KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Wenn man den Boden unter den Füßen verliert – Trauer braucht ein Du

geschlossene Trauergruppe

ab Mittwoch, 27. September jeweils 14tägig immer mittwochs von 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Treffen

Der Verlust eines geliebten Menschen greift fundamental in unser Leben ein. Nichts ist wie vorher. Das ganze Sein des Hinterbliebenen ist betroffen.
Trauer ist eine natürliche Reaktion auf den Verlust und ist notwendig, um mit diesem Verlust besser umgehen zu können. Trauer braucht Platz in unserem Leben.
Manchmal ist es sinnvoll, das Leid in einem geschützten Raum mit anderen zu teilen und sich ein Stück des Weges begleiten zu lassen.
Inhalte in der Trauergruppe:
- Veränderungen wahrnehmen und bewältigen
- Gefühle annehmen und ausdrücken
- über Sorgen, Ängste, Wut und Verzweiflung sprechen
- Schritte durch die Trauer
- Umgang mit Jahrestagen u. ä.

Es handelt sich um eine "geschlossene" Trauergruppe, d.h. eine regelmäßige Teilnahme ist sinnvoll und es können während der Gruppenphase keine Teilnehmer/Teilnehmerinnen mehr aufgenommen werden.

Ort
94557 Niederalteich, St. Ursula Hospiz, St. Ursula Weg 5

Mitveranstalter
Hospizverein

Referenten
Helga Weinzierl, Manfred Ketzer

Anmeldung
Tel. 0176 73093044
trauer-deggendorf@outlook.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2024-05-03 09:53:03