

IN DER TRAUER NICHT ALLEINE BLEIBEN

Einladung zur Trauergruppe

Trauer ist individuell. Jeder Mensch trauert auf seine eigene Weise.
Wir möchten einen geschützten und wertschätzenden Raum für Begegnung,
Austausch und persönliche Erfahrungen schaffen.

GEMEINSAM DURCH DIE TRAUER – Freitags, 16:00 bis 17:30 Uhr

Ort: Psychosoziales Zentrum Feldbach – Hilfswerk Steiermark
Bindergasse 5/1, 8330 Feldbach

20. NOVEMBER	Ankommen & Spaziergang Kennenlernen · Gespräch · Gemeinsamer Spaziergang
18. DEZEMBER	Tee & Kekse Austausch · Begegnung · Zeit füreinander
22. JÄNNER	Körperübungen Wahrnehmen · Bewegen · Bei sich ankommen
26. FEBRUAR	Kreativer Ausdruck Gestalten · Ausdrücken · Neue Zugänge finden
19. MÄRZ	Entspannung & Abschluss Zur Ruhe kommen · Loslassen · Gemeinsam ausklingen

GESCHLOSSENE GRUPPE

5 Termine. Regelmäßige Teilnahme erwünscht.
Laufender Einstieg nach Absprache möglich.

VORGESPRÄCH

Vor der Teilnahme möchten wir Sie zu einem
persönlichen Vorgespräch einladen.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Für die Teilnahme ist aus organisatorischen Gründen eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Anmeldeschluss: jeweils eine Woche vor dem Termin.

Anmeldung und Information unter: trauergruppe@suizidpraevention-stmk.at oder Tel. 0676/847 886 301

Ein Raum, in dem alles sein darf: Gespräch und Stille, Tränen und Erinnerungen, Nähe und Abstand.

Leitung: Mag. Christine Hadler, Mag. Simone Hutter