

# Trauerwandern

\*Trost und Gemeinschaft\*

\*Kraft tanken\*

\*Seele bereichern\*

\*achtsamer Umgang mit sich selbst\*

\*Wohlbefinden stärken\*

## Treffpunkt

Lehwiese Schiltach

(Parkplatz hinter Gerberei Trautwein)

[www.sgs-schiltach.de](http://www.sgs-schiltach.de)

[info@sgs-schiltach.de](mailto:info@sgs-schiltach.de)

Tel. 07836-9393-0



Jeder Mensch in Trauer muss seinen **eigenen Weg finden**. Wir brauchen ihn allerdings nicht allein gehen und können uns ein Stück weit auf diesem Weg begleiten.

„Beim Gehen und in Bewegung fällt das **Reden und Schweigen** leichter“, sagt **Susanne Schrade**.

Die Mitarbeiterin der Sozialgemeinschaft Schiltach/ Schenkenzell e.V. ist zertifizierte **Gesundheitswanderführerin** und ausgebildete **Trauerbegleiterin**.

## Termine

21. September

19. Oktober

23. November

21. Dezember

zwischen 14 und 17 Uhr

Strecke 5 bis 7 Kilometer

Das Angebot ist kostenfrei.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weg

Mitgehen

Zeit