

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e.V.
wertorientiert . bilden



NETZWERK
TRAUER

PROGRAMM
HERBST / WINTER 2018 / 2019

NETZWERK TRAUER

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

AUS „RONJA RÄUBERTOCHTER“ VON ASTRID LINDGREN

Der Verlust eines geliebten Menschen, Trennungen und Abschiede können das eigene Leben erschüttern. Viele Erinnerungen bleiben zurück, manches ist zu verschmerzen – ein Weg durch die Trauer ist zu gehen. Die Wege in der Trauer sind oft die schwersten Wege, die ein Mensch gehen muss – da ist es gut, wenn man nicht alleine ist und jemand mitgeht.

Trauer ist so individuell, wie wir Menschen es sind. In diesem Flyer finden Sie deshalb vielfältige Angebote, die Ihnen Raum bieten für Ihre ganz persönliche Trauer und es ermöglichen, sich mit Menschen zu treffen und auszutauschen, die Ähnliches erlebt haben.

Im Netzwerk Trauer im Landkreis Ebersberg vernetzen sich Seelsorge, Liturgie, Beratung und Erwachsenenbildung und so können Trauernde, die Hilfe suchen, hier finden, was sie brauchen.

Wenn Sie Kontakt zum Netzwerk aufnehmen wollen, wenden Sie sich gerne an:

Sabine Hofmann
Katholisches Kreisbildungswerk Ebersberg e.V.
Pfarrer-Bauer-Straße 5
85560 Ebersberg

Telefon 080 92 / 850 79-0
E-Mail nwtrauer@kbw-ebersberg.de
www.netzwerktrauer-ebe.de



TRAUERFEIER FÜR „STERNENKINDER“

Im Neuen Friedhof Ebersberg findet halbjährlich eine Trauerfeier für Sternenkinder, also für fehl- und totgeborene Kinder, an der Gedenk- und Ruhestätte für Sternenkinder statt. Hier werden die Sternenkinder der Kreisklinik aus den vergangenen Monaten zur Ruhe gebettet. Eingeladen sind aber auch alle, die um einen Sternenkinder trauern.

Die Feier wird von der Kreisklinik, der Stadtverwaltung und der Klinikseelsorge gestaltet.

MIT Renate Zorn-Traving und
Christoph Diehl (Klinikseelsorge)

TERMIN **Fr, 05.10.2018, 16.00 Uhr**

ORT Ebersberg, Gedenk- und Ruhestätte
für Sternenkinder im Neuen Friedhof,
Wasserburger Str. 2



KERZENLICHTTAG – WORLDWIDE CANDLE LIGHTING DAY

Mitten in der Hoffnungszeit des Advents wird weltweit an die verstorbenen Kinder gedacht und eine Kerze für sie angezündet. Die Kerze symbolisiert, dass das verstorbene Kind weiter in den Herzen der Menschen leuchtet und dass es bei dem kommenden Weihnachtsfest in den Herzen anwesend sein wird.

Der Name des „Worldwide Candle Lighting“ kommt von dem weltweiten Anzünden einer Kerze am zweiten Sonntag im Dezember, die für eine Stunde von außen sichtbar in ein Fenster gestellt wird. Durch die Zeitverschiebung wandert das Licht der Kerzen wie ein Band einmal um die ganze Erde. „...that their light may always shine“ („...lasst ihr Licht auf immer scheinen“) ist der Grundgedanke hinter dieser Idee, die sich seit 1996, ausgehend von den USA, in vielen Ländern der Welt etabliert hat.

Teilnehmen können natürlich nicht nur die Familien, die ein Kind verloren haben, sondern auch andere Menschen, um aller verstorbenen Kinder dieser Welt zu gedenken und zu zeigen, dass sie nicht vergessen sind. So sensibilisiert der Kindergedenktag auch dafür, sich aktiver um Unterstützung für die notleidenden Kinder dieser Welt zu bemühen.

