

Vortrag: Hallo Trauer! Wer bist du?

Kursnummer	262LZ4202
Beginn	Montag, 28.09.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Dauer	1 Termin
Kursort	Garbsen; Geschäftsstelle vhs (am Planetencenter); AUR5
Gebühr	17,00 €
Teilnehmer	6 - 20
Kursleitung	Nicole Vergin

Die Trauer um einen geliebten Menschen oder ein geliebtes Tier begleitet uns oft ein Leben lang und möchte gesehen, gefühlt und verstanden werden. Dieser Vortrag gibt einen einfühlsamen Einblick in das Thema Trauer: Wie "funktioniert" Trauern, und wie kann es gelingen, mit der Trauer im Lebensgepäck weiterzugehen und zugleich in innerer Verbindung mit den Verstorbenen zu bleiben? Ziel des Abends ist es, Impulse für den eigenen Trauerweg zu vermitteln und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie Trauernde im persönlichen Umfeld unterstützend begleitet werden können.

Voraussetzungen

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Mitzubringen:

Offenheit für das Thema

Respektvoller Umgang im Miteinander

Für alle, bei denen gerade Trauer eine Rolle im Leben spielt, empfehlen wir folgende Kurse:

Hallo Trauer! Wie lange bleibst Du? - eine Schreibwerkstatt, die kompakt an einem Donnerstagabend (08.10.2026) stattfindet.
Kursnummer 262LZ4003

Hallo Trauer? Wie können wir Erinnerungen schaffen? - erstellen Sie ein Erinnerungs-Journal an einem Samstag (21.11.2026) . Kursnummer 262LZ4101

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
28.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Garbsen; Geschäftsstelle vhs (am Planetencenter); AUR5