

Austausch und Halt

Quelle: Das Gelbe Blatt Miesbach

Austausch und Halt

Neue Trauergruppe im Bunten Haus in Miesbach

Miesbach/Landkreis – Trauer verändert vieles – den Alltag, vertraute Gewohnheiten, Beziehungen und das eigene Erleben. Nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen können Gefühle wie Traurigkeit, Leere, Wut, Unsicherheit, Erschöpfung oder Orientierungslosigkeit auftreten. Oft wechseln sie unerwartet und machen selbst alltägliche Aufgaben oder Begegnungen zu einer Herausforderung.

Eine neue Trauergruppe des Hospizkreises im Landkreis Miesbach möchte erwachsenen Trauernden einen geschützten und wertschätzenden Raum bieten, um mit ihren Erfahrungen nicht allein zu bleiben. „Im Austausch mit anderen Betroffenen kann es entlastend sein, Gedanken, Gefühle und Fragen teilen zu können – oder einfach zuzuhören und da zu sein“, heißt es in der Ankündigung.

Geleitet wird die Gruppe von den erfahrenen und ausgebildeten Trauerbegleiterinnen Lisa Piltz und Doris Eglseder. Sie



Stehen den Trauernden zur Seite: die Gruppenleiterinnen Doris Eglseder (l.) und Lisa Piltz.

Foto: GB

geben Impulse aus der Trauerbewältigung und begleiten die Gespräche behutsam. Dabei gibt es keinen festen Zeitplan und keinen „richtigen“ Weg zu trauern: „Die Teilnehmenden entscheiden selbst, was sie erzählen möchten. Auch stilles Dabeisein hat seinen Platz“, erklärt der Hospizkreis.

Das erste Treffen findet am Montag, 9. November, von

18.30 bis 20 Uhr im Bunten Haus in Miesbach, Rathausstraße 10, statt. Anschließend trifft sich die Gruppe jeweils am zweiten Montag im Monat.

Eine Anmeldung mit einem persönlichen Erstgespräch ist erforderlich. Weitere Infos gibt es beim Hospizkreis im Landkreis Miesbach unter Telefon 08024/4779855 und per E-Mail an info@hospizkreis.de. she