TERMIN

So, 09.12.2018, 19.00 Uhr

LACHEN TROTZ UND ALLEDEM – DARF ICH LACHEN, WENN ICH TRAUIG BIN? INTERAKTIVE LESUNG

Dieses Buch ist wahrhaftig ein kostbares Geschenk für alle, die trotz schwerer Krisen, Krankheiten und Schicksalsschlägen wie Trauer und Tod, eine heitere Lebenshaltung entwickeln – oder sich bewahren – möchten. Wie dies gelingen und regelrecht gelernt werden kann, das zeigt uns die Autorin mit bewegenden Beispielen und authentischen Berichten, ganz praktischen Anregungen und Anleitungen aus den Bereichen Lachyoga, Meditation, Tanz, Singen und Malen.

Nichts ist befreiender und berührender als ein ehrliches, tiefes Lachen, das nicht nur ansteckend wirkt, sondern nachweislich auch Medizin ist für Körper und Seele. Entdecken Sie die Lebenskunst der Heiterkeit!

MIT Silvia Rößler, Autorin, Lachbotschafterin,
Lachyogalehrerin, Lachyogatrainerin

TERMIN **Fr, 19.10.2018, 19.30 – 21.00 Uhr**

ORT Grafing, Kath. Pfarrheim, Kirchenplatz 1

KOSTEN 8 Euro

ANMELDUNG bis 12.10.2018,
KBW: 08092 / 850 79-0 oder
www.kbw-ebersberg.de

HINGEHEN STATT WEGSCHAUEN: VOM „RICHTIGEN“ UMGANG MIT ELTERN VON STERNENKINDERN

VORTRAG

„Wenn ein Kind geboren wird, freuen wir uns.
Wenn ein Kind stirbt, tun wir so, als ob nichts gewesen sei.“
HANNA LOTHROP

„Sternenkinder“ – so nennt man die Babys, die während einer Schwangerschaft im Mutterleib oder bald nach der Geburt versterben.

Geburt und Tod – das gehört nicht zusammen mögen wir denken. Leider kommt es trotzdem immer wieder vor, dass Schwangerschaften glücklos enden und dann stehen wir vor der Frage: Wie sollen wir Eltern begegnen, die gerade noch freudiger Erwartung waren und jetzt plötzlich trauern?

An diesem Abend werden wir über die Situation der Eltern sprechen, über den unterschiedlichen Umgang mit der Trauer und wie wir die Hilflosigkeit und Sprachlosigkeit angesichts eines solchen Schicksalsschlags in wohlthuende Worte und Taten wandeln können.

Der Vortrag richtet sich an betroffene Angehörige und an alle, die beruflich mit Kindern und Eltern zu tun haben: Erzieher, Lehrkräfte, Ärzte, Hebammen, Eltern-Kind-Kursleitungen, usw.

MIT	Daniela Nuber, GfG®-Familienbegleiterin und Mutter von zwei lebensfrohen Söhnen sowie einer Sternentochter, die im 6. Monat tot geboren wurde.
TERMIN	Do, 25.10.2018, 19.30 – 21.00 Uhr
ORT	Markt Schwaben, Gemeindebücherei, Schlossplatz 1
KOSTEN	6 Euro
ANMELDUNG	bis 22.10.2018, KBW: 08092 / 850 79-0 oder www.kbw-egersberg.de

TROSTSPENDEnde RITUALE

VORTRAG

In Zeiten der Trauer und des Abschieds können manche Rituale Kraft und Trost spenden. Bei einer gemeinsamen Abendveranstaltung möchten wir gerne einige Rituale vorstellen und wer möchte, kann diese auch gleich mit ausprobieren.

Hier können Segenshandlungen Kraft spenden, auch das gemeinsame Gebet kann entlasten, sowie Salbungen mit Öl in kleiner Form können getestet werden.

