

Erneut Aktivitäten für trauernde Menschen

Hospizverein: Das Projekt „Trauer in Bewegung“ wird auch 2025 angeboten



Bildunterschrift: Für trauernde Menschen wird wieder regelmäßig eine gemeinschaftliche Unternehmung angeboten. Schon für sich allein sind Spazierwege am „Ententeich“ und „Stadtgraben“ anregend. Darüber hinaus können Gespräche untereinander und mit den fachkundigen Trauerbegleiterinnen hilfreich und unterstützend sein. Foto: Eva-Christina Galanulis

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 Tatiana Döring möchte gerade auch diejenigen ansprechen, 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 auch schweigend den persönlichen Gefühlen und Gedanken folgen.“ Und Helga Hoffmann, Ehrenamtliche für die Begleitung von Trauernden, ergänzt: „Trauern und Gehen haben viel Gemeinsames. Es gibt leichte und auch anstrengende Etappen. Manchmal muss man auch einen Umweg in Kauf nehmen oder rechtzeitig eine Pause einplanen. Mal schafft man einen Abschnitt allein, mal ist man froh, jemanden an der Seite zu haben.“

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, 5. Januar, 14:30 Uhr am Lessingtheater.

Weitere Informationen: Hospizverein Wolfenbüttel, Tel. 05331 71067-0 (ab 2. Januar dienstags bis freitags 10 bis 14 Uhr); Mail: info@hospizzentrum-wf.de

www.cremlingen-online, 29.12.2024