



Junge Selbsthilfe Trauer

WWW.JSH.AC

Gruppengründung: Trauernde im Alter zwischen 18 und 35 Jahren

„Nur wer trauert kann den Verlust eines geliebten Menschen bewältigen.“

Für viele ist der Schmerz so groß, dass er sprachlos macht und die Trauer jedes Menschen ist einmalig, weil ja auch die Person, die man verloren hat, einmalig gewesen ist.

Wir wollen uns in geschütztem Raum offen über unsere individuellen Erlebnisse, Gefühle, Bedürfnisse und Gedanken austauschen und so einen bewussten Umgang mit Verlust und Trauer im Alltag finden.

Wer ebenfalls trauert und mit den Emotionen nicht allein bleiben will und gemeinsame Wege sucht die Trauer zu bewältigen, ist herzlich zu einer ersten Einführungsveranstaltung der **Jungen Selbsthilfe Aachen** eingeladen.

Bitte formlos unter trauer@jsh.ac anmelden. Sobald ausreichend Interessierte zusammengekommen sind, terminieren wir die Veranstaltung.



Arbeitskreis Junge Selbsthilfe Aachen

Postfach 10 01 47

52001 Aachen

JSH.AC