

## Kontakt

Gruppenbegleitung und betroffene Mütter:

Lucia Mayr  
Telefon: 09073 2575  
E-Mail: lucia-miriam@web.de

## Spenden

Das Angebot ist kostenlos, wir freuen uns jedoch über Ihre Spende auf unser Konto:

Liga Bank  
IBAN DE22 7509 0300 0002 1617 61

Verwendungszweck:  
Verwaiste Eltern, Ortsgruppe Dillingen

Vielen Dank!

Die Selbsthilfegruppe Dillingen ist fachlich angeschlossen an den

Caritasverband für den Landkreis Dillingen/Donau e.V.  
Sozialpsychiatrischer Dienst  
Regens-Wagner-Straße 2  
89407 Dillingen  
Tel. 09071 70579-23



Gefördert durch den Runden Tisch der Krankenkassen Schwaben.

## Wenn Trauer sich wandelt

Trauer braucht einen Ort, wo sie sein darf,  
wo sie richtig ist, wo sie hingehört,  
denn wenn sie sich fehl am Platz fühlt,  
vergrößern sich Druck und Schmerz im Herzen.

Tränen brauchen einen Kanal,  
in dem sie fließen dürfen,  
um Herz und Augen, die Fenster der Seele,  
zu reinigen und auszuspülen,  
damit wir wieder fühlen und sehen können.

Schmerz braucht seine Zeit,  
in der er kommen und gehen kann,  
in Wellen, nicht auf einmal,  
da er sonst nicht auszuhalten wäre;  
Zeit zu wachsen, zu reifen und sich  
zu verwandeln in Liebe.

Die Liebe ist das Licht auf dem Weg  
und wird uns sicher führen ans Ziel,

*zu Dir.*

Regina Tuschl



Beratung und Begleitung nach dem Tod eines Kindes

Hauptgeschäftsstelle  
Verwaiste Eltern und trauernde  
Geschwister München e.V.  
Landesverband Bayern  
St.-Wolfgang-Platz 9  
81669 München  
Tel. 089/480 88 99-0  
Fax: 089/480 88 99-33

info@ve-muenchen.de  
www.ve-muenchen.de



*Der Trauer eine  
Heimat geben*

## Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen kann jede/r, die/der eine Tochter oder einen Sohn, gleich welchen Alters verloren hat. Sei es durch Tot- oder Frühgeburt, plötzlichen Säuglingstod, Unfall, Krankheit, Suizid oder Gewaltverbrechen – unabhängig von Alter, Weltanschauung oder Wohnort.

Eltern können kommen, wie sie sind – allein oder mit ihrem Partner – solange sie es wünschen oder die Gruppe als hilfreich erleben. Sie können in der Gruppe sprechen, sich einbringen oder einfach nur zuhören.

Unabhängig von der Teilnahme an der Gruppe können Hilfesuchende auch Einzelgespräche und/oder Telefonberatungen in Anspruch nehmen.

Bei Bedarf vermitteln wir auch Kontakt zu weiteren Hilfsangeboten.

## Wir treffen uns

**Jeden zweiten Dienstag im Monat  
um 19.00 Uhr**

im Haus St. Lukas („altes“ Krankenhaus)  
Konferenzraum, 1. Stock  
Regens-Wagner-Straße 2  
89407 Dillingen



## Was wird angeboten?

Im schützenden Raum unserer Gruppe können wir über unsere Kinder und unsere Trauer sprechen. Auch „negative“ Gefühle wie ohnmächtige Wut, Selbstvorwürfe, Scham und Schuld finden hier ihren Platz.

Ebenso teilen wir Probleme, die durch den Verlust eines Kindes entstehen können, wie Krisen in der Beziehung zum/r Partner/in, der Herkunftsfamilie, zu Freunden oder am Arbeitsplatz.

Gemeinsam suchen wir Schritt für Schritt nach neuen Wegen für unser Leben.

Durch verständnisvolles, einfühlsames Zuhören und dadurch, dass wir einander erlauben, Gefühle auszudrücken und zu durchleben – dadurch also, dass Trauer zugelassen wird und gezeigt werden darf – helfen wir uns auf dem langen und leidvollen Weg durch die Trauer.

Wir informieren uns außerdem gegenseitig über Literatur, weitere Hilfsangebote, Trauerseminare, Tagungen, Vorträge, etc.

Zuhören  
Hoffnung

Verständnis

Gespräch  
Unterstützung