MIT	Martina Kasper, Dipl. Soz. Päd. (FH), Fachreferentin Anne Schallenger, Diakonin im SPDI
TERMIN	Di, 06.11.2018, 18.00 – 20.00 Uhr
ORT	Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
KOSTEN	6 Euro
ANMELDUNG	bis 31.10.2018, KBW: 08092 / 850 79-0 oder www.kbw-egersberg.de

KINDER UND TRAUER!?!

VORTRAG

Kinder trauern anders und viel öfter als wir Erwachsene wahr haben möchten. Trauer ist mit Schmerz und Schwere verbunden und am liebsten würden wir unsere Kinder vor diesen Gefühlen und Erfahrungen schützen und alles was schwer ist, von ihnen fernhalten. Kinder sollen unbeschwert und sorglos aufwachsen können, nichts soll ihre Lebensfreude bremsen. Aber ist das wirklich immer möglich? Ist das wirklich der Königsweg? Trauen wir Erwachsene unseren Kinder Trauer zu – oder möchten wir uns selber schützen und verschonen?

Was machen Trauer und schwere Erfahrungen mit Kindern? Um was trauern Kinder eigentlich alles? Was machen wir in traurigen Situationen mit den Kindern? Wie helfen wir ihnen in diesem Schmerz?

Diesen Fragen spüren wir gemeinsam nach. Wir nehmen unsere eigene Biografie und eigenen Erfahrungen in den Blick und überlegen davon ausgehend, wie es gehen kann, dass wir gemeinsam mit den Kindern durch schwere Zeiten gehen und bereichert aus ihnen hervorgehen.

.....

MIT Sylvia Wammetsberger,
Trauerbegleiterin (BVT)

.....

TERMIN **Mi, 21.11.2018, 18.00 – 21.00 Uhr**

.....

ORT Zorneding, Kath. Pfarrheim Martinstadt,
Clubraum, Ingelsberger Weg 2

.....

KOSTEN 15 Euro

.....

ANMELDUNG bis 19.11.2018,
KBW: 08092 / 850 79-0 oder
www.kbw-egersberg.de

.....

LEBENSBEJAHENDE KRAFT – VOM SINN DER TRAUER

VORTRAG

Viele denken bei diesem Thema vielleicht: „Das brauch ich nicht, das betrifft mich nicht, da hab ich keine Lust drauf, ...“ oder aber auch „Das wäre schon wichtig, aber ich mag mich nicht damit beschäftigen“.

Vielleicht stecken Sie aber auch mitten drin, weil Sie vor kurzem oder auch schon vor längerem einen lieben Menschen durch Tod verloren haben.

Trauer begegnet uns aber viel häufiger als wir denken: Scheidung, Arbeitsplatzverlust, Krankheit ... und häufig ganz plötzlich durch den Tod.

Trauer ist keine Krankheit, sondern die gesunde und lebensnotwendige Reaktion auf Verluste, Veränderungen und Trennungsergebnisse in unserem Leben.

Sie erfahren an diesem Abend, dass Verluste und Veränderungen zu unserem Leben gehören, was Trauer ist und wie sie uns dabei hilft, leben zu lernen.

.....

MIT Andrea Scheller,
Heilpraktikerin für Psychotherapie

.....

TERMIN **Do, 28.03.2019, 19.00 – 20.30 Uhr**

.....

ORT Grafing, Stadtbücherei, Grenzstr. 5

.....

KOSTEN 6 Euro

.....

ANMELDUNG bis 26.03.2019,
KBW: 08092 / 850 79-0 oder
www.kbw-egersberg.de

.....

LACHEN TROTZ UND ALLEDEM – DARF ICH LACHEN, WENN ICH TRAUIG BIN? WOCHENENDSEMINAR

Wie können Trauer und Freude Hand in Hand gehen? Lachen trotz einer schweren Diagnose, lachen nach einem Verlust, lachen in der Krise? Geht das? Sich Leichtigkeit erlauben, ohne Schuldzuweisung? Das Aufblitzen eines Lachens, in einer Situation, in der Lachen undenkbar erscheint, ist ein lichtiges Auftauchen aus der Dunkelheit, ein kurzes Lösen aus der Erstarrung.

