

# STERBESEMINAR

Das Sterbeseminar bietet einen geschützten Raum, um sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer auseinanderzusetzen. Es richtet sich an Menschen, die sich auf den bewussten Umgang mit dem Lebensende vorbereiten möchten – sei es aus persönlichem Interesse, als Begleitperson für Sterbende oder zur eigenen oder zur eigenen Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens und der bewussten Gestaltung der letzten Lebensphase.

## Ziele des Seminars

Sich mit den eigenen Ängsten und Vorstellungen über das Sterben auseinandersetzen.

Den Tod als natürlichen Teil des Lebens betrachten lernen.

Inneren Frieden und Akzeptanz finden.

Kompetenzen für die Begleitung von Sterbenden und Trauernden entwickeln.

## Methoden/Inhalte

Das Seminar umfasst Vorträge, persönliche Reflexionen, Meditationen, Gruppenarbeit und den Austausch von Erfahrungen. Praktische Übungen wie Atemtechniken oder geführte Visualisierungen helfen, sich innerlich mit dem Thema zu verbinden.

## Für wen ist das Seminar geeignet?

Das Seminar ist offen für alle, die sich für das Thema interessieren, unabhängig von Alter, Glaubensrichtung oder beruflichem Hintergrund. Es ist besonders hilfreich für Pflegekräfte, Hospizmitarbeiter\*innen und Angehörige von Sterbenden.

**Für Lebens- und Sozialberater:innen (Psychologische Berater:innen) ist es das Einstiegsseminar für das LSB-Expertentum „Trauerbegleitung“**

**Seminar- und Lehrgangsleitung:** Suse Legler, Assistenz: Markus Zimmermann

**Zeit:** Do. 03 – So. 06. Sept. 2026

**Ort:** Seminarzentrum OAZE, Jokai Utca 5a, 8562 Nagytevel, Ungarn

**Kosten:** Seminargebühr € 450,00

**Unterkunft und Verpflegung:** € 85,00 /Tag (Anreise am Vorabend € 20,00 kleines Abendessen) eventuelle Shiatsu Anwendungen € 80,00

**Auskunft/Anmeldung:** Suse Legler Mail: [s.legler@gmx.at](mailto:s.legler@gmx.at), Tel: +43 664 9022179