

Begleitung durch:

Anne Christensen - Lebensberaterin

Ausbildung in Logotherapie
und Existenzanalyse
Sterbe- und Trauerbegleitung

Ort:

Amtmann-Schroeter-Haus
Hauptstraße 63
28865 Lilienthal

Termine:

jeweils Samstags:

- 21. September 2019
- 5. Oktober 2019
- 19. Oktober 2019
- 2. November 2019
- 16. November 2019
- 30. November 2019
- 14. Dezember 2019

Uhrzeit: 10.00 - 11.30 Uhr

Die Teilnahme am Trauerkreis
ist **unentgeltlich**.

Anmeldungen

für den Trauerkreis

bitte an:

RUDOLF *Stelljes*
Bestattungsinstitut
Familienbetrieb seit 1898

Hauptstraße 62
28865 Lilienthal

Telefon: 04298 / 2284

Telefax: 04298 / 2061

www.bestattungen-stelljes.de

info@bestattungen-stelljes.de

Wir sind für sie da...

....jederzeit!

**Kein Mensch kann
den anderen von seinem Leid befreien;
aber er kann ihm Mut machen,
das Leid zu tragen.**

Selma Lagerlöf



**Begleitung
für
Trauernde**

RUDOLF *Stelljes*
Bestattungsinstitut
Familienbetrieb seit 1898

Wir sind für sie da...

....jederzeit!

TRAUER

Trauer erfahren

Nach dem Verlust eines geliebten Menschen haben wir Gefühle wie Verzweiflung, Unglauben, Bitterkeit, Wut, Unverständnis, aber auch Angst, Schuld, Hoffnungs- und Hilflosigkeit. Oftmals empfindet man gar nichts, nur die Leere, als wäre man ganz allein gelassen. Und immer wieder kommen die Gedanken, der Schock des Sterbens und des Todes des geliebten Menschen.

Wo kann man hin mit seiner Trauer, seiner Sehnsucht und den nicht erfüllten Wünschen. Angehörige und Freunde stehen dem Wechselbad an Gefühlen oft hilflos gegenüber. Nahestehende Personen raten einem oft sich zusammenzunehmen, abzulenken, wieder an sich selbst zu denken oder ähnlich profanes. Der Tod ist ein Thema, das in unserer Gesellschaft nicht gerne besprochen wird.

BRAUCHT

Trauer zulassen

Trauer braucht seine Zeit. Und diese Zeit kann niemand terminlich festlegen. Jede Trauer ist einzigartig, weil jeder Mensch und jede Lebensgeschichte einzigartig ist.

Der trauernde Mensch muss seinen eigenen Weg finden, um von einem geliebten Menschen Abschied nehmen zu können.

Für die Bewältigung der Trauer bieten wir, das **Bestattungsinstitut Stelljes**, Ihnen einen **Trauerkreis** an, in dem in geschützten Rahmen die Möglichkeit besteht, über das Trauerereignis zu sprechen und es zu bearbeiten.

In einer Gruppe können Sie in der Begegnung mit ähnlich Betroffenen die Heilkraft gemeinsam durchlebter Trauer erfahren. Sie werden feststellen, dass Trauern normal und wichtig ist, und es kein „richtig“ oder „falsch“ gibt.

ZEIT

Trauer verstehen

In der Zeit der Trauer stehen Sie vor der Aufgabe, Abschied zu nehmen und loszulassen, ein neues Leben zu beginnen. Das ist ein Weg, der viel Zeit benötigt. Das Ziel des Trauerweges ist, wieder ins Einverständnis mit dem Leben zu kommen: Ja sagen zu allem, was jetzt ist.

Manche erfahren, dass alles anders geworden ist als es war; dass ihnen der Boden unter den Füßen entzogen wurde; dass alles, was vor dem Tod so klar und selbstverständlich war, jetzt mit einem Fragezeichen versehen ist. Die Suche nach neuen Wurzeln beginnt.

Trauer hat viele Gesichter. Trauer will gelebt sein, damit Leib und Seele wieder ins Gleichgewicht kommen.

Wichtig ist dabei, über seine Trauer zu sprechen. Da kann es gut tun, mit Menschen in Kontakt zu kommen, die Ähnliches erfahren haben denn da fühlt man sich verstanden und erfährt Trost und Halt.