

*Durch die
Trauer zu neuer
Lebensfreude &
Lebendigkeit.*



Elsbeth Schadegg

Regeneration, Entspannung, Lebensfreude.



Trauer ist da und zu unserer Verfügung, wenn wir vor Erfahrung der
Trennung, des Abschiednehmens und des Verlusts stehen.
Wenn etwas keine Zukunft haben wird oder nicht so kommt,
wie wir es uns erhofft haben.

Der Tod eines lieben Menschen, eine Trennung, die Scheidung, ein
Verlust der Arbeitsstelle oder der Heimat, Mobbing oder Krankheit
werfen uns aus der Bahn.

Im Leben erfahren wir, dass es von Vorteil ist, das Gefühl von Trauer
nicht zu zeigen. Ein möglich trauerloses
Dasein zu führen wird programmiert.

Gute Miene zum bösen Spiel. Die Folgen sind körperliche
Beschwerden, Krankheiten oder Depressionen.

Der Trauer Raum und Zeit geben.

Durch Rituale, einen Gesprächsaustausch und
Natur- wie auch Körpererfahrungen entsteht Raum in
dem der Trauer Ausdruck gegeben werden kann.

Im Trauern klären, loslassen, die Wandlungen zulassen
und neue Quellen finden. Neue Wege zeigen sich und
die Lebensfreude findet zu uns zurück.

Mein Angebot

Ein Vorgespräch zur Information.
Einzelbegleitung.
Trauerbegleitung in Gruppen.

Elsbeth Schadegg

Luggenackerstrasse 3 - 8596 Scherzingen

T 071 690 00 17 - M 079 457 53 49

mail@elsbethschadegg.ch - www.elsbethschadegg.ch