



**TrauerKraft**

- Trauerbegleitung&Seelsorge
- Beratungen und Schulungen
- Trauergruppen
- Rituale&Zeremonien

## **Trauerbegleitung**

Trauer ist eine gesunde und natürliche Reaktion auf einen Verlust. Damit sich die Trauer entwickeln kann ist es wichtig den eigenen Gefühlen genügend Zeit, Raum und Aufmerksamkeit zu schenken. Eine gute Trauerarbeit befähigt, die Situation anzunehmen, den Verlust zu verarbeiten und sich wieder dem Leben zuzuwenden. Wir stehen auf diesem Weg begleitend und ermutigend zur Seite.

## **Krisenbegleitung**

Beim Erhalt einer lebensverändernden Nachricht oder Diagnose, kann unsere Begleitung sowohl der direkt betroffenen Person, als auch deren Angehörigen, eine Stütze sein und Halt und Orientierung vermitteln. Es fällt dadurch leichter die nächsten notwendigen Schritte zu unternehmen. Durch unsere Beteiligung wird gewährleistet, dass die Bedürfnisse aller involvierten Personen berücksichtigt werden können.

## **Abschied nehmen und gestalten**

Wir begleiten ein würdevolles Abschiednehmen, auch in schwierigen Situationen. Abschiedszeremonien und Rituale werden gemeinsam, individuell passend und mit viel Liebe gestaltet. Dadurch wirken sie nachhaltig, kraftvoll und tröstend.

## **Betriebsberatung, Schulung und Prävention**

Wir beraten Institutionen, Betriebe sowie Gemeinden und Schulen rund um die Themen Sterben, Tod und Trauer. Der Umgang mit Krisen und belastenden Gefühlen kann erlernt und die persönliche Resilienz gestärkt werden. Dies ist für die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden von grosser Bedeutung und stellt auch für die Suizidprävention einen wichtigen Faktor dar.



Wir begleiten  
**achtsam – wertschätzend – kompetent – stärend**  
und unabhängig von Glaubens- und Konfessionszugehörigkeit.