TOD – Ein schwieriges Thema…. (Triggerwarnung!)

10. Juni 2023

TOD – Ein schwieriges Thema….

Über den Tod spricht niemand gerne. Auch wir nicht. Und trotzdem müssen wir dieses schwierige Thema nun einmal ansprechen da es auch vor unserem Verein nicht Halt macht.

In den letzten fünf Jahren verloren wir vier unserer Mitglieder. Die Gründe sind unterschiedlich.

Es macht umso betroffener, wenn man den Menschen persönlich kannte.

Marco Ring
Dorian Liebenau
Luke Damion Zucker
Johannes Schulz

Nicht zu vergessen Malte, der zwar kein Mitglied des Vereins war, den aber viele persönlich kannten.

Zu Tode geprügelt…. Schwere Krankheit, Suizid, ganz plötzlich gestorben….

Die Gründe sind unterschiedlich und trotzdem haben Sie alle eines gemeinsam: Die Mahnung, dass wir auf uns achten sollen und müssen!

Wir müssen auf uns achten, wenn wir in der Öffentlichkeit unterwegs sind. Lasst euch nicht provozieren, denkt nicht ihr seid stärker als der Abschaum, der uns vor lauter Wut und Abscheu verletzen will. Es ehrt euch, wenn ihr deeskalierend wirken wollt, aber in den wenigsten Fällen sind wir dem Angreifer tatsächlich gewachsen. Ruft lieber die Polizei – lieber einmal zu viel als einmal zu wenig. Bringt euch selbst nicht in Gefahr.

Tel. 110

Wir müssen auf uns achten, wenn wir stressige Zeiten erleben. Wenn schon das Aufstehen in der Früh so viel Kraft kostet, dass man nicht mehr weiß, wie man den Tag durchstehen soll. Wenn die dunklen Gedanken übermächtig werden…

Wenn ihr das Gefühl habt, dass in der Schule, im Job oder im privaten Umfeld alles zu viel wird, euch niemand liebt oder sieht. Bitte sucht euch Hilfe!

Infotelefon Depression 0800 – 33 44 533
Telefonseelsorge 0800 – 111 0 111

Wir müssen auf uns achten, wenn unser Körper Signale sendet. Bitte geht regelmäßig zum Endokrinologen und lasst euren Status messen. Seid ihr noch im Normbereich. Habt ihr manchmal Schmerzen und versucht diese zu verdrängen, weil wir ja „so taffe Kerle sind“? Lasst euch

durchchecken, bevor es zu spät ist und eure Lieben nicht verstehen warum ihr so lange gewartet, oder nie was gesagt habt.

Suche Hausarzt

Wenn ihr das Gefühl habt irgendwas ist los und ihr wisst nicht genau was dann versucht mit anderen darüber zu sprechen.
Findet gemeinsam heraus was wichtig ist für euch.

DU BIST NICHT ALLEIN – ACHTE AUF DICH!

*Autor*in des Textes: Jonas F. Vorstand des TransMann e.V. , Leiter der RG München*