



# Den Weg der Trauer gemeinsam gehen

## Neue Trauergruppe beginnt im April 2026

Als Angebot für Menschen, die vom Verlust der Partnerin, des Partners oder eines anderen geliebten Menschen betroffen sind, bietet die Lebensberatungsstelle in Langenhagen ab April 2026 eine neue Trauergruppe an. Diese Gruppe bietet Betroffenen einen geschützten Raum, in dem sie ihre Trauer und deren Auswirkungen auf den Alltag mit anderen Menschen in der gleichen Situation teilen können.

Diplom-Psychologe Bernd Buchholz von der Lebensberatungsstelle wird verschiedene Impulse in die Gruppe geben: Wie bewahre ich den geliebten Menschen im Herzen und gewinne gleichzeitig Abstand, um mein Leben weiterhin leben zu können? Wo kann es für mich persönlich Lichtblicke geben? Wie äußern sich die verschiedenen Phasen der Trauer? Und was ist in der Zeit der Trauer eigentlich „normal“?

Die Trauergruppe beginnt am **Mittwoch, 29. April 2026**, in der **Lebensberatungsstelle, Ostpassage 11 in Langenhagen**. Geplant sind zehn Gruppenabende im meist zweiwöchigen Abstand, jeweils mittwochs von 18.15 bis 20 Uhr. Die Gruppengröße beträgt maximal acht Teilnehmende, pro Abend wird ein Kostenbeitrag von 15 Euro erbeten. Eine Ermäßigung ist möglich; in keinem Fall soll die Teilnahme aus Kostengründen scheitern. Bitte sprechen Sie uns dazu an.

Weitere Informationen finden Sie auf **[www.lebensberatung-langenhagen.de](http://www.lebensberatung-langenhagen.de)**. Bei Fragen und zur Anmeldung erreichen Sie die Lebensberatungsstelle unter der Telefonnummer **0511 72 38 04**.

