

# AGUS – weitere Angebote

Kontakt über AGUS-Büro Bundesgeschäftsstelle

- In **kostenlosen Unterlagen**, wie z. B. Faltblättern zur Trauer nach Suizid oder den AGUS-Rundbriefen, erhalten Suizidtrauernde erste wichtige Informationen.
- Als Ergänzung zu den Selbsthilfegruppen bietet **AGUS Wochenendseminare für Suizidtrauernde** an. Unter dem Titel „Vertrauen wagen!“ finden unter der Leitung von Chris Paul und ihrem Team ausgebildeter Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleiter Seminare für betroffene Eltern, Geschwister, Partner und Kinder statt.
- Die **Themenbroschüren** greifen Fragestellungen auf, die sich Betroffene immer wieder stellen: „Trauer nach Suizid bei Kindern und Jugendlichen“ oder „Hört das denn nie auf? Trauer nach Suizid und Zeit.“
- Um das Thema Suizid weiter aus dem Tabubereich zu bringen und um die Gesellschaft für die Situation von Hinterbliebenen zu sensibilisieren, wurde die **Wanderausstellung** konzipiert.
- Im **Internetforum** der Homepage besteht rund um die Uhr die Möglichkeit des Austauschs. Es ist ein geschützter Raum, zu dem nur Betroffene Zutritt haben. Dort gibt es verschiedene Themengruppen, wie z. B. „Verlust des Geschwisters durch Suizid“
- Die jährlich stattfindende **AGUS-Jahrestagung** ist die zentrale Veranstaltung für Suizidtrauernde, zu der ca. 200 Teilnehmende aus ganz Deutschland anreisen. In Vorträgen, Gesprächsgruppen und Workshops geht es um Austausch und Informationsvermittlung.
- Parallel dazu finden unter den Titeln „**Young Survivor-Kids**“ und „**Young Survivors**“ Workshops für Kinder von acht bis zwölf und dreizehn bis achtzehn Jahren statt.

**AGUS versteht sich mit seinem Angebot nicht als Ersatz für medizinische oder therapeutische Hilfen, sondern als wichtige Ergänzung.**

## Kontakt zu AGUS

### AGUS-Büro Bundesgeschäftsstelle

Cottenbacher Straße 4 - 95445 Bayreuth

Telefon: 0921 – 150 03 80

Telefax: 0921 – 150 08 79

E-Mail: [kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:kontakt@agus-selbsthilfe.de)

Internet: [www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)

### BIS Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Viersen

Klosterstr. 5, 41379 Brüggen

Telefon: 02163 – 56 22

E-Mail: [info@bis-brueggen.de](mailto:info@bis-brueggen.de)

Internet: [www.bis-brueggen.de](http://www.bis-brueggen.de)

### AGUS-Selbsthilfegruppe Brüggen

c/o BIS, Klosterstr. 5, 41379 Brüggen

E-Mail: [brueggen@agus-selbsthilfe.de](mailto:brueggen@agus-selbsthilfe.de)

Internet: <https://brueggen.agus-selbsthilfe.de>

<https://www.facebook.com/AGUS.Gruppe.Brueggen>

[www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)  
[kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:kontakt@agus-selbsthilfe.de)

<https://brueggen.agus-selbsthilfe.de>  
[brueggen@agus-selbsthilfe.de](mailto:brueggen@agus-selbsthilfe.de)

### SPENDENKONTO;

AGUS e. V.

VR Bank Bayreuth-Hof eG

IBAN: DE72 7806 0896 0006 1989 37

BIC: GENODEF1HO1

Gerne können Sie auch direkt die Selbsthilfegruppe Brüggen finanziell unterstützen. Geben Sie hierzu bitte im Verwendungszweck „**Für Gruppe Brüggen**“ an. Das Büro der Bundesgeschäftsstelle stellt dann auf Wunsch eine steuerrelevante Spendenbescheinigung aus.



