



ZUSAMMEN IST MAN WENIGER ALLEIN **TrauerCafé 2026 in St. Johann/T.**

Trauer ist keine Krankheit, sondern ein schmerzhafter Weg in ein neues Leben ohne die oder den Verstorbene/n. Daher muss Trauer auch nicht überwunden werden, sondern darf und soll sogar gelebt werden. „Trauern ist die Lösung, nicht das Problem“, sagt die Trauerbegleiterin Chris Paul und ermutigt damit Trauernde, ihre Gefühle zu leben und sie nicht zu verdrängen.

Das TrauerCafé ist ein offenes Angebot für Trauernde, die sich mit anderen Trauernden treffen, austauschen und ihrer eigenen Trauer Raum und Zeit schenken möchten.

Denn „zusammen ist man tatsächlich ein bisschen weniger allein.“

St. Johann/T., Homebase, Kaiserstraße 29a,
jeweils von 15.00 bis 16.30 Uhr

Mittwoch, 18. Februar 2026

Mittwoch, 08. April 2026

Mittwoch, 06. Mai 2026

Mittwoch, 17. Juni 2026

Mittwoch, 09. September 2026

Mittwoch, 07. Oktober 2026

Mittwoch, 25. November 2026

Keine Anmeldung erforderlich!

Kosten

Freiwillige Spenden

Kontakt und Information:

Wörgötter Sigrid

Regionalbeauftragte Bezirk Kitzbühel

Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Mobil: + 43 676 88188 305

E-Mail: sigrid.woergoetter@hospiz-tirol.at



Begleitete Trauergruppe von Februar – April 2026
Einstieg jederzeit möglich

Sich austauschen und wieder spüren bei
Gesprächen und Yoga in Zeiten der Trauer.
Ein offenes Angebot für Trauernde das Raum für
Begegnung und Bewegung schafft.

Wenn Menschen mit dem Tod eines nahen Angehörigen konfrontiert sind, stellt sie das vor eine ganz besondere Aufgabe der Trauerverarbeitung. Andere können oft nicht nachvollziehen, wie sie sich als Trauernde fühlen. Die Trauergruppe ist ein Angebot für Trauernde, die sich mit andern Trauernden treffen und austauschen möchten. Auch Yoga kann helfen, mit sich und der Welt wieder mehr in Verbindung zu kommen.

Wann: Donnerstag, 26.02., Mittwoch, 11.03., Dienstag, 24.03., Dienstag, 14.04., Mittwoch, 29.04.2026 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Wo: Homepage, Kaiserstraße 29a, 6380 St. Johann/T.

Kosten: 5 Euro, zahlbar vor Ort

Mitbringen: Yogamatte, Decke und bequeme Kleidung

Anmeldung ist erforderlich:

Sigrid Wörgötter, Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

sigrid.woergoetter@hospiz-tirol.at

Tel: 0676-88 1 88 305

Leitung:

Sigrid Wörgötter

Regionalbeauftragte Bezirk Kitzbühel und Trauerbegleiterin
der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Waltraud Weber

Zertifizierte Yogalehrerin und ehrenamtliche

Hospizbegleiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft