfen
- ...Wege aus der Trauer finden

Oft ist es einfacher, mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, über Gefühle und Ängste zu sprechen. Es tut gut zu wissen: Ich bin mit diesem Schicksal nicht allein.

Teilnahme Die Selbsthilfegruppe AGUS Celle ist eine offene Selbsthilfegruppe. Alle, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben, sind willkommen. Dabei spielt es keine Rolle, wie lange der Verlust zurückliegt. Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich, überkonfessionell und parteilos.

Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe kann und soll keine Therapie ersetzen.

Kontakt :

Über KIBIS Celle, Tel: 05141- 487249

Oder : karin-cappelluzzo@t-online.de

Die Gruppe trifft sich jeden 3. Freitag von 19:00 bis 21:00 Uhr in Celle.

Die AGUS Selbsthilfegruppe Celle ist angeschlossen an die:

Bundesorganisation AGUS e.V. Angehörige um Suizid

Cottenbacher Str. 4

95445 Bayreuth

Tel.: 0921/150 03 80

Fax: 0921/150 08 79

www.agus-selbsthilfe.de

Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,
doch mit dem Tod der andern muss man leben.

(Auszug aus MEMENTO von Mascha Kale`ko)