# Trauer nach Suizid



# Die AGUS - Selbsthilfegruppe Brüggen stellt sich vor

## ➤ Wer wir sind?

AGUS steht für „Angehörige um Suizid“ und wurde als Verein 1995 in Bayreuth gegründet. AGUS-Gruppen sind Selbsthilfegruppen:

- kostenfrei
- offen für alle Suizidtrauernden
- religiös/weltanschaulich unabhängig
- unverbindlich.

Die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter sind selbst Betroffene und ehrenamtlich tätig. Sie sind durch spezielle Kurse für diese Tätigkeit qualifiziert.

Die Gruppe Brüggen ist aktuell eine von über 75 Selbsthilfegruppen in Deutschland und wird geleitet von Eltern, die im Herbst 2017 ihre damals 20-jährige Tochter durch Suizid verloren haben.

## ➤ An wen richtet sich unsere Selbsthilfegruppe?

Trauernde, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben, unabhängig davon, wie lange der Suizid her ist.

Zu den nahen Angehörigen gehören unter anderem neben Familienmitglieder auch Partner/-innen und Freunde/-innen von Verstorbenen.

## ➤ Welches Ziel verfolgt unsere Selbsthilfegruppe?

Ein Suizid in der Familie oder im Freundeskreis erschüttert die Hinterbliebenen und gibt ihnen das Gefühl, völlig allein mit diesem Schicksal zu sein. Viele Trauernde suchen die Gemeinschaft mit anderen Betroffenen, von denen sie sich verstanden und angenommen wissen. Der Austausch mit den nächsten Verwandten und Freunden ist oft schwierig, weil die Betroffenheit und Trauer sich bei jedem Menschen anders zeigt. Dabei entstehen oft Missverständnisse und Einsamkeitsgefühle. Einfacher ist für viele der Austausch mit anderen Trauernden, die ein ähnliches Schicksal tragen, aber eine andere Lebensgeschichte haben. Deshalb gründen und besuchen Trauernde Selbsthilfegruppen. Hier fühlen sie sich angenommen und gestärkt. Gerade Trauernde nach einem Suizid finden hier vorbehaltlose Unterstützung. Im Gespräch und im Austausch mit Menschen, die Ähnliches durchmachen müssen, ergeben sich oftmals neue Sichtweisen auf die eigene Situation und Perspektiven für das weitere Leben.

Gerne können Sie auch vorab offene Fragen oder Bedenken mit unseren Gruppenleitern telefonisch, per Mail oder auch persönlich besprechen.

## ➤ Wann und wo sind die Gruppentreffen?

Die Selbsthilfegruppe Brüggen trifft sich in der Regel monatlich am 3. Samstag im Monat in **41379 Brüggen, Klosterstr. 5**, jeweils in der Zeit von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Unsere Gruppe ist eine "offene Gruppe" und somit ist grundsätzlich eine Teilnahme ohne Anmeldung möglich. Eine vorherige Kontaktaufnahme kann für Sie allerdings sehr sinnvoll sein, um beispielsweise noch offene Fragen zu klären und einen ersten kleinen Eindruck zu erhalten. Uns hilft dieser Erstkontakt auch, uns etwas besser auf die Teilnehmerzahl einzustellen zu können. Unsere Kontaktdaten sind der Rückseite dieses Flyers zu entnehmen. Ein Einstieg ist zu jedem Zeitpunkt möglich.

**Unsere Homepage mit vielen zusätzlichen Infos:** <https://brueggen.agus-selbsthilfe.de>

## ➤ Unsere Partner:



**Facebook-Community**  
**Trauer, Trost und Zuversicht nach Suizid**  
**– Gemeinschaft für Angehörige**  
<http://www.facebook.com/groups/Trauer.Trost.Zuversicht.nach.Suizid.Angehoerige>



**BIS Selbsthilfekontaktstelle**  
**für den Kreis Viersen**  
<https://www.bis-brueggen.de/>