

Die  
Tränen  
von heute  
sind der  
Regenbogen  
von  
morgen.

nach Ricky Nelson



## KREIS ZUM TRAUE(R)N ABBRUCH - UMBRUCH - AUFBRUCH

Haben Sie dies auch schon  
erlebt, kürzlich oder vor  
längerer Zeit:  
Eine Trennung oder  
Scheidung, ein unerfüllter  
Kinderwunsch, Verlust von  
Gesundheit, Arbeit, sozialem  
Umfeld oder einen anderen  
Lebenseinschnitt?  
Spüren Sie noch Schmerz?  
Gemeinsam wenden wir  
uns dem Licht  
der Verwandlung zu.

Montagabend  
19 bis 21 Uhr 30  
6. November 2023  
4. Dezember  
8. Januar 2024  
5. Februar  
4. März

Praxisgemeinschaft vita  
Bahnhofstrasse 11  
3186 Dürdingen

Brüche, Abbrüche und Umbrüche gehören zu unserem Leben. Trauer und unangenehme Gefühle sind eine "normale" Reaktion darauf.

Im wohlwollenden Austausch, im Teilen und Mitteilen, können wir diesen Gefühlen Ausdruck gewähren, sie zulassen, seinlassen und mit Hoffnung und Vertrauen den lichtvollen Aufbruch wagen.

Im Kreis des Traue(r)ns sprechen wir aus dem Herzen, aus dem Jetzt hinaus und hören einander achtsam zu. Wir lassen uns durch Meditationen, Texte, Poesie, Lieder und Musik inspirieren und halten Raum für Kreativität in Wort und Bild.

Um eine Vertiefung des Prozesses und des Vertrauens zu erlauben, bitten wir die Teilnehmenden, möglichst an allen Terminen teilzunehmen.

Anmeldungen gerne per Mail oder SMS bis am 31. Oktober 23. Wir führen den Zyklus mit maximal 10 Teilnehmenden durch.

Flexipreis: 40.- bis 70.- CHF pro Abend



Es begleiten Sie in Ihrem Prozess:

Ruth Rumo

Ritual-, Trauer- und Sterbebegleiterin

[www.amoroso-vivace.ch](http://www.amoroso-vivace.ch)

079 307 87 51 - [ruth.rumo@amoroso-vivace.ch](mailto:ruth.rumo@amoroso-vivace.ch)



Nathalie Bourquin

Lebensweg-Begleiterin,

Kunsttherapeutin und Masseurin

[www.kreamamena.com](http://www.kreamamena.com)

076 565 40 06 - [nanobou@icloud.com](mailto:nanobou@icloud.com)

