



**Begleitung in
der Trauer**
ein Gruppenangebot

Palliativ Zug

vernetzt – informiert – sensibilisiert

Sie sind vom Tod eines nahestehenden Menschen betroffen. Nichts ist mehr, wie es einmal war. Der einschneidende Verlust hat Sie in ihrem Da-Sein ergriffen. Mit dem Tod jenes Menschen ist in Ihrem Leben ein Vakuum entstanden, dessen Umgang Sie am Lernen sind.

Die Gefühle, die sich damit verbinden, zeigen sich in den verschiedensten Farben und Facetten.

In der Trauergruppe haben Sie die Möglichkeit, unter fachlicher Begleitung über acht Abende ihrer spezifischen Situation Raum und Zeit zu geben und im Austausch mit anderen sich mit ihrer Trauer auseinanderzusetzen.

Sie werden in der Trauergruppe

- einen Ort finden, an dem Sie sich mit Ihren vielschichtigen Gefühlen und Ihren oft bedrängenden Fragen ernstgenommen und verstanden werden;
- erfahren, dass es nicht eine einzige Form des Trauerns gibt, sondern dass diese geprägt ist von Ihrer Persönlichkeit, Ihrer eigenen Lebensgeschichte und den früheren Verlusterfahrungen in Ihrem Leben;
- einen erweiterten Zugang zu Ihren Gefühlen entdecken und dabei erleben, dass der Weg durch die Trauer auch eine heilsame und entlastende Wirkung haben kann;
- den Mut entwickeln, auch über schwierige Erfahrungen aus der Zeit des Zusammenlebens mit dem/der Verstorbenen zu reden und damit in Dankbarkeit den tragenden Erinnerungen neue Wirkungskraft verleihen;
- erfahren, dass auch belastende Gefühle wie Wut und Verzweiflung, Schuld und Scham, im Schutz und Austausch der Gruppe ihren Platz haben;
- lernen, auf Ihre persönlichen Kraftquellen zu achten und diese zu nutzen, um die Verlusterfahrung als Anstoß zu neuer Entwicklung und persönlichem Wachsen zu sehen;

- konkrete Anregungen erhalten, wie Sie Ihrer Trauer im Alltag Ausdruck verleihen und Ihre eigenen Rituale in Erinnerung an ihren vertrauten Menschen pflegen können;
- den besonderen Wert des Austauschs und Kontakts mit anderen Trauernden entdecken und dabei die stärkende Kraft menschlicher Beziehungen erfahren.

Zielgruppe

Die Trauergruppe richtet sich an Erwachsene, die vom Tod eines nahestehenden Menschen betroffen sind. Sie sind unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Alter, Religion oder Zeitpunkt des Todes dazu eingeladen, an der Trauergruppe teilzunehmen.

Vorgespräch

Für Interessierte findet ein Vorgespräch mit einer der Leitungspersonen statt. Dieses Gespräch ist Voraussetzung und dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Klärung des Anliegens zur Teilnahme an der Trauergruppe.

Arbeitsweise

Die inhaltliche Gestaltung orientiert sich am individuellen Trauerprozess der Teilnehmenden. Die methodische Gestaltung der Einheiten besteht in einem sich wiederholenden Ablauf von Erfahrungsaustausch, Bearbeitung eines konkreten Themas sowie dem Festhalten von Gedanken zum eigenen Trauerprozess zwischen den Einheiten.

Gruppengrösse

6 bis 8 Teilnehmende

Ort

Reformiertes Kirchenzentrum, Bundesstrasse 15, Zug

Daten

Mittwoch, 2. / 9. / 16. / 23. April, 7. / 21. Mai /
4. / 18. Juni 2025, jeweils 17.30 – 20.00 Uhr

Die ersten vier Einheiten finden im wöchentlichen, die zweiten vier im vierzehntäglichen Rhythmus statt.

Leitung

Rita Kälin-Schmid, Trauer- und Ritualbegleiterin,
Religionspädagogin, Kindergärtnerin, Steinhausen
www.trauerbegleitung-kaelin.ch

Irmgard Schmid-Schuler, Trauerbegleiterin,
Supervisorin/Coach SAAP/ZHAW,
Erwachsenenbildnerin aeb, Baar und Luzern
www.trauerräume-lebensräume.ch

Kosten

Unkostenbeitrag von CHF 50.00 pro Einheit /
Total CHF 400.00 für alle 8 Einheiten (inkl. Vorgespräch).

Die Trauergruppe wird durch finanzielle Beiträge der beiden Trägerschaften sowie einer Zuger Stiftung unterstützt.

Auskunft

Irmgard Schmid-Schuler, Rathausstrasse 5, 6340 Baar
Telefon 079 777 37 04, E-Mail: irmgardschmid@bluewin.ch

Anmeldung

bis spätestens Mittwoch, 19. März 2025 an:
info@palliativ-zug.ch

Palliativ Zug

vernetzt – informiert – sensibilisiert

Informations- und Beratungsstelle,
c/o Spitex Kanton Zug, Neuhofstrasse 19A, 6340 Baar
Tel. 078 334 08 80, info@palliativ-zug.ch, www.palliativ-zug.ch