

trauer und trost



Angebote für trauernde Menschen | 07-12/22

 **Kontaktstelle**
TRAUER

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:

13.9. • 8.11.2022 • 10.1.2023
jeweils Dienstag von 18.00 bis 20.30 Uhr

Lebensraum Tageshospiz/Küche, Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Gaby Hinterhöller, Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



Trauer braucht Worte

„Nur Liebe und Tod ändern alle Dinge.“ K. Gibran

Ganz egal, wie lange ein Verlust zurückliegt, Trauer braucht Worte! Unter Anleitung zu verschiedenen Themen kann aus diesen Worten ein persönliches Erinnerungsbuch entstehen.

Die angebotenen Termine bauen aufeinander auf, daher empfehlen wir eine Teilnahme an allen Terminen; keine Schreibfahrung erforderlich.

Termine & Ort:

6.10. • 20.10. • 3.11.2022
jeweils Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr

Anna-Radauer-Saal/Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

Leitung:

Gabriela Kainberger-Riedler, Schreibpädagogin & Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



Farbige Kleckse in graue Tage

„Im Tun bei dir – mit Kleister, Farbe und Papier“

In jedem von uns stecken kreative Kräfte, die im Trauerprozess unterstützend wirken können. Im Prozess des kreativen Gestaltens einer Erinnerungsbox, Collagen, Bilderrahmen, Kerzen, etc. ist Raum für Begegnung mit sich selbst und anderen. Eigene kreative Wege im Umgang mit der Trauer sowie der veränderten Zukunft können sich auf tun. Im Miteinander findet sich auch Zeit für Gespräche und Austausch.

Termine & Ort:

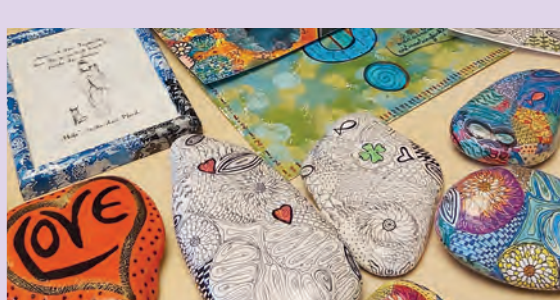
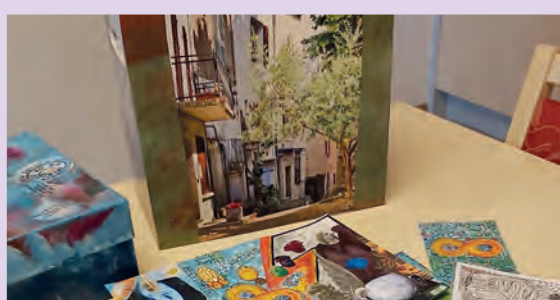
24.9. • 5.11.2022 • 14.1.2023
jeweils Samstag von 9:30 bis ca. 12:00 Uhr

Anna-Radauer-Saal/Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3a, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

Leitung:

Helga Maria Korosec, Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



Leuchttürme in stürmischen Zeiten – eigene Stärken stärken

Leuchttürme sind Wegweiser und Orientierungshilfen, Ressourcen auf dem abenteuerlichen Weg durch das Leben. Wir tragen sie in uns durch Talente, durch persönliche Eigenschaften und Neigungen, aber auch durch erworbene Kompetenzen, Erfahrungen und Erlebnisse. Gemeinsam heben wir bereits vorhandene Schätze und ziehen daraus Stärkung für die weitere Lebensgestaltung. Biographiearbeit, Schreiben und kreative Elemente unterstützen uns dabei.

