Verschiedene Trauerangebote:

- „Quelle“ Café für trauende Amriswil
- Trauercafé Bischofszell
- Trauercafé Frauenfeld
- Trauergruppe Tägerwilen
- Trauercafé Weinfelden

- Trauergruppe Partnerverlust durch Suizid

- Elterngruppe Trauer um ein verstorbenes Kind (Verein Regenbogen)
- Elterngruppe Trauer um ein durch Suizid verstorbenes Kind (Verein Regenbogen)
- Papillon Thurgau, Elterngruppe Trauer um ein Baby (Verein Regenbogen)
- Verwitwete mit Kindern (Verein Aurora)

Man lindert oft sein Leid,
indem man es erzählt.

Pierre Corneille

Selbsthilfegruppe

Trauer



Selbsthilfe Thurgau·071 620 10 00/078 321 16 04
www.selbsthilfe-tg.ch

Trauer ist eine natürliche Antwort auf Abschied und Verlust. Sie ist etwas so tief Greifendes, dass sie uns und unser weiteres Leben prägen wird. Trauer braucht viel Zeit.

Jeder Mensch trauert auf seine persönliche Art.

Wir dürfen nicht zulassen, dass sich unser Herz so sehr in der Trauer verliert, dass es nicht mehr die Kraft findet, sich wieder dem Leben zu öffnen.

Herausforderungen, Fragen, Themen:

In einer Selbsthilfegruppe können trauernde Menschen über ihren Verlust sprechen, unabhängig davon, wie lange der Tod des geliebten Menschen zurückliegt.

⇒ Informationen, Gefühle und Erfahrungen austauschen

⇒ Gemeinsam weinen, die Verzweiflung und Einsamkeit teilen, den Schmerz zulassen

⇒ Den Trauerprozess im eigenen Tempo erleben

⇒ Vertrauen in das Leben zurückgewinnen

⇒ Neues zulassen

Jede Gruppe hat sich eigene Strukturen gegeben. Den Mitgliedern ist es wichtig, dass sich alle auf die Verschwiegenheit der Gruppe verlassen können.

Information und Kontakt:

SELBSTHILFETHURGAU

Selbsthilfezentrum Thurgau

8570 Weinfelden
E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch
Telefon 071 620 10 00
Mobile: 078 321 16 04
www.selbsthilfe-tg.ch

April 2025