



Wenn man den Boden unter den Füßen verliert - Trauer braucht ein Du geschlossene Trauergruppe

jeweils mittwochs ab 22. Februar, 14tägig von 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Treffen

Ort:

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

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*innen mehr aufgenommen werden.

Mitveranstalter:

Hospizverein

Referent/in:

Maria Straßgütl
Manfred Ketzer

Veröffentlichungsdatum: 25.01.2023

Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28
Fax 09901 902880
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de