

*Trauer erfasst uns,
wenn wir einen
Menschen verlieren,
der in unserem Leben
eine besondere
Bedeutung hatte.*

*Trauer ist vielfältig.
Jeder Mensch trauert anders.
Trauernde erleben,
dass ihre Welt klein wird:
Nichts macht mehr Sinn,
nichts erfreut mehr,
und alles Tun wird zur Last.*

*In der Trauer steckt jedoch
auch die Erfahrung
des neuen Lebens
und des Wachstums.
Der Weg dorthin
kann lang sein
und erfordert große seelische
Anstrengung.*

*Manchmal ist es wichtig,
unterstützt zu werden.*

Bei Interesse

**an einer Trauergruppe
für Kinder, Jugendliche
und Erwachsene.**

**oder an einer
Einzelbegleitung
wenden Sie sich
bitte an:**

**Hospiz Oase e.V.
Reichenberger Straße 48
10999 Berlin
Tel.: 030 / 6189009
030 / 61287349
Fax: 030 / 6189967
Handy: 0172 / 9489855
E-Mail: hospiz.oase@web.de
Internet: www.hospiz-oase-web.de**



**Tag und Nacht erreichbar
unter Mobil: 01522 - 5133364**



**Spendenkonto
Hospiz Oase e.V.
Konto-Nr. 130 998 801
BLZ 100 400 00
Commerzbank Berlin**

**Manchmal
hat man das Gefühl,
in einem langen,
dunklen Tunnel
zu stecken ...**

**Durch den "Tunnel" hindurch
geht jeder Mensch auf seine Weise.
Wir möchten Sie darin unterstützen,
Ihren eigenen Weg zu finden und zu gehen.
Wir bieten Ihnen folgende Hilfen an:**

- Einzelgesprächsangebote**
für trauernde Menschen
- Gesprächsgruppen**
für Trauernde
- Gruppenangebote**
für Jugendliche und für Kinder,
die um einen nahestehenden
Menschen trauern
- Beratungsangebote**
für Menschen,
die mit trauernden Kindern
und Jugendlichen im Kontakt sind

Den eigenen Weg finden

Trauer kann ein Irrgarten sein,
aus dem es keinen Ausweg
zu geben scheint.

Jeder Mensch muss seinen Weg
durch diesen Irrgarten
selbst finden, doch viele
wünschen sich dabei Hilfe -
andere Menschen,
die sie an die Hand nehmen
oder einfach nur für sie da sind.
In der Trauer verarbeiten wir
unser seelisches Leid.
Hierfür gibt es keinen Königsweg,
kein Patentrezept -
jede Trauererfahrung ist individuell,
und jeder Trauernde
muss eigene Antworten
auf seine Fragen suchen
und seinen eigenen Weg gehen.

**"Man muss
durch das Leid
und
durch die Verzweiflung
hindurch,
um wieder ans Licht
zu kommen"
Hermann Hesse**



**Die Gesprächsgruppen
für Trauernde geben Raum:**

- sich mit Betroffenen auszutauschen**
- Gefühle, die mit dem Verlust eines Menschen verbunden sind, in ihrer Widersprüchlichkeit zuzulassen**
- sich den Aufgaben der Trauer zu stellen**

**"und immer wieder
holt der Schmerz
mich ein ..."**

**- Begleitung auf dem
Weg durch die Trauer**

**Die Gesprächsgruppen für
Trauernde geben Raum:**

- sich mit Betroffenen auszutauschen**
- Gefühle, die mit dem Verlust eines Menschen verbunden sind, in ihrer Widersprüchlichkeit zuzulassen**
- sich den Aufgaben der Trauer zu stellen**
- und neue Wege für sich zu entdecken**