

Dr. phil. Ulrike Wohler

Soziologin/Philosophin, freie Trauerrednerin, Trauerberaterin, Mediatorin, szenische und tanztherapeutische Beraterin.



Ich möchte Menschen dabei unterstützen, ein besseres, zufriedeneres und glücklicheres Leben zu führen. Weil in unserer Gesellschaft Tod und Trauer tabuisiert werden, wird Trauernden der gesunde Verarbeitungsprozess des erlittenen Verlustes oft sehr stark erschwert. Ich begleite meine Klientinnen und Klienten bei ihrem Trauer-Prozess auf Augenhöhe und gebe ihnen die Möglichkeit in einem geschützten Rahmen und bei voller Akzeptanz diesen zu durchleben. Denn die Trauer bietet auch Chancen, da sie uns reifen lassen, unsere Persönlichkeit weiterentwickeln und unserem Leben neue Perspektiven ermöglichen kann.

Freie Trauerrede & Trauerbegleitung
Einfühlsame Gestaltung von Trauerfeiern
Familien-Mediation im Trauerfall
Wahrnehmungsschulung
Entspannungstechniken
Lebensberatung
Coaching



Dr. Ulrike Wohler

Dr. phil. Ulrike Wohler
Dörnbergstr. 7
30161 Hannover

0511 - 10 53 30 17
0176 - 14 68 14 68

info@trauerbegleitung-hannover.de
www.trauerbegleitung-hannover.de
www.ulrike-wohler.de

Frühjahr 2019



Angebote (Hannover)

Preis

Trauerrede "Premium"	375 €
Trauerrede "klassisch"	330 €
Trauerrede mit telefonischem Vorgespräch	290 €
Beisetzungsfeier am Grab	250 €
Ritual zur Verabschiedung am Sarg	190 €
Trauerbegleitung 75 Min.	90 €
Anfahrtszuschlag für mobile Trauerbegleitung in Hannover	25 €
Trauergruppe 8 x 90 Min.	160 €
"Teatime" für Trauernde 90 Min. inkl. Kaffee, Tee & Kuchen	15 €
Mediation 60 Min., pro Person	90 €
Coaching 60 Min.	120 €
Bewegung & Meditation inkl. Teezeremonie 5 x 90 Min.	90 €

Alle Preise beinhalten 19 % MwSt.

Trauerrede-Honorare verstehen sich darüber hinaus letztlich nach Aufwand und Entfernung. Genaueres entnehmen Sie bitte der Website www.trauerbegleitung-hannover.de.

Trauerrede und Gestaltung von individuellen Trauerfeiern

Als freie Rednerin gestalte ich würdige Trauerfeiern, die als Trauerritual den Angehörigen und Trauergästen auch eine Unterstützung beim Trauerprozess sein können. Das **Premiumpaket** enthält neben einem einfühlsamen, informierenden und trauerbegleitenden Vorgespräch das Angebot eines 1-stündigen trauerbegleitenden Nachgesprächs. Beim **klassischen Trauerreden-Paket** führe ich mit Ihnen ein ebenfalls persönliches zugewandtes Vorgespräch, während sich das **Paket** mit telefonischem Vorgespräch in erster Linie für weit entfernt lebende Hinterbliebene eignet. Soll keine Trauerfeier stattfinden, kann ich den Abschied am Sarg im Institut durch begleitende Rituale unterstützen.



Trauerbegleitung

In einem geschützten Rahmen begleite ich Sie ganz individuell in Form von Einzel- und Paarberatungen. Die Sitzungslänge kann nach Bedarf vereinbart werden. Ab 75 Minuten komme ich auf Wunsch zzgl. einer Anfahrtszuschlag auch gerne zu Ihnen nach Hause. In einer Trauergruppe können sich Trauernde austauschen, ihre Erfahrungen, Gefühle und Bedürfnisse miteinander teilen. Dadurch können sie wieder ein positiveres Bild von sich selbst gewinnen, die eigenen Gefühle akzeptieren, und den eigenen individuellen Weg besser, vielleicht sogar leichter, gehen.

Aktuelle Termine und Informationen finden Sie unter www.trauerbegleitung-hannover.de.

Familien-Mediation im Trauerfall

Wenn Hinterbliebene in Konflikten feststecken, erschwert dies das Abschiednehmen, die individuelle Trauer ungemein. Darüber hinaus eskalieren Konflikte unter Familienmitgliedern besonders stark in emotionalen Krisenzeiten. In dieser belastenden Zeit ist sehr vieles zu klären und zu organisieren, das kann durch innerfamiliäre Auseinandersetzungen ebenfalls sehr erschwert werden. Die erfolgreiche **Lösung von Konflikten** und **Wiederherstellung einer zufriedenen Kommunikation** - auch im Erbschaftsfall - stellt also für alle Beteiligten eine große Erleichterung in dieser schweren Zeit dar. Dabei kann ich Ihnen allparteilich behilflich sein.



Entspannung & Meditation

Neben Trauerfeiern und Beratungen biete ich auch **unterstützende Maßnahmen** wie Übungen zur Körper- und Selbstwahrnehmung, meditative Tänze, Tanz- und Bewegungsmeditation und verschiedene Entspannungstechniken etc. an. **Entspannung** und **Meditation** lassen unseren Geist zur Ruhe kommen und unterstützen die Trauerbewältigung. Sie können Techniken bei mir kennenlernen, um sie auch zu Hause für sich selbst nutzen zu können. Im Anschluss an die einstündige Übungs-, Meditations- und Entspannungsphase gibt es jeweils verschiedene kleine Teezeremonien, bei denen sich die Teilnehmenden in angenehmer Atmosphäre austauschen und klönen können.