



## WEITERLEBEN IN ZEITEN DER TRAUERBEWÄLTIGUNG

**T**rauererfahrungen sind so alt wie die Menschheit selbst.

**O**bgleich der Tod zum Leben gehört, erleben sich Hinterbliebene, An- und Zugehörige oftmals haltlos und unverstanden.

**D**er Verlust eines geliebten Menschen hinterlässt Spuren von Schmerz, Einsamkeit, Sehnsucht, Schuld, Angst, Dankbarkeit oder auch Ärger.

In den Räumen von Trostwerk – andere Bestattungen in der Erikastraße 42, 20251 Hamburg biete ich Termine für eine Trauergruppe an.

In einem geschützten Raum können sich Trauernde treffen, eigene Erfahrungen mit denen anderer teilen und Orientierung finden.

Ich unterstütze Sie in Zeiten der Trauerbewältigung mit thematischen Anregungen, die zu Veränderungen im Alltag und zum Aufbau stabilisierender Ressourcen beitragen können.

Bitte melden Sie sich vorher an unter:

Telefon, WhatsApp, SMS: 0176-21185015

E-Mail: [kontakt@birgit-steinke.de](mailto:kontakt@birgit-steinke.de)

Wir treffen uns am

12. März 2025

16. April 2025

14. Mai 2025

18. Juni 2025

16. Juli 2025 und

13. August 2025

jeweils von 18.00 Uhr – 20.00 Uhr, á 12,00 Euro (pro Termin)