



GEMEINDE **GOSSAU**



Gesprächsgruppe für Witwen und Witwer

Für wen ist das Angebot?

Die Gesprächsgruppe richtet sich an Witwen, Witwer oder andere Hinterbliebene in Gossau, die in Trauer leben.

Ziel?

Ob unerwartet oder nach langer Krankheit, den Moment des Verlustes begleitet stets der Schmerz. Wir möchten die Möglichkeit bieten, dass sich Hinterliebene mit anderen Menschen in ähnlicher Situation treffen und austauschen können. Der Kontakt zu Menschen, die vom gleichen Schicksal betroffen sind, kann besonders hilfreich sein. Gemeinsame Aktivitäten können aus dem Alleinsein herausführen.



Wie kann ich mir eine Gesprächsgruppe vorstellen?

In unserer Gesprächsgruppe nehmen die Hinterbliebenen gegenseitig Anteil und tauschen ihre Erfahrungen aus. Das Gespräch wird von einer Fachperson moderiert. Als Gesprächsgrundlage werden auf Wunsch Texte zum Thema Trauer und Trauerverarbeitung eingebracht und Techniken zur Entspannung (wie z. B. Bodyscan) vorgestellt. Die Fachperson steht auf Wunsch auch für eine individuelle Beratung zur Verfügung.

Wann und wo?

Die Treffen finden monatlich, in der Regel am vierten Montagmorgen des Monats von 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr statt. Wir treffen uns im Aufenthaltsraum der Anlaufstelle für Altersfragen und Freiwilligenarbeit, Im Grünenhof 17, 8625 Gossau ZH. Das Angebot ist kostenlos.

Vertraulichkeit

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Gesprächsgruppe verpflichten sich, persönliche Aussagen, welche in den Gesprächen geäußert werden, vertraulich zu behandeln, damit Ängste, Sorgen und Konflikte offen besprochen werden können.

Anmeldung

Melden Sie sich bei Interesse bei Virginie Tschannen, Altersbeauftragte der Gemeinde Gossau, unter 044 936 55 97 (montags bis mittwochs erreichbar).





GEMEINDE **G O S S A U**

Kontakt

Anlaufstelle für Altersfragen und Freiwilligenarbeit
Im Grünenhof 17
8625 Gossau ZH

Montag bis Freitag
8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

anlaufstelle-altersfragen@gossau-zh.ch
T 044 936 55 80

Februar 2026