

„Trauer in Bewegung“ wird auch 2026 angeboten

Erneut Aktivitäten für trauernde Menschen

Wolfenbüttel. Am ersten Januar-Sonntag heißt es wieder: „Trauer in Bewegung“. Es ist fast schon Tradition, dass die TrauerbegleiterInnen des Hospizvereins zum Jahresanfang einen Spaziergang am Stadtgraben anbieten.

Hier treffen sich Menschen, die um einen Nahestehenden trauern. Einige sind jeden Monat dabei, auch wenn der Verlust inzwischen schon eine Zeitlang zurückliegt. Trauer-Koordinatorin Tatjana Döring möchte gerade auch diejenigen anspre-

chen, die erst kürzlich jemanden verloren haben: „Trauernde öffnen sich im Gehen oft leichter. Sie kommen zwanglos mit anderen Betroffenen ins Gespräch oder auch mit den Trauerbegleiterinnen. Wer es vorzieht, kann



Beim gemeinsamen Spaziergang am „Stadtgraben“ können Gespräche hilfreich und unterstützend sein.

Foto: Eva-Christina Galanulis

auch schweigend den persönlichen Gefühlen und Gedanken folgen.“ Durch die Aktivität im Freien oder den Austausch untereinander schöpfen die Teilnehmer oft neue Kraft. Der durch den Trauerfall oft stark eingeengte innere Horizont weitet sich wieder. Sie erfahren Natur, Umgebung und Mitmenschen jetzt mit offeneren Sinnen, spüren wieder den tragenden Boden unter den Füßen – sind innerlich stabiler. Treffpunkt: Sonntag, 4. Januar, 14.30 Uhr am Lessingtheater.

Weitere Informationen: Hospizverein Wolfenbüttel, Telefon 05331 71067-0 (dienstags bis freitags 10 bis 14 Uhr); E-Mail: info@hospizzentrum-wf.de; Internet: www.hospizzentrum-wf.de.