

trauer und trost



Angebote für trauernde Menschen | 1_2019



Zeit, Raum und Verständnis für trauernde Menschen

Trauernde Menschen wollen in ihrem veränderten Lebensalltag wahrgenommen werden. Trauer ist die Reaktion auf einen bedeutenden Verlust, der den Menschen in seiner Ganzheit betrifft. In unserer Gesellschaft ist Trauer vielerorts ein Tabuthema. Wir fühlen uns unsicher, wo unsere eigene Trauer einen Platz finden kann und wie wir Trauernden begegnen können.

Seit September 2017 gibt es in der Hospiz-Bewegung Salzburg die **Kontaktstelle Trauer**: Trauernde Menschen brauchen Zeit, Raum und Verständnis, wenn sie vom Tod eines nahen Menschen betroffen sind.

Da, wo Familie, Freundeskreis, Arbeitskolleg/innen und „Umgebung“ nicht ausreichend hilfreiche Unterstützung bieten können, helfen wir als **Kontaktstelle Trauer** mit Beratung, Information und Begleitung. Die Bearbeitung des Verlusts erfolgt in Einzelgesprächen oder durch Austausch mit ähnlich betroffenen Menschen in Gruppen.

Angebote zur Trauerbegleitung

Gesprächsgruppe in der Stadt Salzburg:

- **Geleitete Trauergruppe** jeweils Dienstag, 18:00–20:00 Uhr im Anna-Raudauer-Saal, Lebensraum TH
Termine: 19.2. | 5.3. | 19.3. | 2.4. | 16.4. | 30.4. | 14.5. | 28.5.2019
mit Voranmeldung und Vorgespräch
- **Offene Trauergruppe** jeweils Montag, 19:00–21:00 Uhr im Bildungszentrum St. Virgil,
Termine: 14.1. | 4.2. | 11.3. | 1.4. | 6.5. | 3.6.2019

Gesprächsgruppe im Tennengau:

- **Offene Trauergruppe** jeweils 3. MO des Monats, 18:30–20:00 Uhr in der Landesklinik Hallein,
Termine: 21.1. | 18.2. | 18.3. | 15.4. | 20.5. | 17.6.2019

Einzeltrauerbegleitung wird in allen **Hospiz-Initiativen** des Bundeslandes Salzburg durch ausgebildete Trauerbegleiter/innen angeboten.

Weitere Informationen bzw. die Termine für das zweite Halbjahr 2019 erhalten Sie unter 0662/82 23 10-19 sowie auf unserer Homepage: www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer

Hospiz-Initiativen in Stadt & Land Salzburg

Hospiz Initiative Salzburg-Stadt & Lebensraum Tageshospiz

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
Telefon 0662/822310-16
stadt@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Flachgau | Neumarkt

5202 Neumarkt, Salzburger Straße 5
Telefon 0676/848210-555
flachgau@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Flachgau | Oberndorf

5110 Oberndorf, Paracelsusstraße 37
Telefon 0676/848210-600
oberndorf@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Tennengau

5400 Hallein, Bürgermeisterstraße 34
Telefon 0676/848210-558
tennengau@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Pongau

5500 Bischofshofen, Pestalozzigasse 6
Telefon 0676/848210-560
bischofshofen@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Enns-Pongau

5550 Radstadt, Lebzelterau 8
Telefon 0676/848210-564
radstadt@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Pinzgau | Zell am See

5700 Zell am See, Seehofgasse 2
Telefon 06542/72933-40 & 0676/848210-557
zellamsee@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Pinzgau | Saalfelden

5760 Saalfelden, Obsmarktstraße 15b
Telefon 0676/848210-556
saalfelden@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Oberpinzgau

5730 Mittersill, Lendstraße 14a
Telefon 0676/848210-565
oberpinzgau@hospiz-sbg.at

Hospiz Initiative Lungau

5580 Tamsweg, Bahnhofstraße 17
Telefon 06474/26875 & 0676/848210-472
lungau@hospiz-sbg.at



Kontaktstelle Trauer der Hospiz-Bewegung Salzburg

Allgemeine Infos zu Kreativangeboten:

Alle Termine können auch einzeln besucht werden.

