Wenn Trauer sich wandelt

Trauer braucht einen Ort, wo sie sein darf,
wo sie richtig ist, wo sie hingehört,
denn wenn sie sich fehl am Platz fühlt,
vergrößern sich Druck und Schmerz im Herzen.

Tränen brauchen einen Kanal,
in dem sie fließen dürfen,
um Herz und Augen, die Fenster der Seele,
zu reinigen und auszuspülen,
damit wir wieder fühlen und sehen können.

Schmerz braucht seine Zeit,
in der er kommen und gehen kann,
in Wellen, nicht auf einmal,
da er sonst nicht auszuhalten wäre;
Zeit zu wachsen, zu reifen und sich
zu verwandeln in Liebe.

Trauer, Tränen, Schmerz sind das Tal,
das der Tod uns gräbt.
Wenn wir es nicht durchschreiten,
gelangen wir nicht auf den Gipfel des Berges,
den das Leben uns baut,
um den Blick schweifen zu lassen
in einem Land,
in dem wir uns wieder sehen werden.

Die Liebe ist das Licht auf dem Weg
und wird uns sicher führen ans Ziel,
zu Dir.

Regina Tuschl

Kontakt

Leitung
Gudula Bieber-Reynartz
Trauerbegleiterin, betroffene Mutter,
Mediatorin

Termin
jeden letzten Donnerstagabend im Monat um 18.00 Uhr

Ort
Haus der Generationen
Heiliggeistgasse 3 · 94032 Passau

Voraussetzung
Erstgespräch mit der Trauerbegleiterin
Die Teilnahme ist kostenlos.

Kontakt
bewegtetrauer@gmail.com
0157 38559542
(wird nicht jeden Tag abgehört, bitte Nummer für Rückruf angeben)

HOSPIZ VEREIN PASSAU e.V.

Kooperationspartner
www.hospizverein-passau.de

VERWAISTE ELTERN UND GESCHWISTER MÜNCHEN
Beratung und Begleitung nach dem Tod eines Kindes

Verwaiste Eltern und trauernde
Geschwister München e.V.
St.-Wolfgangs-Platz 9
81669 München
Tel. 089 4808899-0

info@ve-muenchen.de
www.ve-muenchen.de

Mit wertvoller Unterstützung des Netzwerks von: SELBSTHILFE LAG BAYERN

04/2026

VERWAISTE ELTERN UND GESCHWISTER
Stadt & Landkreis Passau
Beratung und Begleitung nach dem Tod eines Kindes

Die Liebe bleibt.

In Kooperation mit: HOSPIZ VEREIN PASSAU e.V.

Mein Kind ist gestorben-
wie kann ich weiterleben?

Der Verlust eines nahen Angehörigen ist immer schmerzhaft und traurig.

Wenn wir aber ein Kind verloren haben, gerät die Welt oft aus den Fugen, man findet dann vielleicht keinen Trost bei den herkömmlichen Trauerangeboten oder den gut gemeinten Ratschlägen von Freunden und Bekannten. Der Boden entgleitet uns unter unseren Füßen.

Wie können wir diese Schmerzen und diesen Verlust nur überleben? Was kann uns helfen in unserer unsäglichen Trauer?

Hoffnung

Wer kann teilnehmen?

In unserer Passauer Gruppe treffen wir uns einmal jeden letzten Donnerstag im Monat und tauschen uns als selbst betroffene Mütter und Väter aus. Wir teilen Erinnerungen an und Schmerzen um unsere verlorenen Kinder, suchen Halt und Anregungen in der Gruppe und können so zumindest ein bisschen etwas zur aktiven Bewältigung unserer Trauer beitragen.

Jede trauernde Mutter und jeder trauernde Vater ist herzlich willkommen, egal, wie lange der Abschied vom Kind nun schon zurückliegt.

Die Teilnahme ist jederzeit möglich, jedoch wird vor dem ersten Besuch in der Gruppe um ein persönliches Gespräch mit der Trauerbegleiterin gebeten.
Hier können Sie auch klären, ob der Besuch dieser Selbsthilfegruppe für Sie sinnvoll ist.

Zuhören

- An wen kann ich mich wenden?
- Wo finde ich jemanden, der eine vergleichbare Erfahrung gemacht hat?
- Wer sagt mir, ob meine Gedanken und Gefühle überhaupt noch normal sind?
- Wie gehe ich mit „alten“ Freunden um, die sich zurückziehen?
- Wie komme ich zurecht mit den in meiner Partnerschaft aufbrechenden Problemen?
- Wie bleibe ich in Kontakt mit oder finde wieder Kontakt zu den trauernden Geschwistern?
- Wie kann ich lernen, mit dem schmerzlichen Verlust zu leben und ihn als Teil meiner Lebensgeschichte anzunehmen?

Verständnis

Unterstützung