

Trost Klarheit Lebensmut



sein dürfen
wie ich bin
mit meiner trauer
wege gehen

trauern
klären
loslassen
wandlung zulassen

neue quellen finden
mich verbinden
mit himmel und erde
nahrung finden
neue wege sehen
weitergehen

barbara lehner

Termine 2026

18. – 20. Juni 2026 (DO bis SA)

Ort: zentrumRANFT,
Hubel 2, 6073 Flüeli-Ranft OW
Kost & Logis: ab Fr. 285.- je nach Zimmerkategorie
Seminarkosten: Fr. 550.-

19. – 21. Nov. 2026 (DO bis SA)

Ort: zentrumRANFT,
Hubel 2, 6073 Flüeli-Ranft OW
Kost & Logis: ab Fr. 285.- je nach Zimmerkategorie
Seminarkosten: Fr. 550.-

Zeiten jeweils:

1. Tag: 13.30 bis ca. 21.30 Uhr
2. Tag: 09.00 bis ca. 21.30 Uhr
3. Tag: 08.45 bis 17.00 Uhr

Auskunft und Anmeldung bei:

Antoinette Brem + Barbara Lehner
Obergrundstr. 65, 6003 Luzern
Tel.: 041 310 98 51, 076 574 67 14
welcome@lebensgrund.ch
www.lebensgrund.ch

Einmal angemeldet, verrechnen wir bei Abmeldung bis 2 Wochen vor dem Seminar Fr. 100.- Bearbeitungsgebühr. Für kurzfristige Abmeldung sind 50% der Seminarkosten geschuldet.

**Trauerseminare
2026**

Mit dem Verlust leben lernen



**Im Abschiednehmen Trost,
Klarheit und
Lebensmut finden**



Wir laden Sie herzlich ein zum Trauerseminar!

Sie...

... haben – vielleicht vor kurzer Zeit oder schon vor vielen Jahren - durch einen Todesfall einen oder gar mehrere Menschen verloren und leiden unter der Verlust Erfahrung.

...sind im beruflichen Tätigkeitsfeld immer wieder mit schweren Situationen, Verlust, Tod und Trauer konfrontiert.

... müssen durch Krankheit oder Unfall mit dem Verlust des gesunden Körpers weiterleben.

... erlebten den Verlust eines Kindes, eine Fehlgeburt oder den Tod eines ungeborenen Kindes.

...spüren eine unerklärliche Traurigkeit und innere Schwere.

... durchleben eine Trennung oder Scheidung.

... müssen sich von Wünschen und Lebensträumen verabschieden.

Trauer ist eine uns Menschen angeborne Fähigkeit, mit verschiedensten Arten von Verlusten umzugehen.

Wenn wir im geschützten Rahmen einer Gemeinschaft der Trauer Ausdruck geben können, kann sie sich klären und zu einer Quelle der Kraft wandeln. Ein bewusster Abschied eröffnet Möglichkeiten, trotz der Erfahrung von Verletzlichkeit und Endlichkeit neu Vertrauen ins Leben zu fassen.

In diesem Seminar helfen wir Ihnen, Ihre Trauergefühle zu verstehen und zu bejahen. Wir unterstützen Sie im Erkennen und im Aufbau Ihrer eigenen Ressourcen und Kraftquellen.

Ziel des Weges ist es, so durch die Trauer zu gehen, dass Sie...

... mit dem Verlust leben lernen und neue Kraft schöpfen können.

... wieder Boden unter den Füßen spüren und sich neu der Kostbarkeit des Lebens öffnen können.

Neben der unmittelbaren Bewältigung Ihrer Verlustsituation begleiten wir Sie im Rahmen dieses Seminars im seelischen Wachstumsprozess, der nun für Sie ansteht.

Unsere Methodik

Durch Rituale, innere Bilderreisen, Austausch in der Gruppe und kreatives Arbeiten können Sie Ihrer Trauer Ausdruck geben. Hinweise zum besseren Verständnis Ihrer Trauerreaktionen und wegbegleitendes Gespräch ermöglichen Erfahrungen des Gehaltenseins, von Trost und neuer Sinnfindung.

Empfehlungen zur Teilnahme

- Nach einem Verlust aufgrund von Todesfall empfehlen wir die Teilnahme in der Gruppe erst nach ca. 3 Monaten.
- Damit Sie sich Ihrer Trauer öffnen können, empfehlen wir Paaren und Verwandten eine getrennte Teilnahme an verschiedenen Angeboten.

- Unsere Angebote sind kein Ersatz für eine Psychotherapie. Sollten Sie sich in therapeutischer Behandlung befinden, ist die Rücksprache mit dem/der Therapeut/in notwendig.
- Das Seminar ist konfessionell neutral und offen für Männer und Frauen unterschiedlicher Hintergründe.

>> Wir führen mit jeder angemeldeten Person vor Beginn des Seminars ein telefonisches Vorgespräch.

Leitung:



Antoinette Brem, 1962

Freischaffende Theologin / Seelsorgerin, Ausbildung in Lebens- und Trauerbegleitung u.a. bei Dr. Jorgos Canacakis, sowie initiatorischer Naturarbeit



Barbara Lehner, 1967

Freischaffende Theologin / Seelsorgerin, Ritualbegleiterin und Erwachsenenbildnerin Ausbildung in Lebens- u. Trauerbegleitung u.a. bei Dr. Jorgos Canacakis, in Systemischer Selbst-Integration bei Dr. Ero Langlotz

Neben unseren 2 ½ tägigen Trauerseminaren bieten wir seit 2007 auch einen 2-stufigen Lehrgang in Trauerbegleitung an, www.lebensgrund.ch