

Trauernde treffen sich zum Spaziergang

Wolfenbüttel. Am ersten Januar-Sonntag heißt es wieder: „Trauer in Bewegung“, teilt der Hospizverein mit. Es sei fast schon Tradition, dass die Trauerbegleiterinnen des Hospizvereins zum Jahresanfang einen Spaziergang am Stadtgraben anbieten. Hier trafen sich Menschen, die um einen Nahestehenden trauern. Einige seien jeden Monat dabei, auch wenn der Verlust inzwischen schon eine Zeit zurückliegt. Trauer-Koordinatorin Tatiana Döring wolle 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.“ Helga Hoffmann, Ehrenamtliche für die Begleitung von Trauernden, wird so zitiert: „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 schöpften die Teilnehmer und Teilnehmerinnen oft neue Kraft.

Treffpunkt: Sonntag, 5. Januar, 14.30 Uhr, am Lessingtheater. Weitere Informationen: Hospizverein Wolfenbüttel, (05331) 71067-0 (ab 2. Januar dienstags bis freitags 10 bis 14 Uhr); Mail: info@hospizzentrum-wf.de; Internet: www.hospizzentrum-wf.de. *red*