

# Einladung zum Workshop

## Trau dich trauern! Auf den Wegen des Abschieds

**Montag, 19. Oktober 2020, 19:30 Uhr**

Feuerwehrzeughaus  
4906 Eberschwang Nr. 83

Eintritt frei; freiwillige Spenden erbeten.

Referentin: Petra Maria Burger, Trauerbegleiterin, Trauerrednerin

Anmeldung erforderlich (begrenzte Teilnehmerzahl)



# Trau dich trauern. Auf den Wegen des Abschieds.

Ein Workshop für pflegende und betreuende Angehörige.

Verlust und Abschied, Loslassen (zu müssen): Tod und Trauer sind Erfahrungen, die jeder Mensch erlebt. Häufig wird eine tiefe Krise ausgelöst und unser Leben schwer erschüttert.

Es ist eine Zeit der zwiespältigen Gefühle, in der wir Regungen wie Einsamkeit, Enttäuschung, Wut, Orientierungslosigkeit oder Todessehnsucht ausgesetzt sind.

Manche reagieren mit Rückzug, andere reden ununterbrochen, einige wollen einfach nur den Alltag bewältigen und suchen Halt in der Routine, und wieder andere sprudeln vor Aktivität auf der Suche nach Neuorientierung.

Trauer ist keine Krankheit. Wir dürfen sie zulassen, sonst kann die Trauer krank machen.

Sie braucht Ausdruck, Vertrauen und Verständnis. Der Weg durch die Trauer muss gegangen werden, auch wenn in unserer Gesellschaft oftmals kein Platz für Trauergefühle ist.

Begleitung ist gefragt – aber wie?

Der Workshop bietet Anregungen zum Themenfeld Abschied-Loslassen-Trauern und ermutigt, sich eigenen Verlusterfahrungen zu stellen sowie als Begleitende wachsam zu bleiben.

## Information und Anmeldung:

Caritas für Betreuung und Pflege  
Servicestelle Pflegende Angehörige  
Parkstraße 1, 4840 Vöcklabruck  
Tel.: 0676 / 87 76 24 48

helene.kreiner-hofinger@caritas-linz.at  
[www.pflegende-angehoerige.or.at](http://www.pflegende-angehoerige.or.at)  
[www.facebook.com/pflegendeangehoerige](https://www.facebook.com/pflegendeangehoerige)

Diese Veranstaltung findet mit dem Caritas-Treffpunkt für pflegende Angehörige Eberschwang statt.



Gefördert aus den Mitteln  
der Sozialversicherung