

trauer und trost



© AdobeStock_1_44625165

Angebote für trauernde Menschen | 01–06/23



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:

10.1. • 28.2. • 25.4. • 20.6.2023

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.

Termine & Ort:

2.3. • 13.4. • 4.5.2023

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 auftun. Im Miteinander findet sich auch Zeit für Gespräche und Austausch.

Termine & Ort:

14.1. • 25.3. • 13.5.2023

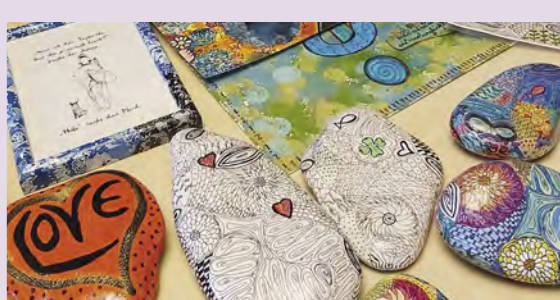
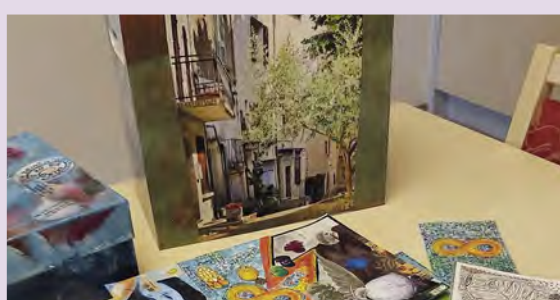
jeweils Samstag von 9:30 bis ca. 12:00 Uhr

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:

Samstag, 15.4.2023 von 9.00 bis 18.00 Uhr

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

Leitung:

Gabriela Kainberger-Riedler, Schreibpädagogin & Trauerbegleiterin
Ingrid Raderbauer, Trainerin für Biografiearbeit & Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



© AdobeStock_1_52975717

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:

28.1. • 11.3. • 22.4. • 3.6.2023

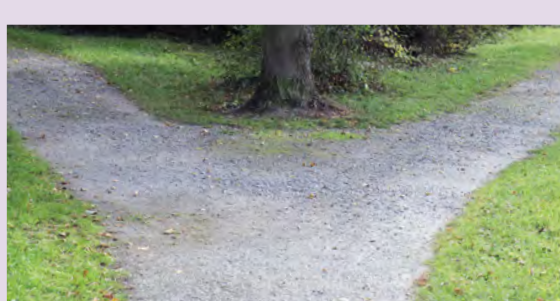
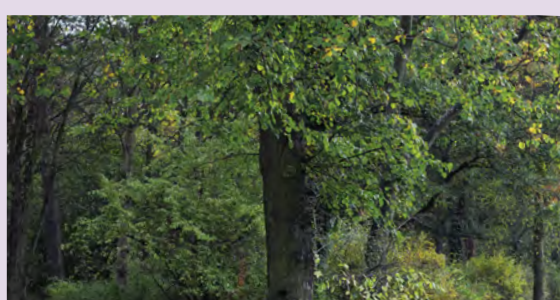
jeweils Samstag von 9:30 bis 11.00 Uhr

Treffpunkt: Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Leitung:

Helga Maria Korosec, Trauerbegleiterin

Anmeldung erforderlich!



© AdobeStock_93555141

Begegnungscafé für Trauernde

Das Begegnungscafé für Trauernde ist ein Angebot für alle, die wegen eines bedeutsamen Verlustes trauern, sich auf ihrem Trauerweg begleiten, unterstützen und beraten lassen möchten, einen neutralen Raum für ihre Trauer finden wollen und in zwangloser Atmosphäre über ihre Trauer sprechen oder einfach zuhören und da sein wollen. Das Begegnungscafé ist ein offener Ort, unabhängig von Konfession und Nationalität und davon, wie lange der Verlust zurückliegt.

Termine & Ort:

25.3. • 22.4. • 20.5. • 17.6.2023

jeweils Samstag von 10.00 bis 12.00 Uhr

Bildungshaus St. Virgil, Ernst-Grein-Straße 14, 5020 Salzburg

Leitung:

Lucia Luber, Silvia Schilchegger und Anja Toferer,
Trauerbegleiterinnen

Um Anmeldung wird gebeten!



© AdobeStock_19592283

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.

