

*„Trauer in Bewegung“:*

# Schon der erste Schritt ist der Anfang eines Weges

**Wolfenbüttel.** Das Novemberwetter mit seinen oft düsteren, kalten und regnerischen Tagen erschwert vielen Trauernden das Leben. Dazu rücken noch die vielen Gedenktage das Thema Sterben und Tod in den Vordergrund. Gleichzeitig naht der Dezember mit seinen „anspruchsvollen“ Festtagen. Schnell werden Erinnerungen an fröhliche Stunden und Feste mit der Familie wach.

„In meiner Familie fehlt jetzt aber jemand!“. So bereiten diese Wochen vielen trauernden Menschen vielfältige Erinnerungen, Gedanken und Sorgen – bewusst oder unbewusst.

Wie kann ich als trauernder Mensch mit vielschichtigen inneren Erfahrungsbildern trotzdem Licht-Blicke erleben – und sie eventuell sogar noch weitergeben? Diese Frage steht am Sonn-

tag, 3. Dezember, im Mittelpunkt von „Trauer in Bewegung“. Dann laden die Trauerbegleiterinnen des Hospizvereins zu einem besinnlich meditativen Treffen ein mit kreativ gestalterischen Aktivitäten. Bei einem kleinen Lichtertüten-Spaziergang zum zukünftigen „Hospiz im Gutspark“ wird es lichtvolle Momente geben, die mit Strahlkraft in die kommenden Wochen hineinleuchten werden. Trauerbegleiterin Mechthild Ludwig-Mayer ermuntert: „Trauen Sie sich – vertrauen Sie und lassen Sie sich ein auf Thema und Menschen. Der erste Schritt ist immer ein Anfang eines Weges.“  
Treffpunkt: Alte Schule in Wendessen, Schustergasse, 14.30 bis 17 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Informationen über „Trauer in Bewegung“ und weitere Angebote: Hospizverein Wolfenbüttel, Telefon 05331/9004146 (während der Bürozeiten montags bis freitags 10 bis 12 Uhr).

Schaufenster Wolfenbüttel, 26.11.2023