Termine & Ort:

Freitag 18.11.2022, ab 16:00 Uhr und
Samstag 19.11.2022, ab 9:00 bis ca. 17:30 Uhr

Anna-Radauer-Saal/Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

Leitung:

Gabriela Kainberger-Riedler, Schreibpädagogin & Trauerbegleiterin
Ingrid Raderbauer, Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



Spaziergänge mit Trauernden

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

Termine & Ort:

27.8. • 17.9. • 22.10. • 19.11. • 17.12.2022 • 28.1.2023
jeweils Samstag von 9:30 bis 11.30 Uhr

Treffpunkt: Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Helga Maria Korosec, Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



Trauergruppe für junge Erwachsene

In einer Lebensphase, in der junge Erwachsene mit der eigenen Zukunftsplanung und persönlichen Entwicklung beschäftigt sind, stellt sie der Tod eines nahen Angehörigen oftmals vor ganz besondere Aufgaben der Trauerverarbeitung und Lebensbewältigung.

Die Trauergruppe für junge Erwachsene richtet sich an junge Menschen, die sich im Rahmen regelmäßiger und begleiteter Treffen mit anderen Betroffenen austauschen möchten.

Termine & Ort:

7.7. • 8.9. • 13.10. • 10.11. • 15.12.2022
jeweils Donnerstag von 19:00 bis 21:00 Uhr

Anna-Radauer-Saal/Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3a, Salzburg (Eingang rechts/Landesleitung)

Vorgespräch erforderlich:

Anmeldung unter 0676/83749-602



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.

Trauergruppen und Einzeltrauerbegleitung

Trauergruppen mit festem Personenkreis werden von der Hospiz-Bewegung Salzburg angeboten und finden laufend statt. In vertrauter Atmosphäresetzen wir uns mit verschiedenen Themen der Trauer und Alltagsbewältigungen auseinander.

Offene Trauergruppen gibt es in allen Gauen; z. T. ist eine Anmeldung möglich, aber nicht erforderlich.

Einzeltrauerbegleitung durch ausgebildete Trauerbegleiter*innen; Anmeldung unter den jeweils angegebenen Telefonnummern.

Nähere Informationen, Termine, ... zu diesen Angeboten erhalten Sie bei der Kontaktstelle Trauer sowie finden Sie unter:

www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer



Offene Trauergruppen und Einzeltrauerbegleitung in den verschiedenen Hospiz-Initiativen

Stadt Salzburg

Offene Trauergruppe im Bildungshaus St. Virgil
Ernst-Grein-Straße 14, 5026 Salzburg

4.7. • 1.8. • 5.9. • 3.10. • 7.11. • 5.12.2022 • 9.1.2023
jeweils am Montag von 19:00 bis 21:00 Uhr

Anmeldung erbeten bei Silvia Schilchegger unter:
0676/837 49-602, kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at

Flachgau

Offene Trauergruppe im Gemeindeamt Hof
Postplattenstraße 1, 5322 Hof bei Salzburg

8.9. • 13.10. • 10.11. • 15.12.2022
jeweils am Donnerstag von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Elfriede Reischl unter: 0676/837 49-301,
flachgau@hospiz-sbg.at

Offene Trauergruppe im Ärztezentrum Neumarkt
Salzburger Straße 5, 5202 Neumarkt

21.9. • 19.10. • 16.11. • 21.12.2022
jeweils am Mittwoch von 18:00 bis 19:30 Uhr

Anmeldung möglich bei Elfriede Reischl unter: 0676/837 49-301,
flachgau@hospiz-sbg.at

Tennengau

Offene Trauergruppe in der Musikmittelschule (Bibliothek)
Davisstraße 17, 5400 Hallein-Burgfried

18.7. • 19.9. • 17.10. • 21.11. • 19.12.2022
jeweils am Montag von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Martina Gratz-Michelag unter:
0676/837 49-303, tennengau@hospiz-sbg.at

Pongau

Offene Trauergruppe im Pfarrsaal St. Veit im Pongau
Markt 1, 5621 St. Veit

7.7. • 4.8. • 1.9. • 6.10. • 3.11. • 1.12.2022
jeweils am Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Anja Toferer unter:
0676/837 49-304, bischofshofen@hospiz-sbg.at

