



## 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

### Gesprächsgruppen in der Stadt Salzburg:

- **Geleitete Trauergruppe I** jeweils Mittwoch, 18:00–20:00 Uhr | Anna-Raudauer-Saal, Lebensraum TH  
Termine: 4.9. | 18.9. | 2.10. | 16.10. | 30.10. | 13.11. | 27.11. | 11.12.2019
- **Geleitete Trauergruppe II** jeweils Dienstag, 18:00–20:00 Uhr | Anna-Raudauer-Saal, Lebensraum TH  
Termine: 5.11. | 19.11. | 3.12. | 17.12.2019 | 7.1. | 21.1. | 4.2. | 18.2.2020
- **Offene Trauergruppe** jeweils Montag, 19:00–21:00 Uhr,  
Termine: 1.7. | 5.8. | 2.9.2019 in der Hospiz-Bewegung Salzburg  
7.10. | 4.11. | 2.12.2019 im Bildungszentrum St. Virgil

### Gesprächsgruppe im Tennengau:

- **Offene Trauergruppe** jeweils Montag, 18:30–20:00 Uhr in der Landesklinik Hallein,  
Termine: 15.7. | 19.8. | 16.9. | 21.10. | 18.11. | 16.12.2019

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

Weitere Informationen bzw. die Termine für das erste Halbjahr 2020 erhalten Sie unter 0662/82 23 10-19 sowie auf unserer Homepage: [www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer](http://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, Rathausplatz 4  
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 (ausgenommen geleitete Trauergruppe) können einzeln gebucht bzw. besucht werden und sind nicht aufeinander aufbauend.

### 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**



# „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, 17.9.2019, 16:30–19:30 Uhr  
Dienstag, 15.10.2019, 16:30–19:30 Uhr  
Dienstag, 19.11.2019, 16:30–19:30 Uhr

Lebensraum Tageshospiz/Küche, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

## Leitung:

Ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen



# 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, 24.10.2019, 18:00–19:30 Uhr  
Donnerstag, 28.11.2019, 18:00–19:30 Uhr  
Donnerstag, 9.1.2020, 18:00–19:30 Uhr

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, 21.9.2019, 10:00–11:30 Uhr  
Samstag, 5.10.2019, 10:00–11:30 Uhr  
Samstag, 9.11.2019, 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, 9.10.2019, 17:30–19:30 Uhr  
Mittwoch, 6.11.2019, 17:30–19:30 Uhr  
Mittwoch, 4.12.2019, 17:30–19:30 Uhr

Lebensraum Tageshospiz, 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, 28.9.2019, 9:00–12:00 Uhr

Raum Stadt Salzburg

Treffpunkt: Parkplatz Hellbrunn, Eingang Spielplatz

## Leitung:

Ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen



# Geleitete Trauergruppen

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

## Trauergruppen I und II – Termine & Ort:

**I:** 4.9. | 18.9. | 2.10. | 16.10. | 30.10. | 13.11. | 27.11. | 11.12.2019  
jeweils Mittwoch, 18:00–20:00 Uhr

**II:** 5.11. | 19.11. | 3.12. | 17.12.2019 | 7.1. | 21.1. | 4.2. | 18.2.2020  
jeweils Dienstag, 18:00–20:00 Uhr

Lebensraum Tageshospiz, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

## Leitung:

Ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen

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

