



Geistliches Zentrum
Hensoltshöhe



Hospizverein Landkreis
Weißenburg-Gunzenhausen e.V.

Kontaktpersonen:

Andrea Albrecht
Patientenbetreuung, Altmühlseeklinik
Telefon: 09831 507 780

Christa Horst
Trauerbewältigung
Telefon: 01512 8129880

Hospizverein
Landkreis Weißenburg/Gunzenhausen e.V.
Telefon: 09831 619161

Fotos der Hensoltshöhe

Titelbild: Fotolia.com © danilantq2010

„Trau
dich
zu
traueren“

Freitag, 04. November 2022

Hensoltshöhe – Haus Bethel
19:00 Uhr – Seminarraum

Geistliches Zentrum
der Stiftung Hensoltshöhe
Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen
www.geistliches-zentrum-hensoltshoehe.de



„Trau dich zu trauern“

Das Thema Trauer wird in unserer heutigen Gesellschaft nicht oft angesprochen. Trauer hängt mit Tod, Sterben, Verlust zusammen und es macht vielen Angst, sich damit zu beschäftigen. Dennoch wird jeder von uns im Laufe seines Lebens einmal mit Tod, oder einem besonderen Verlust konfrontiert.

Dann kommen Gefühle, die wir bisher in dieser Stärke noch nie erlebt haben in uns hoch.

Damit wir diesen Gefühlen und Körperreaktionen, die die Trauer begleiten nicht hilflos ausgeliefert sind, möchten wir Ihnen den Trauerprozess beschreiben und verschiedene Trauerangebote in unserer Region nahebringen.

Sich trauen zu trauern, das heißt: den Trauernden die Erlaubnis zu geben, was sie spüren und wahrnehmen ohne Beschränkungen auszudrücken.

Als Begleiter sind wir eingeladen, beim „Trau dich trauern“ behilflich zu sein.

- Was ist Trauer
- Die 5 Stadien der Trauerbewältigung
- Kinder trauern anders
- Trauer ist normal, sie ist sogar biblisch!

*Wo
Himmel
und Leben
sich berühren.*

*. . . menschen
die wir lieben
hinterlassen
spuren,
in unseren
Herzen
bleiben sie
für immer . . .*