Anmeldung Veranstaltungen:

Bitte telefonisch: **0662/82 23 10** (falls der Anruferbeantworter läuft, hinterlassen Sie bitte neben dem Veranstaltungstitel Namen und Telefonnummer)

Teilnahmebeitrag/Veranstaltung bzw. Termin:

- 5 Euro/Termin, zahlbar vor Ort
- 50 Euro/Geleitete Trauergruppe für 8 Abende
- Kostenlos sind: Wanderungen, Spaziergänge, offene Trauergruppen und Einzeltrauerbegleitung

Ort:

Buchholzhofstraße 3a, 5020 Salzburg

Sprechstunde:

Dienstag, 8:30–12:30 Uhr und nach Vereinbarung

Infos/Anmeldung Sprechstunde:

Da wir uns ausreichend Zeit für Sie und Ihre Anliegen nehmen möchten, ersuchen wir Sie um Voranmeldung zur Sprechstunde unter

kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at

0662/82 23 10-19 oder 0676-84 82 10-554



EIN ANGEBOT VON

HOSPIZ

HOSPIZ BEWEGUNG Salzburg

„Das Leben wieder schmecken“

In Zeiten der Trauer kann es hilfreich sein, mit Menschen zusammen zu kommen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich im gemeinsamen Kochen, im Austausch und Tun Unterstützung geben.

Wir werden einfache Gerichte gemeinsam zubereiten und essen. Dabei können sich ganz zwanglos Gespräche über Trauer, Erlebnisse, Gefühle und Rituale ergeben.

Termine & Ort:

Dienstag, 19.2.2019, 17:00–12:00 Uhr

Dienstag, 2.4.2019, 10:00–13:00 Uhr

Dienstag, 21.5.2019, 17:00–20:00 Uhr

Lebensraum Tageshospiz/Küche, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Erni Ehrenreich, Trauerbegleiterin



Trauer braucht Worte

„Nur Liebe und Tod ändern alle Dinge.“

K. Gibran

Schreiben kann helfen, Gedanken zu sortieren und Gefühlen Ausdruck zu verleihen, um so wieder Ordnung in das innere Chaos zu bringen.

Termine & Ort:

Donnerstag, 14.2.2019, 18:00–19:30 Uhr

Donnerstag, 1.4.2019, 18:00–19:30 Uhr

Donnerstag, 30.5.2019, 18:00–19:30 Uhr

Anna-Raudauer-Saal im Lebensraum Tageshospiz

Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Gabriela Kainberger-Riedler,
Schreibpädagogin, Trauerbegleiterin



Trauerspaziergänge

„Gehen ist die beste Medizin.“

Hippokrates

Ein kurzes Stück Weg mit Gleichgesinnten gehen, sich austauschen, die Kraft der Natur spüren, um wieder Zuversicht und Kraft zu tanken. Gehzeit ca. 1,5 Stunden, Möglichkeit zur Einkehr in ein Café.

Termine & Ort:

Samstag, 16.2.2019, 10:00–11:30 Uhr

Samstag, 23.3.2019, 10:00–11:30 Uhr

Samstag, 1.6.2019, 10:00–11:30 Uhr

Treffpunkt: Lebensraum Tageshospiz, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen



„Ich male meine Trauer“

Im Prozess des Malens ist Raum für Begegnung mit mir und Anderen - Veränderung und Wandel können geschehen. Es kann hilfreich sein, wenn Gefühle der Trauer durch Farben ausgedrückt und nach außen gebracht werden. Im Miteinander findet sich auch Zeit für Gespräche und Austausch.

Termine & Ort:

Mittwoch, 6.3.2019, 17:30–19:30 Uhr

Mittwoch, 17.4.2019, 17:30–19:30 Uhr

Mittwoch, 22.5.2019, 17:30–19:30 Uhr

Hospiz-Bewegung Salzburg, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Christa Seiss, Kunsttherapeutin, Trauerbegleiterin



Wechselnde Pfade

Eine achtsame Wanderung für alle Menschen mit Verlusten. Auf diesem gemeinsamen Weg möchten wir Gesprächen, Gefühlen und Erinnerungen Raum und Zeit geben. Die Bewegung in der Natur kann uns helfen, wieder Schritt für Schritt das Leben zu spüren.

Termine & Ort:

Samstag, 27.4.2019, 9:00–12:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz der Österr. Bundesforste Hintersee, 5324 Vordersee, Seestraße

Leitung:

Alexandra Moche, Einsatzleiterin des Hospizteams Flachgau Neumarkt



Geleitete Trauergruppe

In einer Gruppe mit festem Personenkreis und vertrauter Atmosphäre werden wir uns an 8 Abenden mit verschiedenen Themen der Trauer und Alltagsbewältigungen auseinandersetzen.

Termine & Ort:

19.2. | 5.3. | 19.3. | 2.4. | 16.4. | 30.4. | 14.5. | 28.5.2019

jeweils Dienstag, 18:00–20:00 Uhr

weitere geleitete Trauergruppen auf Anfrage

Anna-Raudauer-Saal im Lebensraum Tageshospiz

Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Erni Ehrenreich und Ingrid Raderbauer,
ehrenamtliche Hospiz- und Trauerbegleiterinnen

Anmeldung und ein Vorgespräch mit der Leiterin der Kontaktstelle Trauer sind erforderlich.

