



## **Trauerseminar**

`Trauer ist eine gesunde, lebensnotwendige und kreative Reaktion auf Verlust- und Trennungsereignisse. Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sondern nur durch sie hindurch. `(Jorgos Canacakis, 1992)

Es ist wichtig, diesen Trauerweg zu durchschreiten, damit wir getröstet und getrost trotz der vielleicht großen Veränderung weiterleben können.

Die geänderten Lebensbedingungen fordern uns heraus innezuhalten, mehr auf uns selbst zu schauen und zu überlegen:

Was hilft mir diese schwierige Zeit zu überstehen?

Was kann mir in der Trauer guttun?

Wie gehe ich im Alltag mit (meiner) Trauer um?

Welche lieb gewordenen Gewohnheiten und Rituale wie zB die Feier des Weihnachtsfestes oder die Geburtstagsfeier muss ich neu gestalten?

Wie kann/werde ich mein Leben gestalten - auch ohne den geliebten Menschen?

Die Bewältigung der Trauer braucht ihre Zeit, ihren Raum und vor allem Verständnis. Mit der Zeit ändert sich die Beziehung zum Verstorbenen/zur Verstorbenen - und damit verändert sich diese Person selbst: Die verstorbene Person bleibt Bestandteil unseres Lebens, auch wenn sie nicht mehr da ist - so können wir uns dem Leben wieder neu zuwenden.

Änderungen vorbehalten.

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 06.11.2025





## Information

 Kursdauer:
 8 Einheiten

 Kursbeitrag:
 160,00 € Kursbeitrag ohne Förderung

 55,00 € Kursbeitrag gefördert

 Fachbereich:
 Persönlichkeit & Kreativität

 Zielgruppe:
 Bäuerinnen und Bauern

## Verfügbare Termine

## 26.03.2026 09:00, Linz

Ort Linz

Beginn 26.03.2026 09:00 Ende 26.03.2026 17:00

Örtlichkeit Seminarhaus auf der Gugl, Auf der Gugl 3, 4021

Linz

Information Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500,

info@lfi-ooe.at

Kursnummer 0729/11

Trainer:in Susanne Bock

Termin 1 26.03.2026, 09:00 - 17:00 Uhr

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 06.11.2025