

Trauergruppe für Frauen - zusammen durch die dunkle Jahreszeit



Den Tod eines nahestehenden Menschen bewältigen zu müssen und dabei Trauer als einen heilsamen Weg in eine neue Lebenssituation wahrzunehmen, diese Herausforderung führte die Teilnehmerinnen der Trauergruppe an 4 Abenden zusammen.

Unter den programmatischen Überschriften *Herberge*, *Neuland*, *Trittsteine* und *Rückenwind* wurden Etappen auf dem je eigenen Trauerweg bedacht.

Impulse, Austausch, Einzelarbeit, kreative Aufgaben, Musik und Bewegung und anschauliche Vermittlung von aktuellen Erkenntnissen der Trauerforschung sowie das

gemeinsame (einfache) Abendessen dienten zusammen dem Ziel, in einem geschützten Raum mit anderen Betroffenen sich auf diese Wirklichkeit einzulassen: **ich lebe mit meiner Trauer.**

Weil die Erfahrung zeigt, wie stärkend und bereichernd das Miteinander in einer Gemeinschaft wirkt, möchten die Verantwortlichen auch im kommenden Winter diese Form der Begleitung auf dem Trauerweg für Frauen anbieten.

Kontakt: Monika Winstel, Tel. 0163 / 9721608, Mail: Monika.Winstel@drs.de