Eine humorvolle Sichtweise hilft beim gesunden Perspektivenwechsel. Traurige Ereignisse fordern eine plötzliche Neuausrichtung. Sich erlauben, dabei neue Blickwinkel zu nutzen, hilft den Wandel zu akzeptieren. Wandel ist Leben.

Diesem Thema auf der Spur – mit den Elementen der Freude, wie Tanzen, Malen, Lachyoga und Entspannung.

„Zwischen Weinen und Lachen
schwingt die Schaukel des Lebens.
Zwischen Weinen und Lachen
schwingt in ihr der Mensch.“

CHRISTIAN MORGENSTERN

MIT
Silvia Rößler, Autorin, Lachbotschafterin,
Lachyogalehrerin, Lachyogatrainerin
.....

TERMIN
Sa, 20.10.2018, 09.30 – 18.30 Uhr und
So, 21.10.2018, 09.00 – 12.00 Uhr
.....

ORT
Vaterstetten, Kath. Pfarrzentrum,
kleiner Saal, Dreitorspitzstr. 1
.....

KOSTEN
90 Euro zuzüglich Mittagessen
.....

ANMELDUNG
bis 12.10.2018,
KBW: 08092 / 850 79-0 oder
www.kbw-egersberg.de
.....

NEUE ZUVERSICHT SCHÖPFEN – EIN TAG FÜR STERNENMÜTTER WORKSHOP

In der Schwangerschaft waren Sie guter Hoffnung auf ein neues Leben, für das Sie viele Wünsche und Erwartungen hegten. Und dann kam alles anders und Sie stehen dem Verlust Ihres Kindes mit Schmerz und Trauer gegenüber.

Wir laden Sie ein zu einem Tag des Austausches mit anderen Sternenmüttern. In diesem Kreis werden Sie als die Mutter wahrgenommen, die Sie durch die Geburt Ihres Kindes geworden sind, auch wenn das für andere oft nicht sichtbar ist. Wir wollen uns an diesem Tag zärtlich und liebevoll an unsere Kinder erinnern und von ihnen erzählen und wir wollen auch die Ängste, möglicherweise Schuldgefühle und vielleicht die Hoffnungen auf eine neue Schwangerschaft zulassen.

Der offene Austausch mit anderen Sternenmüttern bietet die Möglichkeit, andere Umgangsweisen mit der Trauer kennenzulernen und über Schwierigkeiten des Alltags zu sprechen, wie z. B. die Umwelt mit dem Verlust umgeht.

Wir laden Sie ein, durch Bewegung, Atem und Entspannung wieder Zutrauen in Ihren Körper zu finden. Mit verschiedenen Ritualen und Kreativitätstechniken wollen wir Wege suchen, unsere Erlebnisse nicht zu verdrängen, sondern mit unseren Kindern im Herzen weiterzuleben und der Zukunft wieder mit Zuversicht zu begegnen.

Beide Referentinnen sind Mütter von lebensfrohen Söhnen und selbst Sternenmütter.

MIT
Helke Grund, Trauerbegleiterin und
Daniela Nuber, GfG®-Familienbegleiterin
.....

TERMIN
So, 09.12.2018, 09.30 – 17.00 Uhr
.....

ORT
Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle,
Pfarrer-Bauer-Str. 5
.....

KOSTEN
60 Euro zuzüglich Mittagessen
.....

ANMELDUNG
bis 05.12.2018,
KBW: 08092 / 850 79-0 oder
www.kbw-egersberg.de
.....

GRENZEN WANDELN SICH IN WEITE TAGESSEMINAR

Grenzen schenken Halt und Sicherheit. Grenzen braucht es.

Wir erleben Grenzen, die uns herausfordern, sie zu übertreten, um der Weite Raum zur Gestaltung zu geben. Und wir kämpfen um Grenzen, weil wir sie für unser seelisches Gleichgewicht brauchen.

