

# trauer und trost



© Fotolia #144625165

Angebote für trauernde Menschen | 06–12/20



## 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.

## 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.

### Trauergruppe 1:

16.9. | 30.9. | 14.10. | 28.10. | 4.11. | 25.11. | 9.12. | 16.12.2020  
jeweils Mittwoch, 18:30–20:30 Uhr

### Trauergruppe 2:

Termine 2020: 1.12. | 15.12. | 29.12.2020  
Termine 2021: 12.1. | 26.1. | 9.2. | 23.2. | 16.3.2021  
jeweils Dienstag, 18:00–20:00 Uhr

Anna-Raudauer-Saal im Lebensraum Tageshospiz  
Buchholzhoferstraße 3, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

### Leitung:

Ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen

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



## Offene Trauergruppen & Einzeltrauerbegleitung

### Offene Trauergruppe Stadt Salzburg – Termine & Ort:

8.6. | 6.7. | 3.8. | 7.9. | 5.10. | 2.11. | 7.12.2020  
Montags, jeweils von 19:00–21:00 Uhr

Bildungszentrum St. Virgil, Ernst-Grein-Straße 14, Salzburg

### Offene Trauergruppe Tennengau – Termine & Ort:

15.6. | 20.7. | 17.8. | 21.9. | 19.10. | 16.11. | 21.12.2020  
Montag, jeweils von 18:30–20:00 Uhr

Landeslinik Hallein (Seminarraum 2), Bürgermeisterstr. 34, Hallein

**Einzeltrauerbegleitung** wird in allen **Hospiz-Initiativen** des Bundeslandes Salzburg (Adressen siehe Rückseite) durch ausgebildete Trauerbegleiter/innen angeboten.

Darüber hinaus finden **Trauergruppen für Eltern** und für **junge Erwachsene** ab Juni in dreiwöchigem Abstand statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Kontaktstelle Trauer sowie unter: [www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer](http://www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer)



## Informationen für Teilnehmer/innen an Trauergruppen

Es ist der Hospiz-Bewegung Salzburg wichtig, die derzeit geltenden Bestimmungen und erforderlichen **Schutzmaßnahmen gegen eine Infektion mit Covid-19** einzuhalten.

Wir ersuchen für die Teilnahme an den Trauergruppen um **Einhaltung folgender hygienischer Vorgaben:**

- ♥ **Tragen eines Mund- und Nasenschutzes** beim Kommen und Gehen
- ♥ **Keine körperlichen Berührungen** wie Händeschütteln etc.
- ♥ **Händewaschen vor und nach der Teilnahme** an einem Gruppentreffen
- ♥ Mindestens **einen Meter Abstand** halten

**Auch wenn es notwendig ist, äußerlich Abstand zu halten, sind Begegnung, Gespräch, Austausch und Anteilnahme wichtiger denn je.**

## Kontaktstelle Trauer der Hospiz-Bewegung Salzburg

### Anmeldung Veranstaltungen:

Bitte telefonisch: **0662/82 23 10**

(falls der Anrufbeantworter läuft, hinterlassen Sie bitte neben dem Veranstaltungstitel Ihren Namen und Ihre Telefonnummer)

### Allgemeine Informationen:

Alle Termine (ausgenommen geleitete Trauergruppe) können auch einzeln gebucht bzw. besucht werden und sind nicht aufeinander aufbauend.

### Teilnahmebeitrag

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

### Anmeldung Sprechstunde:

Dienstag, 8:30–12:30 Uhr und nach Vereinbarung  
Da wir uns ausreichend Zeit für Sie und Ihre Anliegen nehmen möchten, ersuchen wir Sie um Voranmeldung zur Sprechstunde unter

### Ort:

Buchholzhoferstraße 3a, 5020 Salzburg

[kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at](mailto:kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at)

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



EIN ANGEBOT DER

**HOSPIZ**

HOSPIZ BEWEGUNG Salzburg

Schutzmaßnahmen  
Covid-19

# „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, 22.9.2020, 17:00 – ca. 19:30 Uhr

Dienstag, 17.11.2020, 17:00 – ca. 19:30 Uhr

Dienstag, 19.1.2021, 17:00 – ca. 19:30 Uhr

Lebensraum Tageshospiz/Küche, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

#### Leitung:

Gaby Hinterhöller, 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:

4.6. | 23.7. | 27.8. | 22.10. | 3.12.2020

jeweils Donnerstag von 18:00 bis 19:30 Uhr

Anna-Radauer-Saal/Lebensraum Tageshospiz

Buchholzhofstraße 3, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

#### Leitung:

Gabriela Kainberger-Riedler, Schreibpädagogin, Trauerbegleiterin



# Wandern mit Trauernden

Eine kleine Wanderung, ein längerer Spaziergang ... ermöglicht mit anderen Betroffenen, die Kraft der Natur zu spüren, sich auszutauschen und aufzutanken.

#### Termine & Ort:

6.6. | 4.7. | 8.8. | 5.9. | 3.10. | 7.11. | 5.12.2020

jeweils Samstag von 9:30 bis ca. 11:30 Uhr

Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

(Stadtgebiet Salzburg/mit öffentlichen Verkehrsmittel erreichbar)

#### Leitung:

Erni Ehrenreich, Trauerbegleiterin



# „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:

Montag, 28.9.2020, 17:00–19:00 Uhr

Montag, 19.10.2020, 17:00–19:00 Uhr

Montag, 16.11.2020, 17:00–19:00 Uhr

Montag, 14.12.2020, 17:00–19:00 Uhr

Raum der Stille/Lebensraum Tageshospiz

Buchholzhofstraße 3, Salzburg

#### Leitung:

Christa Seiss, Kunsttherapeutin, Trauerbegleiterin



# Hospiz-Initiativen in Stadt & Land Salzburg

#### Hospiz Initiative Salzburg-Stadt & Lebensraum Tageshospiz Salzburg

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

#### Hospiz Initiative Flachgau | Neumarkt

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

#### Hospiz Initiative Flachgau | Oberndorf

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

#### Hospiz Initiative Tennengau

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

#### Hospiz Initiative Pongau

5500 Bischofshofen, Rathausplatz 4  
☎ 0676/848210-560  
bischofshofen@hospiz-sbg.at

#### Hospiz Initiative Enns-Pongau

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

#### Hospiz Initiative Pinzgau | Teams Zell am See & Saalfelden Lebensraum Tageshospiz Pinzgau

5771 Leogang, Sonnrain 34  
☎ Teams: 0676/848210-556  
☎ Lebensraum: 06583/93028  
saalfelden@hospiz-sbg.at

#### Hospiz Initiative Oberpinzgau

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

#### Hospiz Initiative Lungau

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

