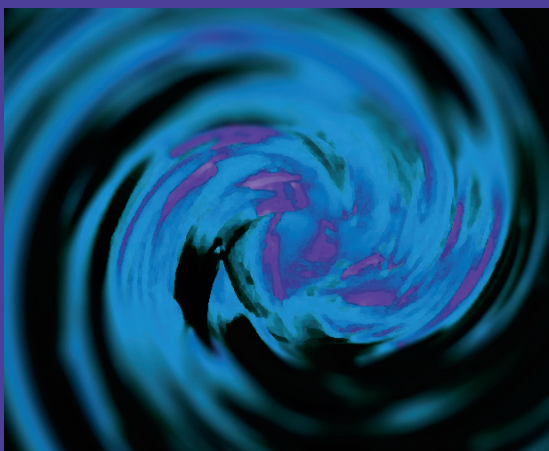


Ich bin nicht allein!

**Selbsthilfegruppe für
Hinterbliebene nach dem Suizid
eines nahestehenden Menschen**



**Jeder braucht jemanden.
Irgendwann.**



**Hospizverein
Konstanz**



Ich bin nicht allein!

Trauer nach dem Suizid eines nahestehenden Menschen ist keine Trauer wie jede andere, sondern oft eine erheblich erschwerte Trauer.

Wer, wenn nicht Menschen, die selbst nach einem Suizid trauern, kann am besten nachempfinden, was nach einem solchen Verlust noch lange belastet?

Auch wenn Familie, Freundinnen und Freunde viel Verständnis zeigen und Hilfe und Beistand leisten, fällt es mitunter leichter, sich mit Fremden auszutauschen, die Ähnliches erlebt haben. Oft sind sie in der Lage, die häufig widersprüchlichen Gefühle, die nach einem Suizid auftauchen können, nachzuvollziehen. Gerade wenn der Verlust schon lange zurückliegt und die Art des Todes immer noch „wirkt“, haben Hinterbliebene oft das Bedürfnis, Rücksicht auf ihr nahes Umfeld zu nehmen. In einer Gruppe ähnlich Betroffener hat Platz, was im Alltag vielleicht zu schwer oder unaussprechlich scheint oder manchmal einfach untergeht, weil es inzwischen wieder einen Alltag gibt.

Für viele Betroffene ist eine Selbsthilfegruppe daher ein Ort, an dem sie sich gut aufgehoben und verstanden fühlen. Unsere Gruppe ist unabhängig von Religion und Weltanschauung und offen für Menschen, die durch einen Suizid nahe Angehörige, Verwandte oder Freunde verloren haben.

Die Teilnahme ist kostenfrei, ein Einstieg ist jederzeit möglich und eine Anmeldung nicht erforderlich. Diskretion und Verschwiegenheit in der Gesprächsgruppe sind selbstverständlich.

Sie können die Gruppe regelmäßig, gelegentlich oder auch einmalig besuchen, sich an den Sitzungen aktiv beteiligen oder einfach nur

- Treffen:** ca. alle 6 Wochen, immer donnerstags, 19 – 20.30 Uhr
Termine unter: www.hospiz-konstanz.de oder www.agus-selbsthilfe.de
Ort: Hospizverein Konstanz, Talgartenstraße 2, Konstanz Seminarraum EG 2

Gerne können Sie vorab weitere Fragen besprechen und klären, ob die Gruppe oder ein anderes Angebot für Sie hilfreich sein könnte.

Ansprechpartnerin:
Christina Labsch-Nix
Hospizverein Konstanz
Beratung und Koordination
Tel. 07531 69138-21
labsch-nix@hospiz-konstanz.de

