

Der Trauer Raum geben

ZUG red. Nach dem Verlust eines geliebten Menschen ist es für viele Trauernde nicht einfach, in den Alltag zurückzufinden. Von der Gesellschaft wird oft erwartet, dass jemand schon bald wieder funktioniert. Trauer jedoch lässt sich nicht einfach so planen, sie ist auch nicht in klar abgegrenzte Phasen aufteil- und erklärbar. Trauer verläuft vielmehr in einem ganz persönlichen Prozess, der gelebt werden will und darf. Einst gab es in der Verarbeitung der Trauer durch die Kirchen «äussere Stützen». So beging man den 7. und den 30. Todestag. Der Jahrestag ist auch heute noch bekannt und wird ab und zu gefeiert. Dies half, den Verlust eines geliebten Menschen zu verarbeiten. In der heutigen Zeit, wo der Abschied sehr oft im engsten Familienkreis begangen wird, ist die hinterbliebene Person sehr oft auf sich selbst gestellt, und es wird erwartet, dass sie mit ihrem Schmerz allein fertig wird. Dies aber ist nicht so einfach.

Ein Gemeinschaftsprojekt

Das Trauercafé möchte dieser gesellschaftlichen Entwicklung Raum geben und die Möglichkeit bieten, in geschütztem Rahmen zusammen mit anderen Betroffenen den Weg der Bewältigung zu gehen und zurück in den Alltag zu finden. Trauernde sollen sich Zeit nehmen, ihrer Trauer Raum geben und aus der Erfahrung von anderen Betroffenen und in Begleitung von Fachpersonen versuchen, mit dem Verlust zurechtzukommen. So gelingt es einfacher, sich wieder am Leben zu freuen.

Die Organisation und Trägerschaft des Trauercafés liegen beim Verein Palliativ Zug, der Spitex Kanton Zug sowie der reformierten und der katholischen Kirche des Kantons Zug. Das Angebot ist überkonfessionell und steht allen Personen im Kanton Zug offen. Das Alters- und Pflegezentrum Neustadt stellt die Räumlichkeiten und die Infrastruktur zur Verfügung.

Eine Gruppe von Fachpersonen und Freiwilligen berät und unterstützt mit diesem Angebot betroffene Personen auf ihrem Weg des Loslassens und Überlassens.

HINWEIS

Ab 4. April jeden ersten Freitag im Monat im Alterszentrum Neustadt, Bundesstrasse 4, von 16 bis 18 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos. Kontakt und Veranstaltungsdaten unter: www.palliativ-zug.ch/veranstaltungen oder 041 729 29 20 (Franz-Xaver Herger).