

# Trauer

ist die natürliche Reaktion  
auf den Verlust eines nahen Menschen.

Ich dachte zu Beginn der Trauerzeit  
ich hätte alles im Griff.  
Plötzlich spüre ich nur noch  
Einsamkeit, Leere, Unverständnis.  
Ich erlebe mich von einer mir bisher  
unbekannten Seite.

Der Ausnahmezustand dauert an.

Trauern  
hat heilende Kraft

Sich auf Trauer einlassen  
und sie durchleben  
— egal wie lang es dauert —  
gibt Kraft, die ins Leben zurückführt.

Die Menschen in der Trauergruppe  
erfahren immer wieder neu,  
wie gut es tut,  
die Erfahrungen von anderen zu hören  
und sich mit ihnen auszutauschen.

# Wir bieten Ihnen an

die Begegnung mit anderen,  
die auch einen wichtigen Menschen  
verloren haben

einen geschützten Raum,  
wo Sie so sein dürfen,  
wie Sie sich gerade fühlen

ein Stück Begleitung auf Ihrem  
schweren Weg

Erwachsene jeden Alters  
sind willkommen, unabhängig davon,  
ob oder welcher Konfession sie  
angehören

# Gruppenbegleitung

Ihre Ansprechpartner:

**Elisabeth Mayrhofer**  
Trauerbegleiterin (KDFB)  
Tel.: 08171 - 76 519

**Bernhard Pletschacher**  
Hospizbegleiter, Trauerbegleiter (KDFB)  
Tel.: 08171 - 26251

**Angelika Bachmaier**  
Trauerbegleiterin  
Tel.: 08171 10107

Weitere aktuelle Informationen:

[www.trauergruppe-waldram.de](http://www.trauergruppe-waldram.de)

Kontakt auch als Email unter:

[info@trauergruppe-waldram.de](mailto:info@trauergruppe-waldram.de)

## DIE NACHTWOLKEN

Die Nachtwolken  
an deinem Himmel  
kann ich nicht vertreiben,  
deinen Schmerz  
kann ich nicht von dir nehmen,  
das Verlorene  
nicht wiederbringen.  
Lass mich dennoch,  
arm, wie ich bin,  
an deiner Seite bleiben,  
bis das Leben  
die zarte Spur der Hoffnung  
in dein Herz zeichnet.

Antje Sabine Naegeli



## Verborgener Schatz

Je schöner und voller die Erinnerung  
desto schwerer die Trennung  
Aber die Dankbarkeit verwandelt  
die Qual der Erinnerung  
in eine stille Freude

Dietrich Bonhoeffer

## Organisatorisches

Die Gruppe trifft sich in der Regel am  
letzten Dienstag eines Monats.

jeweils von **18:00h bis 19:30h**  
im Kath. Pfarrheim St. Josef der Arbeiter,  
Wolfratshausen-Waldram,  
Steinstraße 22

24. September 2024  
29. Oktober 2024  
26. November 2024  
17. Dezember 2024  
28. Januar 2025  
25. Februar 2025  
25. März 2025  
29. April 2025  
27. Mai 2025  
24. Juni 2025  
29. Juli 2025

Wenn Feiertage oder Ferien  
ungünstig liegen, verschieben wir.  
Auf Anfrage sind auch Treffen zwischen den  
angegebenen Terminen möglich.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Bei Interesse bitten wir um einen kurzen  
Anruf bei einem der Ansprechpartner.

## Trauergruppe



Es sind die Lebenden  
die den Toten die Augen schließen

Es sind die Toten  
die den Lebenden die Augen öffnen

(slawisches Sprichwort)