

Mit Heilpflanzen durch die Trauer



Montag, 2. November 2026 | 9.00-11.00

Wenn die Trauer, der Verlust, der Schmerz nach einem Todesfall einem zu erdrücken droht, können bestimmte Heilpflanzen dich in deinem Prozess begleiten, Ruhe und Gelassenheit in deinen Alltag bringen.

Ich erkläre und zeige dir bestimmte Heilpflanzen, wie Lavendel, Melisse, Engelwurz, Zitronenverbene, Baldrian, Beifuss, Rose oder Schafgarbe.

Wie wirken die Pflanzen, in welcher Situation können diese dich unterstützen, um im Alltag zu leben.

Wir riechen an den Heilkräutern und zum Schluss suchst Du dir 3 bis 5 Kräuter aus, die für dich wohltuend riechen und stimmig sind.

Wir kreieren eine kleine Pappschachtel, in welcher du deine Kräuter aufbewahren kannst und immer daran riechst, wann es Dir danach ist.

Treffpunkt: *Trauercafé* - Vereinslokal Hospizgruppe Solothurn

Anmeldeschluss: Freitag, 30. Oktober 2026

Max. Sechs Teilnehmer/innen

Kleiner Unkostenbeitrag von 8.- Fr. (für Material)

Anmelden: Marlis Lüdi

032 672 30 23

079 435 72 16

praxis.raegeboge@bluewin.ch

Pflegefachfrau

Med. Masseurin und Phytotherapeutin

Weg- und Trauerbegleiterin

Buchenrain 20 - 4524 Günsberg