

Treffpunkt:

Haus der Kirche
Bastionstraße 6
40213 Düsseldorf

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

mit allen U-Bahnen Richtung Kaiserswerth oder Oberkassel Haltestelle Steinstraße/Königsallee, Ausgang Königsallee zu Fuß in Richtung Graf-Adolf-Platz. Die Bastionstraße ist die erste Querstraße rechts.

Parkmöglichkeiten:

Öffentliche Parkplätze oder

Parkhaus

Benrather Str. 7b
40213 Düsseldorf / Altstadt

Helfen Sie uns!

*Durch Ihre Mitgliedschaft oder eine
Spende können Sie unsere weitere
Arbeit unterstützen!*

Spendenkonto:

Initiative Tabu Suizid e.V.
Stadtsparkasse Düsseldorf
Kto.-Nr. 1 005 683 998
BLZ 300 501 10
IBAN DE32300501101005683998

Die Initiative Tabu Suizid e.V. ist ein mildtätiger Verein und berechtigt, für Spenden und Mitgliedsbeiträge Zuwendungsbescheinigungen zu erstellen.

Initiative Tabu Suizid e.V. ist Mitglied bei:

AGUS e.V. (Angehörige um Suizid)
DGS Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention



Gemeinsam den Weg durch die Trauer gehen

Trauerseminar
für Hinterbliebene von Suizid



Suizid und nichts ist mehr wie es einmal war.

In einem Trauerseminar wollen wir Trauernden nach Suizid durch eine geschlossene Gruppe eine intensivere Möglichkeit der Bearbeitung des eigenen Trauererlebens geben.

Teilnahme:

Teilnehmen können Betroffene ab 18 Jahren, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Dabei ist es unerheblich, wie lange der Tod zurückliegt.

Das Ereignis sollte jedoch aufgrund eines evtl. noch vorhandenen Schockzustandes bereits 6 Monate zurückliegen.

Die Referentin:

Paola Marten geb. 1956, ausgebildete Trauerbegleiterin (Trauerinstitut Deutschland), Gestalttherapeutin und Entspannungspädagogin.

Frau Marten leitet schon seit einigen Jahren eine Hinterbliebenengruppe nach Suizid.

Ablauf:

Die Gruppe startet im September 2012 mit einer Dauer von 10 Monaten.

Die **Treffen** werden 1 x monatlich jeweils am ersten Dienstag (mit Ausnahme Januar 2013) des Monats von 19.00 Uhr – 21.00 Uhr stattfinden.

Termine:

2012 - 04.09. / 02.10. / 06.11. / 04.12.

2013 - 08.01. / 05.02. / 05.03. / 02.04 / 7.05. /04.06.

Kostenbeitrag:

Es entfallen keine Seminargebühren.

Wir würden uns über eine Spende sehr freuen!

Das erste Treffen wird am Dienstag den 04. September 2012 stattfinden. Es wird ein Infoabend und dient der Vorstellung des Seminarinhaltes und des gegenseitigen Kennenlernens.

Gruppengröße: maximal 12 Teilnehmer.

Mindestteilnehmerzahl: 6

Wir bitten um schriftliche Anmeldung

an: Initiative Tabu Suizid e.V.
Scheurenstr. 5
40215 Düsseldorf

oder per Mail: tabusuizid@arcor.de

Kontakt:

Renate Reichmann-Schmidt Tel. 0211 58 37 37 2
oder per Mail tabusuizid@arcor.de

PROGRAMM

1. Treffen: Begegnung, wir werden eine Gruppe.
2. Treffen: Der Tod, meine Trauer, die Gefühle.
3. Treffen: Visualisierung des Trauerraumes. Gestaltung. Hier kann ich mich zurückziehen.
4. Treffen: Wo befinde ich mich mit meiner Trauer?
Erkenntnis: was nehme ich wahr, was/wie kann ich verändern?
5. Treffen: Zwei Schritte vorwärts, ein Schritt zurück. Stabilität finden.
6. Treffen: Stressbewältigung: Stresssituationen erkennen und bewältigen. Körperwahrnehmung.
7. Treffen: Entspannung
8. Treffen: Neue Visionen entwickeln. Meine Stärke wieder entdecken und aktivieren.
9. Treffen: Wertvollen Erinnerungen einen Platz geben.
10. Treffen: Rückblick und Auswertung.