

## Bei uns treffen sich trauernde Männer ...

- in einem geschützten Raum.
- um über den Umgang mit dem Verlust zu reden.
- um sich auch mal fallen zu lassen oder zu weinen.

## Bei uns treffen sich Freunde von trauernde Männer ...

- um Hilfe zu bekommen für einen Freund.
- um Informationen zu erhalten, was man in Trauer tun kann.
- um einen Freund zum Treffen zu begleiten.

## Treffen 2017

sind jeweils um 19 Uhr im  
Pater-Jordan-Haus, Im Höllstein 1,  
79761 Waldshut-Tiengen-Gurtweil

22 . Februar 2017  
21. März 2017  
19. April 2017  
10. Mai 2017  
20. Juni 2017  
19. Juli 2017

Es braucht keine Anmeldung.  
Im Vorfeld kann es hilfreich sein, Kontakt  
aufzunehmen.

### Leitung:

Franz-Josef Günther, Pastoralreferent  
und engagiert im Trauer-Lebens-Netzwerk  
Hochrhein

### Kontaktadresse:

Franz-Josef Günther,  
Eisenbahnstraße 29,  
79761 Waldshut-Tiengen  
Telefon: 07751/8314-600

[fjg@trauernetzwerk-hochrhein.de](mailto:fjg@trauernetzwerk-hochrhein.de)



# Ach Mann!

*Wie mit Trauer umgehen?*

Treffen  
für trauernde Männer  
oder deren Freunde



### **Zielgruppe:**

- Trauernde Männer,
- Männer, die einen Freund in der Trauer begleiten möchten.

### **Ziele:**

- Der Vergangenheit ihre Bedeutung geben.
- Den Alltag mit Leben füllen.
- Mut und Kraft erhalten, das Leben anders zu leben.
- Wissen und Handwerkszeug in der Trauerbegleitung bekommen

### **Arbeitsweise ...**

Wir arbeiten mit den Anliegen und Interessen der Männer, die da sind.

Das können Gespräche sein, Spaziergänge im Park, Planungen von Wanderungen, Informationen zu Trauer und Trauermodellen, Zuhören, wie andere mit ihrer Trauer umgehen.

Wichtig ist beim Austausch, dass der Einzelne die Deutung seiner Trauer bestimmt.

Im Austausch über die Beziehung zur verstorbenen Person, hört man, was anderen hilft, man erfährt Verständnis.

Vertraulichkeit ist Grundlage der Treffen, so wird nichts nach außen getragen.

### **Männer trauern nicht?**

Oder doch? Für Männer ist es nicht leicht, wenn sie einen bedeutsamen Verlust erlebt haben. Die Reaktionen sind unterschiedlich. Das, was im Herzen eines Mannes vorgeht, ist oft ähnlich.

Männer brauchen vielleicht nicht immer jemanden zum Reden, sie brauchen aber oft einen Freund, der mit ihnen die Stille und den Schmerz aushält.

Mit der Erfahrung von der Arbeit mit Männern bieten die Treffen für die einen - mutiger im Aushalten zu werden - und für die anderen - einen geschützten Raum des Austauschs.

### **Mehr Informationen auf der Webseite:**



[www.trauernetzwerk-hochrhein.de](http://www.trauernetzwerk-hochrhein.de)

Hier finden Sie weitere Angebote für Trauernde in der Region. Trauernde Väter sind bei unseren Treffen genauso willkommen wie in der Gruppe "Trauernden Eltern" im kath. Gemeindehaus in Waldshut. Termine finden Sie auf der genannten Website.