Pinzgau

Offene Trauergruppe im Pfarrcafé
Stadtplatz 5b, 5700 Zell am See

8.7. • 5.8. • 2.9. • 7.10. • 4.11. • 2.12.2022
jeweils am Freitag von 18:00 bis 20:00 Uhr

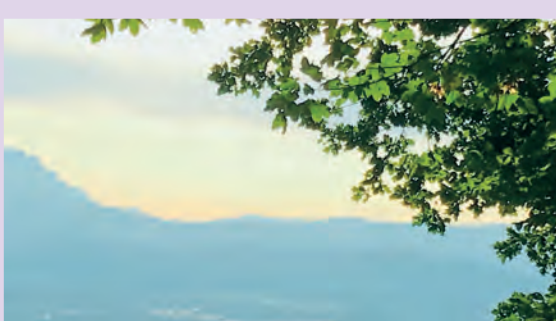
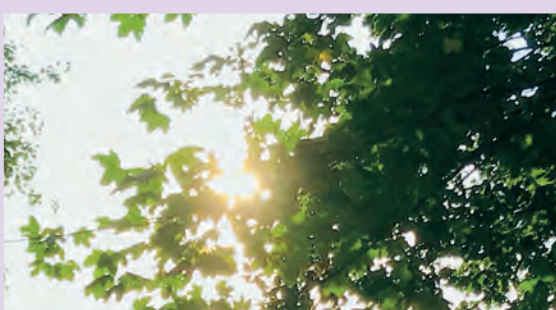
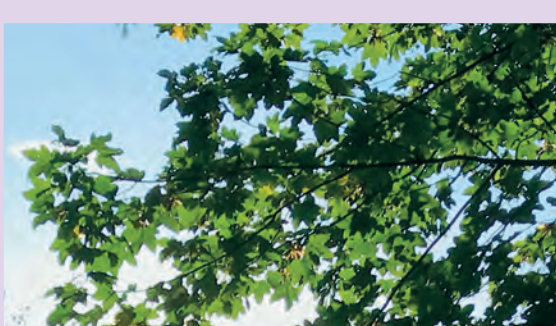
Anmeldung möglich unter:
0676/837 49-306, zellamsee@hospiz-sbg.at

Lungau

Offene Trauergruppe im Sozialzentrum Lungau – Q4
Postplatz 4, 5580 Tamsweg

6.7. • 3.8. • 7.9. • 5.10. • 2.11. • 7.12.2022
jeweils am Mittwoch von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Liesi Huber unter:
0676/84 82 10-472, lungau@hospiz-sbg.at



Über alle Hospiz-Initiativen kann Einzeltrauerbegleitung in Anspruch genommen werden.

Kontakt über die jeweils angeführte Einsatzleiterin.

Unterstützung für Trauernde – erhältlich in der ...

Das »**Trauer-Trost-Buch**« macht Trauer sichtbar, erfassbar und beschreibbar, vor allem soll es trauernde Menschen „verführen“ zu einem lebendigen Umgang mit all dem, was in Zeiten der Trauer bewegt.

Die **Broschüre „Trauer und Trost“** möchte mit Information und Gedanken Verständnis schaffen für das umfassende Phänomen Trauer. Sie richtet sich sowohl an Trauernde als auch an Begleiter*innen.

Das **Brettspiel »Trau' dich trauern«** unterstützt die Spieler*innen dabei, den eigenen Trauer-Weg zu gehen. Auch bestens geeignet, um Kindern und Jugendlichen die Themen näher zu bringen bzw. mit ihnen darüber zu sprechen.



... 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: Spaziergänge, offene Trauergruppen und Einzeltrauerbegleitung

Information und Anmeldung zur persönlichen Beratung:

kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at
0662/82 23 10-19 oder **0676/837 49-602**

Ort:

Buchholzhofstraße 3a, 5020 Salzburg