



Unsere Angebote für Trauernde

Zentrum für **A**mbulante **H**ospiz- und **P**alliativ**V**ersorgung

München Land, Stadtrand und Landkreis Ebersberg

an den Standorten

82041 **O**berhaching, Innerer Stockweg 6

und

85774 **U**nterföhring, Münchner Straße 113

Trauercafé in Oberhaching

Jeden 2. Mittwoch im Monat: 15.00-17.00 Uhr im evangelischen Gemeindehaus, Alpenstr. 16 in Oberhaching.

Das Trauercafé bietet Betroffenen und Gleichgesinnten Gelegenheit zur Information, Gesprächen und Austausch. Es soll für Sie ein Ort sein, an dem Trauer sein darf und Sie mit Ihren Fragen, Zweifeln, Hoffnungen und Gefühlen willkommen sind und verstanden werden. Bei Kaffee und Kuchen können Sie unverbindlich teilnehmen.

Bitte vor jeder Teilnahme anmelden!



Foto: Anita Ptok

Trauertreff

In Oberhaching jeden 4. Mittwoch im Monat – fortlaufend – offen

Zeit: 18 – 20 Uhr

Ort: im evangelischen Gemeindehaus, Alpenstr. 16 oder im Büro, Innerer Stockweg 6

In Unterföhring an jedem 1. Donnerstag im Monat

zur selben Zeit, Caritas Zentrum an der Münchnerstr. 113

Dieses Angebot richtet sich im Besonderen an berufstätige Trauernde. Inhalte ähnlich wie beim Trauercafé.

Bei Getränken und einem kleinen Imbiss, können Sie unverbindlich teilnehmen.

Bitte vor der jeder Teilnahme anmelden!!

Einzelbegleitungen

In der persönlichen Begleitung können Betroffene individuell unterstützt werden.

Kontakt für Termine nach Rücksprache: 0173 / 81 85 987 bei Susanne von Müller

Trauer Zeit Raum

In einem geschützten Rahmen können Betroffene das aussprechen, was sie bewegt, schmerzt und verzweifeln lässt. In der Gemeinschaft mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, geht es vor allem darum, Verständnis und Solidarität zu erfahren. Gemeinsam gehen Sie ein Stück des Weges, um

- Trost und Ermutigung zu erhalten
- im Austausch mit anderen, Entlastung zu erfahren
- wieder Lebensmut zu schöpfen
- Impulse für einen neuen Lebenssinn zu bekommen

In Oberhaching 13.10./17.11./08.12. u. 29.12.2022 und 26.01. u. 23.02.2023

Schriftliche Anmeldung bitte bis 27.09.2022

In Unterföhring 21.11. und 19.12.2022 und 16.01./20.02/20.03. und 17.04.2023

Schriftliche Anmeldung bitte bis 11.11.2022

6 Abende, jeweils 17:00 bis 19:00 Uhr - Kosten einmalig € 60! Nur mit Anmeldung.

Online Trauern für junge Erwachsene Ü 27

Gerade in dieser Lebensphase, wo es um die eigene Zukunftsplanung und der persönlichen Entwicklung geht, ist der Tod eines Elternteils ein massiver Einschnitt im Leben eines jungen Menschen und stellt ihn oftmals vor besondere Herausforderungen.

Vielleicht hast Du das Gefühl, Du müsstest mit der Situation allein klarkommen, fühlst Dich aber oft allein und in Deiner Trauer nicht verstanden, weil Freunde und Kollegen es meist nicht nachvollziehen können, dass der Tod eines Elternteils sich auf alle Lebensbereiche auswirken kann.

Wir wollen einen sicheren und vertrauensvollen Rahmen schaffen, in dem junge Menschen zusammenkommen können, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben bzw. machen und die sich über die Themen austauschen möchten, die sie aktuell beschäftigen und gemeinsam neue Strategien zur Bewältigung entwickeln wollen.

Wenn Du Dich in einer Gruppe von Gleichaltrigen austauschen möchtest, der virtuelle Raum kein Hindernis für Dich ist, Du Dich regelmäßig online treffen magst, dann kann das Trauerangebot eine mögliche Unterstützung auf Deinem Trauerweg sein. Ein Einstieg ist jederzeit nach einem Kennenlerngespräch, telefonisch bzw. via Zoom, möglich.

Das Online-Treffen findet einmal im Monat jeden 3. Dienstag von 19.00 – 20.30 Uhr statt. Der Zugangscode wird nach dem Erstgespräch bei jeder Anmeldung neu mitgeteilt. Die Gruppengröße wird auf max. 6 TN begrenzt.

„...immer wieder sonntags“ in Oberhaching und Unterföhring

Immer wieder sonntags kommt die Erinnerung! Leider ist in dem Fall eine andere Erinnerung gemeint, als die im Lied von Cindy & Bert aus dem Jahr 1973 und sicherlich ist die Erinnerung, in dem Fall an einen verstorbenen Menschen, nicht an einen Sonntag geknüpft. Und dennoch, am Sonntag, wenn gefühlt alle anderen mit ihren Familien vereint sind, bleibt der oder die Trauernde allein mit sich und den Gedanken an eine schönere Zeit, fern von Trauerschmerz und Einsamkeit. Unser neues Angebot möchte genau diesen Trauernden einen Spaziergang anbieten, bei dem man mit seinen Gefühlen verstanden wird und willkommen ist. Im Anschluss ist eine Einkehr ins Gasthaus geplant. Aktuelle Termine in der Nähe beider Standorte auf unserer Homepage. Immer sonntags 14:00 bis 15:30 Uhr.

Alle Veranstaltungen werden von unserer Trauerbegleiterin Susanne von Müller begleitet. Bitte fragen Sie im Büro nach den aktuellen Regeln wegen Covid_19!



Fast alle Angebote und die Patientenversorgung des Ambulanten Hospizteams sind kostenlos. Nur etwa die Hälfte der Kosten werden durch die Krankenkassen bezuschusst, der andere Teil muss durch Spenden finanziert werden. Unser Förderverein unterstützt uns:

Behütet leben und sterben e. V.

Kreissparkasse München Starnberg Ebersberg

IBAN: DE95 7025 0150 0010 5466 04

BIC: BYLADEM1KMS

www.behuetet-leben-und-sterben.de



Zentrum für Ambulante Hospiz-und Palliativversorgung - ZAHPV

Innerer Stockweg 6 in 82041 Oberhaching Telefon: 089/61397 -170 Fax: -165

zahpv@caritasmuenchen.de

www.hospiz-und-palliativ-zentrum.de