

# DASEIN. FÜREINANDER



Hospiz Elias

## Meine Trauer leben – offene Gesprächsgruppe



**Termine:** 15.01.; 04.03.; 08.04.; 27.05.; 08.07.; 19.08.;  
07.10.; 04.11.24

jeweils 18 bis 21.00 Uhr

**Ort:** Seminarraum Hospiz Elias

**Leitung:** Gabriele Kettenhofen  
Zert. Trauerbegleiterin (BVT)  
Dietmar Breiningen, zert. Trauerbegleiter, ehrenamtlicher  
Hospizbegleiter  
und das Team Trauerbegleitung

### Inhalt

Trauer ist eine normale und lebenserhaltende Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen. Die Heftigkeit der Gefühle und die vielen Herausforderungen und Veränderungen im Alltag werden oft als überwältigend und kaum auszuhalten empfunden.

Es ist wichtig darüber zu sprechen und der eigenen Trauer Ausdruck geben zu dürfen.

### Wie soll mein Leben weitergehen?

Wir wollen unter fachlicher Begleitung einen geschützten Raum bieten, indem Sie sich austauschen können und aussprechen dürfen, was Sie gerade bewegt.

Sie lernen Übungen und Entspannungstechniken kennen, die Sie im Alltag anwenden können.

**Teilnahmegebühr:**

**Wir bitten um Spenden für unsere Trauerangebote**

**Anmeldung:**

**[trauer@hospiz-elias.de](mailto:trauer@hospiz-elias.de)**

Rechtsträger: St. Dominikus Krankenhaus und  
Jugendhilfe gGmbH, Ludwigshafen am Rhein

Hospiz Elias · Bildungswerk  
Steiermarkstraße 12 · 67065 Ludwigshafen  
am Rhein · [www.hospiz-elias.de](http://www.hospiz-elias.de)

Bankverbindung:  
Sparkasse Vorderpfalz  
BLZ: 545 500 10 · Kto.-Nr.: 17 707

IBAN: DE89 5455 0010 0000 0177 07  
SWIFT-BIC: LUHSDE6AXXX

Registergericht Ludwigshafen am Rhein  
HRB 60491 · UST-ID-Nr.: DE 225 754 646

Aufsichtsratsvorsitzender: Ingbert Müller  
Geschäftsführer: Marcus Wiechmann