Wir wollen uns bei diesem Tagesseminar den eigenen Grenzerfahrungen öffnen: mit Musik, meditativen Texten, Austausch in kleiner Runde und mit reichlich Farbe und Pinsel.

Keine Angst, wir wollen mit den Farben spielen, ein künstlerisches Talent muss nicht vorhanden sein.

Lassen Sie sich von sich selbst überraschen, was da alles behütet werden möchte oder die Weite sucht.

MIT	Hedwig Geisberg, Seelsorgerin und Gestalttherapeutin und Martina Kasper, Dipl. Soz. Päd. (FH)
TERMIN	Fr, 25.01.2019, 09.30 – 16.30 Uhr
ORT	Ebersberg, Kunstraum – Tagesstätte der Sozialpsychiatrischen Dienste, Sempstr. 4
KOSTEN	45 Euro zuzüglich 10 Euro Material
ANMELDUNG	bis 15.01.2019, KBW: 080 92 / 850 79-0 oder www.kbw-ebersberg.de oder Hedwig Geisberg: geisberg-psychotherapie@t-online.de

JEDEN 1. SAMSTAG IM MONAT, 10.00 – 12.00 UHR

TRAUERCAFÉ LICHTBLICK

Gemeinsam der Trauer begegnen, sich stärken und frühstücken

MIT	Hospizhelferinnen des Christophorus Hospizvereins Ebersberg e.V
TERMINE	2018: 06.10. / 03.11. / 01.12. 2019: 05.01. / 02.02. / 02.03. / 06.04.
ORT	Ebersberg, Kath. Jugendstelle, Bahnhofstr. 8
KOSTEN	keine, Spenden willkommen

JEDES VIERTELJAHR, LETZTER FREITAG IM MONAT,
15.00 – 16.30 UHR

HERZENSSTUNDE – IM TUN MEIN HERZ SPRECHEN LASSEN GESPRÄCHSKREIS

Spielegerisch versunken im Tun wird das Herz weit. Wir kommen zur Ruhe. Wir leben im Augenblick. Meine Hände bringen mein Ich zum Ausdruck. Im Vordergrund steht absichtslose Experimentierfreude im geschützten, achtsamen und damit wertungsfreien Raum.

MIT	Mechthild Ferber-Holzbauer, Gemeindefeferentin im Einrichtungsverbund Steinhöring
TERMINE	2018: 26.10. Muffins backen 2019: 25.01. Teelichtlaterne gestalten 26.04. Samenpralinen herstellen
ORT	Steinhöring, Einrichtungsverbund Konferenzraum Wohnhaus, Münchener Str. 39
KOSTEN	keine
INFORMATION	m.ferber-holzbauer@kjf-muenchen.de

RÜCKBILDUNG LEERE WIEGE

RÜCKBILDUNGSKURS

„Guter Hoffnung sein“ wird die Zeit der Schwangerschaft auch manchmal genannt. Doch wenn diese Hoffnung zerstört wird, weil das Kind noch im Bauch, während oder kurz nach der Geburt stirbt, dann werden damit auch alle Träume und Vorstellungen zerstört, die sich die Eltern für eine gemeinsame Zukunft mit dem Kind in den schönsten Farben ausgemalt haben. Es spielt dabei keine Rolle, wie alt das Kind bereits war und durch welche Ursache es zu diesem schrecklichen Verlust kam. Die Frau ist durch die Schwangerschaft und die Geburt zur Mutter geworden. Diese neue Rolle wird von der Außenwelt leider oft nicht wahrgenommen und nicht selten wird der Tod am Lebensanfang noch mit einem Tabu belegt. Neben den seelischen Schmerzen kommt dazu, dass der Körper sich durch Schwangerschaft und Geburt verändert hat und Unterstützung bei der Rückbildung brauchen kann.

