

*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