

Aufbruch ins NEUE

Neue Gesprächsgruppe nach Trennung oder Scheidung ab dem 25. Januar 2027

Eine Trennung ist oft ein tiefgreifender Einschnitt, der viele Fragen aufwirft: Wer bin ich ohne diese Beziehung? Was wünsche ich mir für mein Leben? Wie kann ich mit Leere oder Schmerz umgehen?

Die Gesprächsgruppe bietet einen geschützten Rahmen für Austausch, Reflexion und gegenseitige Unterstützung. Im Mittelpunkt steht ein achtsamer Umgang mit sich selbst. Praktische Impulse und hilfreiche Übungen unterstützen dabei, Gefühle anzunehmen, mit belastenden Gedanken umzugehen, die Selbstfürsorge sowie die innere Stabilität zu stärken und neue Perspektiven zu entwickeln.

Für wen?

Für Personen, die sich in einem Trennungs- oder Scheidungsprozess befinden und sich Unterstützung in einer Gruppe wünschen.

Wichtige Hinweise:

Die Gruppe ist nicht geeignet für Menschen in einer akuten psychischen Krise. Ehemalige Partner*innen können nicht gemeinsam teilnehmen.

Die Treffen finden 14-tägig montags von 19:30 bis 21:15 Uhr statt.

8 Termine: 25.01./08.02./22.02./08.03./22.03./05.04./19.04./03.05.2027

Kosten: 80,- € (Ermäßigung ist möglich-sprechen Sie uns gerne an!)

Leitung: Sandra Hagemann (Mitarbeiterin der Lebensberatungsstelle)

Ort: Lebensberatung, Im Saal 27, 21423 Winsen (Luhe)

Anmeldung erbeten per E-Mail bis 18. Januar 2027 –

bitte angeben: Name, Anschrift und Telefon-Nr.

Lebensberatungsstelle für Einzelne, Paare und Familien

Diakonisches Werk der Ev.- Luth. Kirchenkreise Hittfeld und Winsen

Im Saal 27, 21423 Winsen

Mail: Lebensberatung-winsen@diakonie-hittfeld-winsen.de

Für Rückfragen: Tel.: 0 41 71 – 6 39 78