



Begleitete Trauergruppe – Einstieg jederzeit möglich

Sich austauschen und wieder spüren bei Gesprächen und Yoga in Zeiten der Trauer.

Ein offenes Angebot für Trauernde das Raum für Begegnung und Bewegung schafft.

Wenn Menschen mit dem Tod eines nahen Angehörigen konfrontiert sind, stellt sie das vor eine ganz besondere Aufgabe der Trauerverarbeitung. Andere können oft nicht nachvollziehen, wie sie sich als Trauernde fühlen. Die Trauergruppe ist ein Angebot für Trauernde, die sich mit andern Trauernden treffen und austauschen möchten. Auch Yoga kann helfen, mit sich und der Welt wieder mehr in Verbindung zu kommen.

Der erste Abend am Donnerstag, 24.04.2025 um 18 Uhr ist offen und kostenfrei.

Wann: Montag, 12.05., 07.07., 06.10., 01.12.2025 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Wo: Homebase, Kaiserstraße 29a, 6380 St. Johann/T.

Kosten: 5 Euro, zahlbar vor Ort

Mitbringen: Yogamatte, Decke und bequeme Kleidung

Anmeldung ist erforderlich:

Sigrid Wörgötter, Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

sigrid.woergoetter@hospiz-tirol.at

Tel: 0676-88 1 88 305

Leitung:

Sigrid Wörgötter

Regionalbeauftragte Bezirk Kitzbühel und Trauerbegleiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Waltraud Weber

Zertifizierte Yogalehrerin und ehrenamtliche Hospizbegleiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft