

# TRAUER UND IHRE FACETTEN

## WEIL TRAUER MEHR IST ALS SCHWARZ

Trauer über den Verlust eines geliebten Menschen, ein ans Herz gewachsenes Tier, verpasste Gelegenheiten, nicht erfüllte Herzenswünsche oder den Verlust von Fähigkeiten. All das beinhaltet viele Gefühle und beginnt meist mit Schmerz und Ohnmacht und es tut einfach nur weh – tief innen.

Aber die Zeit heilt eben nicht immer alle Wunden. Da tut es gut, bei einem Trauer-Prozess begleitet zu werden und es tut gut, jemanden zu haben, der zuhört. Jemand der einfach da ist, verlässlich und geduldig einen Raum gibt. Jemand, der professionell durch die Trauer, mit all seinen Facetten, begleitet.

Durchlebte Trauer macht stark und schenkt Perspektiven auf das Leben.



Rufen Sie mich an!  
Ich bin erreichbar unter  
**0157 37634073**

## MENTALE GESUNDHEITSPRAXIS



# ELKE REIMERS

Prickelend 10 | 25590 Osterstedt

Mobil 0157 37634073

Mail [elkereimers@posteo.de](mailto:elkereimers@posteo.de)

Web [www.elke-reimers.com](http://www.elke-reimers.com)



[landwirtschaft.mental.gesund](https://www.instagram.com/landwirtschaft.mental.gesund)

## MENTALE GESUNDHEITSPRAXIS



# ELKE REIMERS

Gesundheitspraktikerin  
Lebens- & Trauerbegleiterin



## TRAUER IST LEBEN, IMMER

Abschied, Verlust, Trauer und die ganze  
ENDlichkeit des Lebens!

## ETWAS ZU MIR

Als typisches Dorfkind kenne ich Freud und Leid der Menschen auf dem Lande seit meiner Kindheit.

Auch wenn ich mich selbst durch meine sehr positive Lebenseinstellung, eher als Stressresistent, mental gesund und glücklich sehe, habe ich eine Ahnung davon, wie es sich anfühlt durch starke Emotionen aus der Spur geworfen zu werden und unsicher zu sein im Umgang mit Trauer und Lebenskrisen.

Seit vielen Jahren begleite ich Menschen im beruflichen sowie privaten Leben bei kleinen oder großen einzigartigen Herausforderungen. Konflikte in der Familie, Existenzängste, Schuldgefühle, Erwartungsdruck bis hin zum Burnout und andere psychische- sowie physische Beschwerden gehören ebenso zum Portfolio wie die Trauer um einen Menschen, ein Tier oder andere Verluste.



*"Und wenn du dich getröstet hast (man tröstet sich immer), wirst du froh sein, mich gekannt zu haben."*

– Aus dem Kleinen Prinz von Antoine de Saint Exupery

Gesundheitspraktikerin | Trauerbegleiterin  
Psychologische Beraterin | Coach | Mutter  
Fachfrau BGM | Begleiterin | Ehefrau  
Lösungsfinderin | Mensch

## WAS ICH ANBIETE

### INDIVIDUELLE TRAUERBEGLEITUNG

Mein Angebot der Trauerbegleitung richtet sich an alle, die mit professioneller Unterstützung ihren eigenen Weg durch die Trauer finden wollen, um gestärkt aus dieser Lebensphase hervorzugehen.

Ich zeige Dir, wie Du mit Liebe und Klarheit durch Deine Trauer getragen wirst. Ganzheitlich mit Achtsamkeit, Selbstfürsorge und Mut.

Trauer ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Durchlebst Du gerade eine Zeit der Trauer? Hast Du einen Menschen verloren oder befindest Dich in einer Lebenskrise? Dann ist meine Begleitung für Deine Situation perfekt, wenn Du wissen möchtest ...

... wie das Leben weiter gehen kann?

... ob Deine Trauer „normal“ ist, welchen Weg Du gehen und wie Du mit Ängsten umgehen kannst?

... ob Du jemals wieder glücklich sein wirst und wie das gelingen kann?

Zusammen finden wir DEINEN Weg durch die Trauer!

