

**Selbsthilfegruppe für
Trauernde Eltern
Saarlouis**



**Das Leben ertragen
Die Trauer bewältigen**

IHRE TRAUER

**Ihr Kind ist gestorben.
Sie trauern jetzt um ihr totes Kind.**

**WARUM NUR?
WARUM UNSER KIND?
WARUM WIR?**

**Der Tod kam plötzlich und unerwartet
oder stand am Ende einer Erkrankung?**

Wie auch immer --- er kam zu früh!



Dieses Kind hat einen Namen, hatte sein Leben vor sich, hatte Hoffnungen und Träume, einen Platz in der Familie, im Lebensentwurf seiner Eltern. Sein Tod stürzt Mütter, Väter und Geschwister in einen psychischen Abgrund.



- **Sie sind voller Trauer und Sehnsucht**
- **Sie fühlen eine schier endlose Leere**
- **Viele empfinden, als sei ein Stück von ihnen selbst gestorben**
- **Vielleicht erleben sie Gefühle von Ohnmacht, Schuld, Wut oder Angst**
- **Lebensängste, aber auch Angst um Geschwister können Sie zusätzlich belasten**
- **Das Leben scheint jetzt vielleicht sinnlos, eine positive Zukunft ist nur schwer vorstellbar**
- **Körper und Seele schmerzen**
- **Schlafstörungen, Schreckhaftigkeit, bisher nicht gekannte Reizbarkeit und tiefe Erschöpfung bestimmen in dieser Zeit einen großen Teil des Alltags**
- **Morgen für Morgen wird für Sie die Endgültigkeit dieses Todes zur neuen bitteren Realität**



WAS IHNEN HILFT

Ihre Trauer ist einmalig und verdient uneingeschränkte Wertschätzung!

Familienmitglieder, Verwandte und Freunde fühlen sich vielfach mit dieser Belastung überfordert.

Gespräche mit Gleichbetroffenen sind oft besonders hilfreich.

Eine Selbsthilfegruppe bietet einen Ort und einen Rahmen, an und in dem Sie ihr Leid ausleben und ausdrücken können. Hier kann man durchleiden, erforschen, klären und besprechen, was die Trauer an Problemen aufgibt. Und zwar mit anderen Betroffenen.



Die Selbsthilfegruppe Trauernde Eltern Saarlouis trifft sich an jedem 3. Donnerstag des Monats im Haus „Miteinander der Generationen“, Konrad-Adenauer-Allee 138, 66740 Saarlouis-Steinrausch. Wir treffen uns von 19.30 Uhr bis 21.30 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos und an keine Konfession oder Glaubensgemeinschaft gebunden.

Kontaktperson:

Michael Schmitz

Tel.:06831-9665818

Email:

info@tek-saarland.de

