

Das Angebot ersetzt **keine** psychotherapeutische Behandlung und richtet sich nicht an Menschen in akuten psychischen Krisen. In solchen Fällen ist therapeutische Unterstützung erforderlich.



Mein Name ist Isabell Herzog. Seit 18 Jahren begleite ich Frauen in Umbruchphasen. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit liegt auf der Zeit nach dem Verlust des Partners. Ich verbinde Begleitung und Coaching mit Methoden zur Stabilisierung des Nervensystems, damit Du innere Überforderung regulieren und wieder handlungsfähig im Alltag werden kannst.

Wenn Du spürst, dass Du Unterstützung über einen längeren Zeitraum möchtest, findest Du weitere Informationen und die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme unter:

Zur Website:



Zur Facebook Gruppe mit
Impulsen und Tipps



Isabell Herzog
Gotzenberger Str. 26
91230 Happurg
Tel.: 0170 804 408 5
www.isabellherzog.de
isabell@isabellherzog.de

**Wenn das Leben nach
dem Tod Deines Partners
nicht mehr so
funktioniert wie vorher**

Ein strukturierter Drei-Monats-
Prozess, der Dich Schritt für Schritt
zurück in Stabilität und eigene
Entscheidungen führt.



ISABELLHERZOG
RAUM FÜR NEUBEGINN

Nach dem Tod Deines Partners verändert sich nicht nur Dein Gefühl, sondern Dein gesamter Alltag. Dinge, die früher selbstverständlich waren, kosten plötzlich Kraft oder wirken unlösbar. Viele Frauen erleben innere Unruhe, Gedankenkreisen oder Momente, in denen sie sich selbst kaum wiedererkennen. Gleichzeitig läuft das Leben im Außen weiter, und genau das verstärkt oft den Druck.

In dieser Situation fehlt häufig ein klarer Rahmen, der Dich über einen längeren Zeitraum trägt. Einzelne Gespräche helfen punktuell, greifen aber oft zu kurz, wenn sich so vieles gleichzeitig verändert.



Mein **Drei-Monats-Programm** gibt Dir einen **verlässlichen Rahmen** über mehrere Wochen, in dem Du nicht allein durch diese Zeit gehen musst. Der Prozess richtet sich nicht nach einem festen Ablauf, sondern nach dem, was bei Dir gerade im Vordergrund steht.

Zu Beginn geht es oft darum, wieder etwas mehr **Stabilität** im eigenen Erleben zu finden, wenn sich innerlich vieles unruhig oder überfordernd anfühlt. Von dort aus entsteht **Schritt für Schritt** mehr Klarheit für Deinen Alltag, Deine Entscheidungen und den Umgang mit dem, was sich verändert hat. Im weiteren Verlauf richtet sich der Blick zunehmend darauf, wie Dein Leben jetzt weitergehen kann, ohne dass dabei etwas erzwungen wird.

Du wirst dabei **kontinuierlich begleitet** und hast gleichzeitig den Raum, Deinen eigenen Weg in Deinem Tempo zu gehen. Die Teilnahme ist sowohl in einer kleinen, geschlossenen Gruppe als auch im Einzelprozess möglich.

Für wen ist das Programm geeignet?

Dieses Programm richtet sich an Frauen nach dem Tod ihres Partners, die ihr Leben in den Monaten nach dem Verlust neu ordnen möchten und sich dafür eine klare Begleitung wünschen.