



Begleitete Trauerwege

Informationen zu Selbsthilfegruppen über das
AWO-Selbsthilfezentrum Traunstein,
Tel. 0861 / 209764-24:

- Verwaiste Eltern
- Gesprächskreis für Trauernde
- Trauergruppe für Angehörige nach Suizid

Weitere Angebote anderer Veranstalter

- **Verwaiste Eltern München e.V.**
Tel. 089 / 480 88 990
www.verwaiste-eltern-muenchen.de
- **Nicolaidis YoungWings Stiftung**
Beratung und Begleitung für Jugendliche bis 27 Jahren nach dem Tod eines Elternteils oder beider Elternteile, für junge Erwachsene bis 49 Jahren nach dem Tod des Lebenspartners oder Lebenspartnerin; auch Onlineangebote, Tel. 089 / 2488378-0
www.nicolaidis-youngwings.de
- **Lacrima**
Trauerbewältigung für Kinder und Jugendliche in München und dem südöstlichen Oberbayern:
www.lacrima-muenchen.de
- **Bundesweite Jugend-Onlineberatung zu den Themen Abschied, Tod und Trauer**
www.da-sein.de
- In akuten Krisen steht Ihnen die **Telefonseelsorge** unter der kostenfreien Nummer **0800 / 111 0111** zur Verfügung (anonym), auch Mail- oder Chatseelsorge möglich
- **Nummer gegen Kummer:** Kinder und Jugendtelefon montags bis samstags von 14-20 Uhr:
Tel. 116 111; oder auch Onlineberatung per Mail oder Chat europaweit unter: www.116111.eu



Trauercafé und Trauergruppe

Offene Angebote für Menschen
in Trauer

Ambulanter Hospizdienst
Caritas-Zentrum Traunstein



Trauer

Die Trauer um den Verlust eines nahestehenden Menschen gehört zu den tiefgreifendsten Erfahrungen in unserem Leben. Trauer hat viele Facetten. Die Bewältigung ist ein individueller Weg - dennoch kann ein Zusammensein mit Betroffenen helfen, mit der Situation und den gemachten Erfahrungen besser umgehen zu lernen.

Trauernde fühlen sich häufig mit ihren unterschiedlichsten Gefühlen allein. In den belasteten Zeiten der Trauer kann es deshalb guttun, sich über Gefühle, Ängste und Hoffnungen mit anderen Trauernden auszutauschen.

Über den ambulanten Hospizdienst der Caritas können sie nach vorheriger Anmeldung an verschiedenen Angeboten teilnehmen. Sprechen Sie mit uns!

Ansprechpartner, Kontakt und Information:

Ambulanter Hospizdienst Traunstein

Tel: 0861 / 988 77-920 und
0861 / 988 77-950 (Christel Kaa)

Mail:

ambulanter-hospizdienst-traunstein@caritasmuenchen.org

Internet:

www.caritas-traunstein.de

Trauercafé und Trauergruppe

Sie sind eingeladen, in einem geschützten Rahmen und in wohlthuender Atmosphäre Menschen zu treffen, denen es ähnlich ergeht wie Ihnen.

Sie können erzählen, zuhören, sich erinnern, neue Kontakte knüpfen oder bei einer Tasse Kaffee oder Tee einfach nur dabei sein.

- Das Trauercafé **Traunstein** findet 1x monatlich jeweils donnerstags von 15.30 Uhr - 17.30 Uhr im Pfarrheim Heilig Kreuz, Traunstein, Schlossstraße 15 c (Clubraum), statt.
- Das Trauercafé **Marquartstein** findet 1x monatlich jeweils am ersten Montag im Monat von 15.00 Uhr - 16.30 Uhr im Gemeinderaum der Evangelisch-Lutherischen Erlserkirche, Loithauser Str. 14 in Marquartstein statt.
- Die **Trauergruppe „Unvergessen“ für junge Erwachsene** von 18 - 35 Jahren trifft sich alle 2 Monate mittwochs von 18.30 Uhr - 20.30 Uhr im Pfarrheim Haslach, kleiner Nebenraum, Mühlgasse 1, Traunstein.

Eine Anmeldung über den Ambulanten Hospizdienst ist in allen Fällen erforderlich!



Spendenkonto:

Caritas München-Freising e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE62 7002 0500 8850 0007 14
BIC: BFSWDE33MUE
Kennwort „Hospiz Traunstein“

Das Angebot ist offen für alle, unabhängig von Weltanschauung oder Konfession und unabhängig davon, wie lange der Verlust zurückliegt oder wen Sie verloren haben.

Das Trauercafé und die Trauergruppe werden von geschulten Trauerbegleiterinnen geleitet, die die Schweigepflicht achten. **Das Angebot ist kostenfrei.**