



**Hospiz St. Martin
Stuttgart**

Leben mit Sterben
und Trauern



TANZ und WORT als LEBENSQUELLE

Meditativer Tanz für Trauernde

Diese Gruppe richtet sich an Menschen, die sich auf dem Weg durch ihre Trauer darauf einlassen möchten, in Kreistanz und Gedankenaustausch wieder den heilsamen Rhythmus des Lebens zu erfahren.

Den Lebensrhythmus spüren, sich selber als lebendig wahrnehmen, das ist in der Zeit der Trauer um einen lieben Menschen nicht immer möglich. Aber irgendwann können wir wieder die ersten Schritte tun, wagen wir uns mit zaghaften Schritten zurück ins Leben.

MEDITATIVER TANZ

Wir laden ein, tanzend in Bewegung zu kommen und unseren vielfältigen Gefühlen Ausdruck zu geben. Kurze Texte, Gedichte, eigene Gedanken können uns zusätzlich anregen, mit uns selbst, unseren Mitmenschen und der Welt neu in Kontakt zu treten. Wir pflegen den achtsamen Umgang miteinander und stützen uns gegenseitig – im wirklichen wie im übertragenen Sinn.

Vorkenntnisse im Tanzen sind nicht erforderlich.

Ort TrauerZentrum Hospiz St. Martin
Karl-Pfaff-Str. 48, 70597 Stuttgart

Anmeldung trauer@hospiz-st-martin.de oder
0711/652 907-0 (Sekretariat)

Termine/Infos www.hospiz-st-martin.de



Wir brauchen Ihre Unterstützung!

Spendenkonto:

Kath. Hospizstiftung Stuttgart

LIGA Bank Stuttgart

BIC: GENODEF1M05

IBAN: DE08 7509 0300 0000 5005 00

Verwendungszweck: TrauerZentrum

