



## ***Begleitete Trauer- und Urlaubsreise zum Ostseebad Prerow vom 13. - 19. September 2020***

### ***Abschied und die Zeit danach – Dem Leben wieder lauschen lernen***

Das Leben geht einfach weiter, als sei nichts geschehen, doch in Ihrer Welt ist nichts mehr wie es einmal war. Der Verlust eines geliebten Menschen erschüttert unsere Grundfeste und bringt uns an einen Wendepunkt unseres Lebens.

Wir laden Sie ein, sich in Begleitung zweier erfahrener Trauerbegleiter Ihrem Verlust auf achtsame Weise zuzuwenden und gemeinsam das Leben wieder neu entdecken zu lernen.

Die eigene Trauer ist und bleibt einzigartig. In der Begegnung und Gemeinschaft mit anderen Menschen, die sich in ähnlicher Situation befinden, können Sie

- *Kraft tanken*
- *Erfahrungen austauschen und Erlebnisse teilen*
- *Nähe und Verständnis erfahren*
- *gemeinsam lachen und weinen und eine neue Balance finden*
- *Lebensfreude und Zuversicht gewinnen*
- *einen weiteren Schritt ins Leben wagen*
- *und sich gestatten, es sich wieder gut gehen lassen zu dürfen*

Die kleine Gruppe von 8 Teilnehmern erlaubt es, miteinander in Berührung zu kommen, authentisch sein zu dürfen, sich nicht erklären zu müssen und mit seiner Trauer verstanden zu werden.

Gemeinsames Frühstück und optional Abendessen, sowie Gesprächskreise, kreative Angebote und gemeinsame Aktivitäten sind ebenso Teil der Reise wie Raum und Zeit für ganz individuelle Bedürfnisse und Wünsche, allein, zu zweit oder in kleiner Runde.

Auch in dieser Zeit stehen wir für Sie als Partner zur Verfügung.

Vor einer verbindlichen Anmeldung möchten wir Sie zu einem persönlichen Kennenlernen einladen.

## **Ort**

Prerow, ein kleiner Ort auf dem Darß gelegen, umgeben vom Meer, Stränden und Wäldern bietet vielfältige Möglichkeiten ([www.ostseebad-prerow.de](http://www.ostseebad-prerow.de)).

## **Unterkunft**

Das "Haus Linden" liegt ruhig, abseits der Straße und doch im Zentrum von Prerow ([www.haus-linden.de](http://www.haus-linden.de)).

## **An- und Abreise**

Die Anreise erfolgt am *Sonntag, den 13.9. bis 16 Uhr, die Abreise ist am Samstag, 19.9.2020.*  
Auf Wunsch ist eine gemeinsame An- und Abreise möglich.

## **Kosten pro Person:**

- 6 Übernachtungen im Einzelzimmer mit Bad und WC inklusive Frühstücksbuffet  
vegan / vegetarisch  
Eine Kaffee, Tee und Wasserbar steht den ganzen Tag zur Verfügung
- 13.9. - 19.9.2020: EZ 614,00 €, DZ 523,00 €
- zzgl. Seminarkosten 290€

## **Für Informationen und bei Interesse erreichen Sie uns:**

Christine Rührmund, Telefon: 0331 / 200 90 82  
E-Mail: [ch.ruehrmund@trauer-akademie.de](mailto:ch.ruehrmund@trauer-akademie.de)

Wilfried Hoffmann, Mobil: 0176 / 48 599 800  
Email: [info@hoffmann-mediation.de](mailto:info@hoffmann-mediation.de)