

Trauer braucht Zeit. Und manchmal Gemeinschaft.

Trauer braucht Zeit und darf ihren eigenen Weg nehmen.

In einer kleinen, festen und professionell begleiteten Gruppe kommen wir über mehrere Monate zusammen.

So können Vertrauen und ein geschützter Raum entstehen.

Hier ist Platz für Schmerz und Sehnsucht, für Erinnerungen und Fragen, aber auch für schöne Momente, neue Kraft und die Frage, wie das eigene Leben mit dem Verlust weitergehen kann.

Die Abende verbinden Gespräch und Austausch mit Impulsen rund um Trauer, Erinnerungsarbeit, kreativen Methoden und kleinen Ritualen. Praktische Übungen können dabei unterstützen, mit schwierigen Gedanken und Gefühlen umzugehen und herauszufinden, was im eigenen Alltag Halt und Kraft geben kann.

Die Gruppe ist unabhängig von Religion oder Weltanschauung.

TRAUERGRUPPE WUPPERTAL-KATERNBERG

TERMINE

jeweils montags 18:30–20:30 Uhr

14.09. · 28.09. · 05.10. · 12.10. · 02.11. · 16.11.
30.11. · 14.12.2026

11.01. · 25.01. · 15.02. · 01.03.2027

ORT

Gemeindesaal der Auferstehungskirche
Bergischer Ring 31 · 42113 Wuppertal-Katernberg

TEILNAHME

360 € für 12 Abende

VORGESPRÄCH

Vor Beginn findet ein persönliches Vorgespräch statt, damit wir gemeinsam schauen können, ob die Gruppe im Moment das Richtige für Sie ist.

Dr. Anja Schmidt-Ott TRAUERCOACHING

Zertifizierte Trauerbegleiterin · LAVIA-Gütesiegel

0160 9444 96 56

kontakt@schmidt-ott.de

www.schmidt-ott.de