

Gesprächskreis für Trauernde:

Vom heilsamen Umgang mit Verlust und Trauer

Verlusterfahrungen und Trauer haben viele Gesichter. Der Tod eines nahen Menschen kann uns seelisch sehr belasten und in eine Krise stürzen, von der wir uns manchmal nur mühsam erholen. Vielleicht ist der Verlustschmerz kaum auszuhalten, vielleicht belasten uns Schuldgefühle oder alter Groll, vielleicht fühlen wir uns wie betäubt und gefühlsleer, vielleicht verletzt oder wütend. Mit Erinnerungsarbeit nehmen wir uns Zeit für unsere Verlustgeschichte und geben der Trauer Raum. Dabei helfen uns: Stille und Selbstbesinnung, achtsames Gespräch und kreative Ausdrucksmittel, Musik und Rituale. Eingeladen sind Menschen, die bereit sind, ihren eigenen Weg mit ihrer Trauer auch noch längere Zeit nach dem Verlust zu finden

Zeit: immer dienstags, vierzehntägig

Beginn: 3.Mai 2011, 15.00-17.00 Uhr,

**Ort: Oberhavelhospiz e.V., Bernauer Str. 102,
16515 Oranienburg**

Information und Anmeldung: Elisabeth-Dorothea Lüneburg,

Tel.: 03301 20 74 45; oder 0170 83 39 778 ; E-Mail: Oberhavel-Hospiz@gmx.de.

Erstes Lebenscafé für Trauernde in Oranienburg

„Café Licht-Blick“ eröffnet am 10. Mai 2011 in

Oranienburg, um 15.00 Uhr – für trauernde Menschen, die Angehörige und Zugehörige durch den Tod verloren haben.

Jedes Treffen im Lebenscafé Lichtblick beginnt mit dem offenen Café-Angebot mit Kaffee, Tee und Kuchen. Im Anschluß besteht die Möglichkeit zu einem moderierten Gespräch zum wechselseitigen Austausch und zur Information über Trauerwissen.

Das Café Lichtblick ist zunächst einmal im Monat geöffnet, immer dienstags: 7. Juni, 5. Juli, 2. August 2011 usw.

Unsere Eröffnung ist am 10. Mai 2011 um 15.00 Uhr. Wir laden Sie herzlich ein zu einem Besuch im Café Lichtblick und freuen uns auf Sie!

Elisabeth-Dorothea Lüneburg, Projektkoordinatorin Lebenscafé für Trauernde; Monika Baumann, Koordinatorin Oberhavelhospiz e.V.