

## Anmeldung

### **Die verletzte Seele heilen - eine Gruppe für traumatisierte Frauen -**

**Beginn: am 26. Oktober 2011**

**Veranstalterin:**

b i f f Lübeck e.V.: Tel. 0451 70 60 202 - Fax 0451 70 60 203

Email: [info@biff-luebeck.de](mailto:info@biff-luebeck.de)

**Veranstaltungsort:**

b i f f e.V. Lübeck, Mühlenbrücke 17, 23552 Lübeck

Kosten 15,- € pro Abend. Die Bezahlung der Gesamtkosten muss spätestens 14 Tage vor Kursbeginn erfolgen.

Die Teilnahmegebühr in Höhe von 120,- € habe ich auf das Konto der biff e.V., Sparkasse zu Lübeck, Kto. 1064070, BLZ 230 501 01 überwiesen.

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Telefon tagsüber: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

DIE ANMELDUNG WIRD ERST NACH EINGANG DER TEILNAHMEGE-  
BÜHR VERBINDLICH! TeilnehmerInnenbegrenzung!

Bei Absage ab 10 Tage vor Beginn des Seminars ist keine Rückerstattung der Teil-  
nahmegebühr möglich, es sei denn, es wird eine ErsatzteilnehmerIn gestellt.

**b i f f**

BERATUNG UND  
INFORMATION  
FÜR FRAUEN  
L Ü B E C K e.V.

M ü h l e n b r ü c k e 17  
23552 L ü b e c k  
Tel.: 0451 / 7060202  
Fax: 0451 / 7060203

mail [info@biff-luebeck.de](mailto:info@biff-luebeck.de)  
[www.biff-luebeck.de](http://www.biff-luebeck.de)

### **Die verletzte Seele heilen - eine Gruppe für traumatisierte Frauen**

**Therapeutisch geleitete Gruppe mit  
Musik- und Traumatherapeutin Wendi Reinhard  
Beginn am 26. Oktober 2011**

# Die verletzte Seele heilen

## - eine Gruppe für traumatisierte Frauen -

Unter einem psychischen Trauma versteht man eine schwere seelische Verletzung, die nicht von alleine heilt, sondern immer wieder aufbricht und Schmerzen verursacht.

In zwischenmenschlichen Beziehungen können solche seelischen Verletzungen z.B. ausgelöst werden durch körperliche und sexuelle Gewalt, Bedrohung, Erniedrigung, Verlassen-Werden, emotionale Vernachlässigung und Verwahrlosung. Aber auch Unfälle, Überfälle, Wohnungseinbrüche, plötzliche Verluste, schwere Erkrankungen sowie medizinische Eingriffe können dies bewirken.

Im Verlauf der Gruppenabende erhalten Sie Informationen über die Auswirkungen von traumatischen Erfahrungen auf Körper und Gehirn und können so eigene Reaktionen auf das Trauma besser verstehen. Es werden nach und nach unterschiedliche bewährte Übungen und Fantasiereisen vermittelt und eingeübt. Das eigene erlebte Trauma wird bewusst ausgeklammert, um weitere Verletzungen zu vermeiden. In der Gruppe gibt es ausreichend Raum für Austausch und gegenseitige Unterstützung.

### Ziele der Gruppe

Wir wollen achtsam Fähigkeiten zur Selbsthilfe und Selbstfürsorge aufbauen und erweitern. Es geht darum das Selbstwertgefühl zu stärken, eigene Bedürfnisse und Grenzen kennenzulernen und den Körper zu entspannen. Ein wichtiges Ziel ist es ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu erleben und zu lernen wieder „festen Boden unter die Füße“ zu bekommen, um Krisen besser meistern zu können.

**Leitung:** Wendi Reinhard, Jahrgang 55, Hypno-, Musik- und Traumatherapeutin mit Praxis in Lübeck

**Beginn:** 26. Oktober 2011

**Wann:** 8 Mittwochabende jeweils von 19:30 – 21:30 Uhr

**Teilnehmerinnen:** 8 bis 10 Frauen

**Kosten:** 15,-- € pro Abend. (Ermäßigung ggf. möglich) Die Bezahlung der Gesamtkosten muss spätestens 14 Tage vor Kursbeginn erfolgen. Ratenzahlung nach Absprache mit b i f f möglich.

**Wo:** psychosoziale Beratungsstelle b i f f ,  
Mühlenbrücke 17, 23552 Lübeck

**Infoabend:** Am 28. September 2011,  
Mittwoch um 19:30 Uhr  
in den Räumen von biff  
Der Besuch des Infoabends ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe

**Frauen, die Interesse an einer Teilnahme haben, melden sich bitte bei b i f f unter der  
Tel.Nr.: 0451 7060202 für den Infoabend an.**

Infos auch auf unserer Webseite: [www.biff-luebeck.de](http://www.biff-luebeck.de)