



## TROSTHELDEN

„Lange saßen sie da und hatten es schwer.  
Aber sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost.  
Leicht war es trotzdem nicht.“

Astrid Lindgren

### Dein Trostpartner-Gutschein

für 3 Monate TrostHelden-Premium-Mitgliedschaft

Mit dem Trostpartner-Matching von TrostHelden findest Du Menschen, die Dich genau verstehen. Weil sie Deine (Trauer)-Sprache sprechen. Weil sie einen ähnlichen oder gleichen Schicksalsschlag erlitten haben wie Du. Weil sie so denken und fühlen wie Du. Das eröffnet neue Wege für den Umgang mit Deiner Trauer. Betroffene mit Kontakten zu einem oder mehreren Trostpartnern erfahren eine große Bereicherung und Hilfe, um besser mit der eigenen Trauer umgehen zu können. Das wünsche ich auch Dir. Von ganzem Herzen.

#### Rettungsringe für Trauernde

Yoga-Übungen, Meditationen, Krafttier-Reisen, Entspannungs-Audios u.v.m.:  
Speziell für Betroffene konzipierte Rettungsringe stehen für Dich bereit.

zusätzlich für Dich

#### Mitmach-Workshops

Trauern heißt verarbeiten. Stück für Stück. Regelmäßig finden Online-Workshops statt, in denen es um kreatives Verarbeiten geht. Mitmach-Workshops, die die Seele streicheln.

#### Online-Trauergruppen

Du kannst zwischen verschiedenen Online-Trauergruppen wählen. Dort findest Du Menschen mit ähnlichen Schicksalsschlägen, um gemeinsam Hoffnung zu schöpfen.

### Gutschein einlösen:

Auf [www.trosthelden.de](http://www.trosthelden.de) kannst Du Dich näher informieren, was die TrostHelden-Vermittlung so besonders macht. Dort kannst Du den Gutschein-Code

**3m21-REVEA2I**

eingeben. Ab da nimmt TrostHelden Dich an die Hand und geht mit Dir Schritt für Schritt bis zu Deinem Trostpartner.

Gutschein über eine dreimonatige Mitgliedschaft mit Gültigkeit bis zum 31.12.2024

[www.trosthelden.de](http://www.trosthelden.de)