



PRESSEMITTEILUNG

Trauer. Tränen weg und weiter?

Der Landesverband Hospiz NÖ setzt sich dafür ein, dass trauernde Menschen in unserer Gesellschaft nicht übersehen, sondern getragen und begleitet werden – in einer Haltung von Respekt, Achtsamkeit und Mitgefühl. Der Verein möchte den heutigen internationalen Tag der Witwen, welcher von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen wurde, zum Anlass nehmen, um auf mögliche Trauerangebote hinzuweisen, und ihr mitten im Leben „Raum geben.“

Mödling, 23. Juni 2025 – Wenn ein geliebter Mensch stirbt, verändert sich das Leben von einem Moment auf den anderen. Die Welt steht still – zumindest für die Trauernden. Für das Umfeld hingegen scheint oft bald wieder Alltag einzukehren. Es wird erwartet, dass man „funktioniert“, vor allem im leistungsorientierten Kontext der Arbeit. *„Trauer lässt sich jedoch nicht abkürzen. Sie ist keine Krankheit, sondern eine zutiefst menschliche, lebens-not-wendige Reaktion auf Verlust“,* erklärt Petra Kozisnik, BSc, Geschäftsführerin Landesverband Hospiz NÖ.

Trauer braucht Zeit, Raum und Verständnis

Die Gesellschaft erwartet leider häufig, dass Schmerz leise und möglichst schnell verarbeitet wird. Doch genau das ist in der Regel nicht möglich, vor allem nach Verlusten von Bindungspersonen und nach traumatischen Verlusten. Viele Menschen fühlen sich in ihrer Trauer überfordert, unverstanden und vor allem – allein. *„Trauer ist ein individueller Prozess, der unterschiedlich lange dauern und sehr verschieden verlaufen kann. Das Wichtigste ist allerdings, dass niemand diesen Weg allein gehen muss“,* so Petra Kozisnik.

Professionelle Trauerbegleitung

Der Landesverband Hospiz NÖ macht sich dafür stark, Trauernden auf vielfältige Weise zur Seite zu stehen. Geschulte Begleiterinnen und -begleiter unterstützen Menschen in ihrer individuell erlebten Trauer mit Zeit, Empathie und Fachwissen.



Dabei gibt es verschiedene Wege:

Einzeltrauerbegleitung bietet Raum für persönliche Gespräche, Reflexion und Entlastung – besonders nach jenen Verlusten und in jenen Zeiten, in welchen die Betroffenen noch nicht für Gruppenangebote bereit sind.

Trauergruppen ermöglichen einen geschützten Rahmen, in dem sich Betroffene unter fachlicher Leitung über ihre Erfahrungen austauschen können.

Spezielle Gruppenangebote – etwa für Eltern nach dem Tod eines Kindes, für Jugendliche oder Kinder oder nach einem Suizid – nehmen auf alters- und situationsspezifische Bedürfnisse Rücksicht.

Gemeinschaftliche Aktivitäten wie Trauerspaziergänge, Wandertage, Trauercafés, kreatives Gestalten oder gemeinsames Kochen helfen Hinterbliebenen, wieder Kontakt zum Leben und zu anderen Betroffenen zu finden.

Trauer ist nicht das Ende

Auch wenn die vielen Facetten der Trauer oft (intensive) Reaktionen und Herausforderungen physischer und psychischer Natur bedingen, so zeigt sich in der Begleitung von trauernden Menschen immer wieder: Es ist möglich, neue Lebensperspektiven zu entwickeln. In der Begegnung mit anderen, im wertschätzenden Miteinander und in der liebevollen Erinnerung an das Verlorene liegt ein Weg in ein zwar verändertes, aber trotzdem lebenswertes Leben.

Weitere Informationen und Angebote

Alle aktuellen Angebote für Trauernde in Niederösterreich finden Sie unter folgendem Link: <https://www.hospiz-noe.at/mitgliedernews/trauerangebote/>

Über den Landesverband Hospiz NÖ

Der Landesverband Hospiz NÖ wurde 2001 als gemeinnütziger Verein mit Sitz in Mödling gegründet. Als Dachorganisation ist der Landesverband Hospiz NÖ mit allen Hospiz- und Palliative Care Angeboten und Initiativen in Niederösterreich eng verbunden und fungiert als Botschafter für einen guten und würdevollen Umgang



mit dem Leben und dem Sterben. Kernkompetenzen sind die kontinuierliche Qualitätsentwicklung in der niederösterreichischen Hospiz- und Palliativversorgung sowie die Sensibilisierung der Öffentlichkeit und Gesundheitsversorgung für Hospiz und Palliative Care.

Wesentlich ist es, sicherzustellen, dass alle Menschen – unabhängig von sozioökonomischem Hintergrund – Zugang zu qualitativ hochwertiger Hospiz- und Palliative Care bekommen.

*Sterben betrifft uns alle. Sprechen wir darüber.
Weitere Informationen: www.hospiz-noe.at*

Presserückfragen

Public Relations Atelier, Mag. Eva Nahrgang
Kaasgrabengasse 109/2, 1190 Wien
0664/5348400, en@pr-atelier.at
www.pr-atelier.at