

## **Gemeinsam kochen: Trauerhilfe für Witwer in Amberg!**

Der Hospizverein Amberg bietet Kochkurse für Witwer an, um Trauer und Isolation durch Gemeinschaft und Kochen zu lindern.

Amberg, eine Stadt, in der das gemeinschaftliche Miteinander gepflegt wird, bietet eine besondere Initiative für Witwer an, die im Zuge ihrer Trauerbewältigung Unterstützung suchen. Der Hospizverein Amberg und Landkreis Amberg-Sulzbach hat erkannt, dass Trauer oft Einsamkeit mit sich bringt, besonders bei älteren Männern, die den Verlust ihrer Ehefrau verkraften müssen. Aus diesem Grund werden alljährlich im Frühjahr und Herbst Koch- und Backkurse speziell für Witwer organisiert.

Diese Kurse sollen nicht nur kulinarische Fähigkeiten vermitteln, sondern auch eine Plattform bieten, um Erinnerungen an die verstorbene Partnerin zu teilen und neu zu beleben. Durch das gemeinsame Kochen entsteht ein Gefühl der Verbundenheit und es werden Gespräche gefördert, die für den Heilungsprozess von entscheidender Bedeutung sind. Kochen, so die Veranstalter, ist mehr als nur Nahrungszubereitung; es ist eine Möglichkeit, Erinnerungen lebendig zu halten und soziale Isolation zu überwinden.

### **Kochkunst als Trauerbewältigung**

Der nächstgelegene Kurs erstreckt sich über sechs Abende, wobei die Teilnehmer eingeladen sind, gemeinsam zu lernen und sich auszutauschen. Die Idee dahinter ist, dass die Witwer in einer unterstützenden Umgebung neue Rezepte und

Kochtechniken erlernen, während sie gleichzeitig die Gelegenheit haben, über ihre Erfahrungen zu sprechen. Dies könnte durchaus helfen, die schweren Zeiten der Trauer etwas zu erleichtern.

Die Bedeutung dieser Initiative liegt nicht nur in der praktischen Hilfe beim Kochen, sondern auch in der emotionalen Unterstützung, die sie bietet. Oft sind es die kleinen Dinge im Alltag, die nach einem Verlust als große Hürde erscheinen. Im Kochkurs können die Teilnehmer lernen, wie sie sich ohne ihre Partnerin in der Küche zurechtfinden können, was einen großen Teil ihres Lebens verändert hat.

Der Hospizverein hat sich als eine wichtige Anlaufstelle für Menschen in Trauer etabliert und zeigt, wie wichtig es ist, Gemeinschaft zu fördern und Gespräche zu initiieren, wenn das Leben oft so unübersichtlich erscheint. Indem sie den Witwern diese Gelegenheit bieten, tragen sie dazu bei, die Last der Trauer zu teilen und ein Netzwerk von Unterstützung zu schaffen.

Für mehr Informationen über die Kurse und die Angebote des Hospizvereins, **schaut auf die Website von [www.mittelbayerische.de](http://www.mittelbayerische.de)**.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**