

Was hilft in meiner Trauer?

Gruppe für Trauernde



Stand: 5-2018

HOSPIZ KONSTANZ e.V.
Jeder braucht jemanden. Irgendwann.

Was hilft in meiner Trauer?

Sie haben nach dem Tod eines geliebten Menschen die ersten Monate, das erste Trauerjahr durchlebt. Viele, oft schwere Gefühle und Situationen hätten Sie sich früher nicht vorstellen können und vielleicht sind Sie an Grenzen gestoßen. Die Beziehungen mit Ihren Mitmenschen, u.U. auch innerhalb der Familie, haben sich verändert.

Nichts ist mehr so, wie es vorher war.

Nach dem Tod eines nahestehenden Menschen sind wir als Hinterbliebene aufgefordert, neue Wege zu finden, nicht nur für unser unmittelbares Überleben sondern auch für unser zukünftiges Weiterleben. Es sind unbekannte Wege, die noch schwer zu beschreiten sind: „Wie soll ich weiterleben - mit der Trauer, ohne Dich?“

Gemeinsam neue Wege finden

In der Gruppe erhalten Sie an 6 Abenden und einem Nachtreffen verständliche Informationen, fachliche Anleitung und Anregungen zu wohltuenden Übungen. In der persönlichen und gemeinsamen Auseinandersetzung können Sie den Prozess Ihrer Trauer bewusst gestalten und mehr Sicherheit für neue und zukünftige Schritte finden.



Die Gruppe wird von Elke Hutzenlaub (li) und Reinhild Gamm (re) begleitet. Beide sind qualifiziert und erfahren, haben selbst nahestehende Angehörige verloren und engagieren sich seit langem in der Hospizarbeit und Trauerbegleitung.



Ort: Haus am Park, Hospiz Konstanz
Talgartenstraße 2, 78462 Konstanz

Kosten: Die Teilnahme ist kostenfrei – wir freuen uns über eine Spende nach Ihren Möglichkeiten.

Termine: Auf Anfrage oder auf unserer Webseite.
Verbindliche Anmeldung nach dem ersten Abend.
Die Anwesenheit an allen folgenden Abenden ist erwünscht.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Christina Labsch-Nix
Tel. 07531/69138-21
labsch-nix@hospiz-konstanz.de

Hospiz Konstanz e.V.
Talgartenstraße 2, 78462 Konstanz