

Intensive Begleitung bei Trauer

Ich möchte Ihnen, wenn Sie einen nahen Menschen verloren haben und sich nach der ersten Trauerzeit (oder auch später) sortieren und sich jemandem außerhalb des Familien- oder Freundeskreises anvertrauen wollen, eine gemeinsame Auszeit anbieten.

Für die Dauer eines Wochenendes (oder auch mehrere Tage während der Woche) miete ich eine Ferienwohnung in schöner Umgebung am nördlichen Riesrand an. Ein ganzes Wochenende lang bin ich nur für Sie da. Hier darf Reden und Schweigen sein. Lachen, Wut und Weinen. Wir sprechen über alle Gefühle, die sich zeigen, auch über die, die tabuisiert sind. Wir gehen in die Natur. Ich biete Entspannungsübungen an. Wir können malen. Wir suchen Symbole in der Natur und sprechen über die persönliche Bedeutung. Ich gehe mit Ihnen den Weg, der jetzt für Sie wichtig ist.

Kosten: 450 € plus Unterkunft, eventuell Vollpension (abhängig, ob ich für uns eine Ferienwohnung oder 2 Zimmer in einem Seminarhaus anmiete, ganz nach Wunsch)

Termin nach Vereinbarung; haben Sie keine Scheu und fragen Sie mich, wenn Sie mehr wissen wollen.

Der Ablauf des Wochenendes ist ein KANN und veränderbar, je nach Bedürfnis

Freitagabend

Gemeinsames Abendessen und erstes Gespräch

Samstag

Frühstück

Am Vormittag Wandern

Mittagessen anschließend Rückzug

Am Nachmittag Gespräch

Abendessen

Am Abend Entspannungsübungen Meditation Malen

Sonntag

Frühstück,

Rückblick ... jetzt ... Ausblick

Mittagessen anschließend Packen

Was Sie mitbringen können: Fotos, Erinnerungsstücke, Musik, die Sie mögen.

Bequeme Kleidung für draußen und drinnen.