

Angebot für Trauernde

«Lass dem Herzen diesen Streifen Trauer...»

Haben Sie kürzlich oder vor längerer Zeit einen Menschen verloren? Möchten Sie Wege finden, Ihre Trauer besser zu verstehen, um durch sie zu einem erweiterten Bewusstsein zu kommen?

Falls Sie diese Fragen mit Ja beantworten empfehlen wir Ihnen dieses Angebot.

An drei Abenden nehmen wir Trauer in ihren verschiedenen Facetten wahr, fühlen sie seelisch und körperlich. Wir suchen und finden Wege, unsere Trauer zu benennen, anzunehmen und in den weiteren Lebensweg zu vertrauen. Dabei verwenden wir unterschiedliche Zugänge aus den Bereichen Theologie, spirituelle Psychologie und achtsamer Körperwahrnehmung.

1. Durchführung: 26.1./2.2./9.2.2024, 17–20 Uhr

2. Durchführung: 24.5./31.5./7.6.2024, 17–20 Uhr

Wo: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, Bern

Kosten: Fr. 120.– für 3 Abende à 3 Std.

Leitung:

- Anja Michel, Pfarrerin
anjamichel@gmx.ch, www.anjamichel.ch
- Urs Gfeller, Trauerbegleiter
urs.gfeller@zeit-ewigkeit.ch, www.zeit-ewigkeit.ch

Anmeldung: bei Anja Michel

Anmeldeschluss: 1.12.2023 (Anzahl TN ist beschränkt, es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen)

(Vertiefungsangebot: 21.6./28.6.2024, 17–20 Uhr)