

Hospizverein lädt zu „Trauer in Bewegung“ ein:

Auf Waldwegen gemeinsam unterwegs durch die Trauer

Wolfenbüttel. Am Sonntag, 3. März, ist es wieder so weit: Der Hospizverein Wolfenbüttel lädt ein zu „Trauer in Bewegung“. Diesmal geht es ins Fümmler Holz, den kleinen Wald im Westen von Wolfenbüttel. Das monatliche Treffen richtet sich an Menschen, die um einen Nahestehenden trauern. „Es tut mir gut, mit anderen, die etwas

Ähnliches erlebt haben, ein Stück Weg gemeinsam zu gehen“, sagt eine Teilnehmerin, die schon mehrmals dabei war. Das ist der Gedanke, der hinter diesem Angebot steht: Durch körperliche Aktivität und Austausch mit anderen kann das innere Erleben in Bewegung kommen. Der Trauer-Horizont tritt ein wenig in den Hinter-

grund, öffnet sich vorübergehend. „Bei unserem Spaziergang werden wir die Natur bewusst wahrnehmen: die ersten Frühlingsboten mit allen Sinnen genießen“, verspricht Trauerbegleiterin Gundula Coenders. „Aus dem erwachenden Leben ringsum erwächst Kraft und Mut für das veränderte Leben ohne den geliebten Menschen.“ Treffpunkt ist um 14.30 Uhr der kleine Parkplatz am Ende der Ernst-Moritz-Arndt-Straße.

Von dort geht es für anderthalb Stunden gemeinsam zum Teil auf märchenhaften Wegen durch das kleine Waldgebiet.

Auch in den Folgemonaten heißt es dann wieder am ersten Sonntag im Monat: Trauer in Bewegung. Über dieses Programm und weitere Angebote informiert der Hospizverein unter Telefon 05331/9004146 (montags bis freitags 10 bis 12 Uhr).



Ein oder zwei neue Gesprächspartner helfen oft schon, um neue „Lichtblicke“ im Leben zu erleben – oder auch nur, um aus dem Alltagstrott der Gedanken herauszukommen. Erste Knospen und kleine Blattspitzen gibt es im Fümmler Holz jetzt schon zu entdecken.
Foto: Gundula Coenders

Schaufenster Wolfenbüttel, 25.02.2024