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:

19.1. • 16.2. • 16.3. • 20.4. • 25.5. • 22.6.2023
jeweils Donnerstag von 19:00 bis 21:00 Uhr

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

Vorgespräch erforderlich:

Anmeldung unter 0662/822310-19 oder 0676/83749-602



Offene Trauergruppen und Einzeltrauerbegleitung in den verschiedenen Hospiz-Initiativen

Stadt Salzburg

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

9.1. • 6.2. • 6.3. • 3.4. • 8.5. • 5.6.2023
jeweils am Montag von 19:00 bis 21:00 Uhr

Anmeldung erbeten bei Silvia Schilchegger unter:
0676/83749-602, kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at

Flachgau

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

12.1. • 9.2. • 9.3. • 13.4. • 11.5. • 15.6.2023
jeweils am Donnerstag von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Elfriede Reischl unter:
0676/83749-301, flachgau@hospiz-sbg.at

Offene Trauergruppe im Ärztezentrum Neumarkt
Salzburger Straße 5, 5202 Neumarkt

18.1. • 15.2. • 15.3. • 19.4. • 17.5. • 21.6.2023
jeweils am Mittwoch von 18:00 bis 19:30 Uhr

Anmeldung möglich bei Elfriede Reischl unter:
0676/83749-301, flachgau@hospiz-sbg.at

Offene Trauergruppe im Seniorenwohnhaus Oberndorf
Gästeraum, Paracelsusstraße 18, 5110 Oberndorf

28.2. • 28.3. • 25.4. • 30.5. • 27.6.2023
jeweils am Dienstag von 18.30 bis 20.00 Uhr

Anmeldung möglich bei Maria Kohlbacher unter:
0676/83749-302, oberndorf@hospiz-sbg.at

Tennengau

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

16.1. • 20.2. • 20.3. • 17.4. • 15.5. • 19.6.2023
jeweils am Montag von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Martina Gratz-Michelag unter:
0676/83749-303, tennengau@hospiz-sbg.at

Pongau

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

5.1. • 2.2. • 2.3. • 6.4. • 4.5. • 1.6.2023
jeweils am Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr

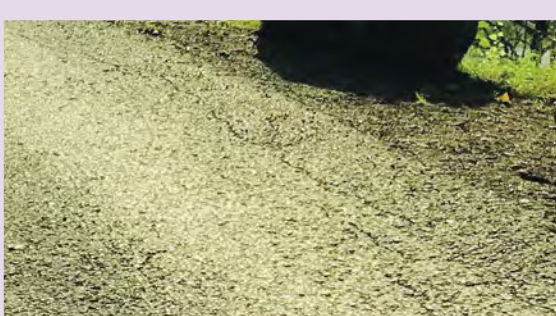
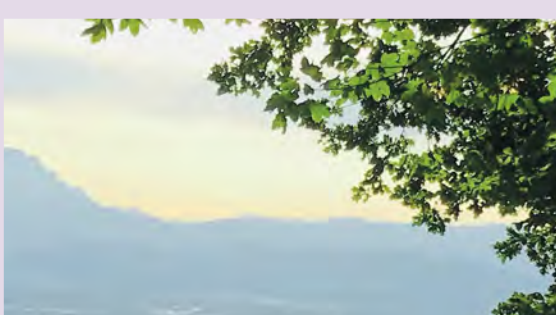
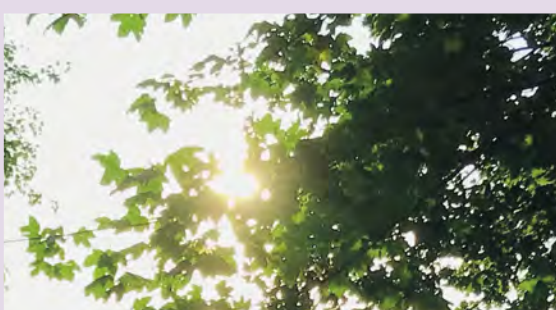
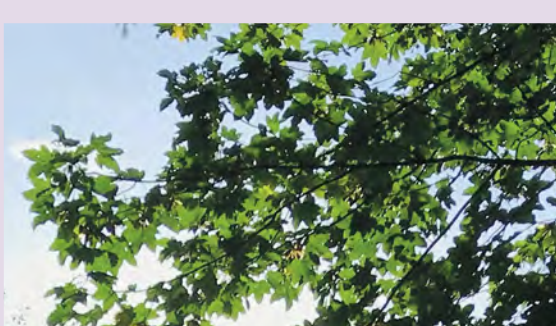
Anmeldung möglich bei Anja Toferer unter:
0676/83749-304, bischofshofen@hospiz-sbg.at

Lungau

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

4.1. • 1.2. • 1.3. • 5.4. • 3.5. • 7.6.2023
jeweils am Mittwoch von 18:30 bis 20:00 Uhr

Anmeldung möglich bei Liesi Huber unter:
0676/848210-472, 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 10-19** oder **0676/83749-602**

(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
0662/822310-19 oder **0676/83749-602**

Ort:

Buchholzhoferstraße 3a, 5020 Salzburg