

Wir
freuen uns
auf Sie!

Verlusterlebnisse

Hilfreiche Rituale

Zum Leben gehören Glücksgefühle sowie Enttäuschungen und Verluste. Der Umgang mit schmerzlichen Veränderungen führt oft zu Trauer und ist ein Prozess, der Zeit braucht und einen fordert. Wir können versuchen unseren Blickwinkel zu verändern um in diesem Gefühlswirrwarr mehr Klarheit zu erlangen und uns gestärkt neu auszurichten.

Wie Sie schwierige Situationen bewältigen und die psychische Gesundheit dabei unterstützen können, erfahren Sie an diesem Nachmittag. Zudem erhalten Sie Tipps zu hilfreichen und tröstlichen Ritualen im Alltag.

Wann	Mittwoch, 26. Februar 2025, 14.00–16.30 Uhr
Wo	Kirchgemeindehaus, Frutigenstrasse 22, Thun
Referentin	Nicole Joss Fuchs, Trauerbegleiterin
Leitung/Auskunft	Katrin Lerch, Pro Senectute Kt. Bern, 033 226 60 60
Kosten	Keine
Kursnummer	15200.25.0101
Anmeldung	bis spätestens 19. Februar an Pro Senectute Kt. Bern, 033 226 70 70 oder b+s.oberland@be.prosenectute.ch

Mit Unterstützung der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion
des Kantons Bern und von Gesundheitsförderung Schweiz



Kanton Bern
Canton de Berne



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera