



Umgang mit Trauer

Verstehen. Begleiten. Hoffnung finden. | Ein 7-teiliges Seminar der Lebensschule Potsdam.

„Dem Schmerz Raum geben, um dem Leben wieder mit Hoffnung zu begegnen.“

Wann: Ab September 2026 | Dienstags, jeweils 18:30 Uhr

Wo: Gemeindezentrum der Adventgemeinde, Potsdam

Eintritt: Frei

Trauer ist so individuell wie die Menschen, die sie erleben. Dieses Seminar vermittelt Wissen, Orientierung und praktische Impulse zum Verständnis von Trauer und zur Begleitung trauernder Menschen – einfühlsam, alltagsnah und ermutigend.



Die 7 Abende im Überblick

Abend 1 | 01.09.2026 – Das ganz normale Chaos
(Über die Realität von Trauer)

Abend 2 | 06.10.2026 – Nicht ganz bei Trost
(Über die Reaktionen auf Trauer)

Abend 3 | 03.11.2026 – Trauer gestalten (Teil 1)
Ansätze & Trauermodelle für den Alltag)

Abend 4 | 01.12.2026 – Trauer gestalten (Teil 2)
(Ressourcen nutzen & Begleitung vertiefen)

Abend 5 | 05.01.2027 – Trauer kann kompliziert sein
(Über Dauer, Risikofaktoren & Einsamkeit)

Abend 6 | 09.02.2027 – Durch Pfützen springen
(Wie Kinder trauern & wie wir sie begleiten)

Abend 7 | 09.03.2027 – Alles, was hilft
(Beiträge, Gedanken und Impulse, die Mut machen)



Organisatorisches & Ort

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18:30 Uhr

📍 **Veranstaltungsort:** Gemeindezentrum der Adventgemeinde Potsdam, August-Bonness-Straße 1, 14469 Potsdam

♿ **Barrierefreiheit:** Die Räumlichkeiten sind vollständig rollstuhlgerecht

📄 **Teilnahme:** Kostenfrei (die Abende können als Gesamtkurs oder einzeln besucht werden)

Kontakt & Veranstalter

**Lebensschule Potsdam,
Adventgemeinde Potsdam**

🌐 <https://potsdam.adventisten.de/angebote/lebensschule-potsdam>