ONLINE-TRAUER-GRUPPE FÜR SUIZID-HINTER-BLIEBENE

Donnerstags,
14-tägig,
18:30-20:30 Uhr

Wir fühlen uns häufig allein auf unserem Weg der Trauer. Obwohl wir Mit-LEID von unserem Umfeld erfahren, können Außenstehende nur sehr schwer wirkliches Mit-GEFÜHL entgegenbringen.

VON BETROFFENEN FÜR BETROFFENE

- **Gespräche und Austausch** mit anderen Suizidtrauernden in **geschütztem Rahmen**
- **Sofortiges Verständnis**, da die Situation und die damit verbundenen Gefühle nicht erklärt werden müssen
- **Raum für die Trauer**, die im Alltag oft keinen Platz findet
- **Impulse** für die eigenen Handlungsmöglichkeiten
- „**Betroffenenkompetenz**"
- Erweiterung des Blicks über die Trauer hinaus, um wieder **Zukunftsperspektiven** zu sehen

Ich freue mich auf dich!

Weitere Infos & Anmeldung: kathrin.benkenstein@sonnenkinder.org