

# TRAUERCAFÉ

## KRAFT UND LICHT DER TRAUER – EIN HEILWEG ZUR TRAUERBEWÄLTIGUNG

Der Abschied und Verlust eines nahestehenden Menschen stellen bedeutsame Einschnitte in das menschliche Leben dar. Sie gehören zu den schmerzlichsten Erfahrungen. Trauer ist eine natürliche, emotionale und gesunde Verarbeitung solcher Abschiede und Verluste.

Um Trauer auszudrücken kann es hilfreich sein, auf diesem Weg anderen Menschen zu begegnen und einen Moment mit ihnen innezuhalten.

Mit dem Trauercafé bieten wir ein regelmässiges Treffen für einen moderierten Austausch und Begegnung an.

Die Teilnahme ist kostenfrei und steht allen Menschen im Erwachsenenalter offen. Das Trauercafé ist konfessionsneutral und es braucht keine Anmeldung.

**Montags 16:00 bis 18:00 Uhr**

**Haus für Kunst, Herrengasse 4, 6460 Altdorf**

**Auskunft: [info@gesundheitsfoerderung-uri.ch](mailto:info@gesundheitsfoerderung-uri.ch) - Tel. 041 874 13 96**

**Nächste Daten:**

**13. Januar 2025 - 10. Februar 2025 - 17. März 2025**

**14. April 2025 - 12. Mai 2025**