

1 Jahr durch deine Trauer



Keiner muss mit seiner Trauer alleine bleiben – wir begleiten dich ein Jahr durch deine Trauer.

Neue Trauergruppe ab dem 05. November.

Trauerwege sind anstrengend, unvorhersehbar und ganz individuell. Sie zu bewältigen braucht Zeit und kann sich über Jahre hinziehen. Das ist normal. Verdrängte oder verborgene Trauer zeigt sich oft sehr lange Zeit später.

Auf allen Trauerwegen setzen sich Menschen mit intensiven Gefühlen auseinander: Schmerz, Wut, Ängste, Sehnsucht und Ohnmacht, aber auch Dankbarkeit und Liebe. Manchmal braucht es Menschen, die diese Gefühle mittragen.

Unser Ziel ist, in einem geschützten Rahmen mit unterschiedlichen Methoden und Übungen den Verlust versöhnlich in die eigene Biografie zu integrieren.

Im Bewusstsein, dass jeder Mensch sein eigener Experte ist, begleiten wir die Trauernden.

Die Trauergruppe wird von den zertifizierten Trauerbegleiterinnen Rossita Eichholz und Andrea Platte geleitet und mit unterstützenden Anregungen liebevoll begleitet.

- **Für wen?** Es sind alle willkommen, die von einem Verlust betroffen sind. Dabei spielt es keine Rolle, wie lange der Verlust zurück liegt.
- **Wann?** Die Trauergruppe findet montags von 19⁰⁰ bis 21⁰⁰ Uhr statt.
- **Wo?** Im Gemeindehaus Christuskirche, Neuer Krug 4, II. Stock, 21502 Geesthacht.
- **Kosten?** 5,00 € pro Abend.
- **Beginn:** **05. November 2018**
- **Themen:** Die Trauer verstehen - Sich erinnern - Gefühle annehmen und ausdrücken
Rollenveränderungen - Trostloser Trost - Ausdrucksformen der Trauer
Neue Wege - Jahrestage und Formen des Gedenkens - Hoffnung und Zuversicht – **Neu:** Trauerkaleidoskop nach Chris Paul



*Trauern ist nicht das Problem -
Sondern die Lösung*

Bei uns sind Sie mit Ihrem Leid nicht allein

Information, Anmeldung erforderlich bei Rossita Eichholz, Trauerbegleiterin für Erwachsene, Kinder und Jugendliche, 04152-73968 oder bei Andrea Platte, Trauerbegleiterin, 04152-82926