In diesem Kurs haben die Frauen die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Betroffenen für ihre körperliche Rückbildung zu sorgen durch angeleitete Übungen, Körperwahrnehmung und Entspannung. Gleichzeitig gibt es genügend Raum für die Trauerbewältigung durch Gespräche, den Austausch mit den anderen Betroffenen sowie durch verschiedene Rituale und kreatives Gestalten. Wir wollen den Schmerz über den Verlust des Kindes nicht verdrängen, sondern der Erinnerung Raum geben und unseren Verlust so in unser Leben integrieren, dass wir daran wachsen können.

MIT Daniela Nuber, GfG®-Familienbegleiterin für Rückbildung/Neufindung
TERMIN Dienstagabend – 6 x 120 Minuten und ein persönliches Vorgespräch nach Vereinbarung
ORT Ebersberg, Hebammenpraxis Glücksmomente, Paulhuberweg 4
INFORMATION Termin- und Kostenanfrage bei Daniela Nuber, Tel. 0176 / 234 45 124 oder daniela_nuber@web.de

TRAUERCAFÉ „ON TOUR“

Der Weg schiebt sich dem Gehenden unter die Füße.

NACH EINEM ZITAT VON MARTIN WALSER

Sie haben einen lieben Menschen verloren? Sie möchten Menschen mit ähnlichen Erfahrungen treffen? Sie suchen Menschen, die es nachvollziehen können, wenn Sie ambivalent und manchmal etwas schwierig sind? Sie haben Lust auf Natur und Berge? Sie trauen sich eine Tour zwischen 600 und 1.000 Hm zu? Sie sind etwa zwischen 40 und 60 Jahre alt?

Einmal im Monat samstags gehen wir zusammen auf Tour in die Natur. Im gemeinsamen Unterwegssein sammeln wir Lichtblicke und schöne Erlebnisse.

MIT Sylvia Wammetsberger, Trauerbegleiterin (BVT)
INFORMATION Für Details und genauere Abstimmungen melden Sie sich bei Sylvia Wammetsberger Tel. 080 92 / 863 51 40. Bei Interesse an weiteren Terminen melden Sie sich bitte per E-Mail: post@trauerbegleitung-wammetsberger.de.

GEH AUS MEIN HERZ UND SUCHE FREUD

WANDERN 60+

Wir laden Sie ein, Ihre Wanderschuhe wieder heraus zu holen und für einen Tag dem Alltagsgrau und dem Alleinsein zu entfliehen.

In kleiner Gruppe entdecken wir die Schönheiten unserer bayerischen Heimat – von Garmisch bis zum Königssee. Jede Jahreszeit lädt uns ein, das Leben neu zu entdecken. Lassen wir uns überraschen: von der Natur, von kleinen spirituellen Impulsen, von der Möglichkeit zum persönlichen Gespräch (im Gehen redet es sich oft leichter), von der gemütlichen Einkehr oder was immer uns an diesem Tag begegnen mag.

Nähere Informationen zu den Zielorten und mögliche Änderungen entnehmen Sie bitte den aktuellen Angaben.
Wir freuen uns auf Sie.

2018	<p>.....</p> <p>Sa, 22.09. Schlierseer Höhenweg</p> <p>.....</p> <p>Sa, 13.10. Eng, Ahornboden</p> <p>.....</p> <p>Sa, 24.11. Rund um den Staffelsee bei Murnau</p> <p>.....</p>
2019	<p>Mo, 14.01. Kreuther Runde zur Herz. Fischzucht und Schwaigeralm</p> <p>.....</p> <p>Mo, 11.02. Spitzingsee – Albert-Link-Hütte – Rundweg</p> <p>.....</p> <p>Mo, 11.03. Philosophenweg Garmisch Partenkirchen</p> <p>.....</p> <p>Mo, 08.04. Rundweg Mangfalltal</p> <p>.....</p> <p>Mo, 03.06. Von Rottenbuch nach Steingaden über die Wieskirche</p> <p>.....</p> <p>Mo, 01.07. Ammerschluchtrundweg</p> <p>.....</p> <p>Mo, 22.07. Zum Kocheler Lainbachfall, alternativ zur Partnachklamm über Eckbauer und Grasseck</p> <p>.....</p>

TOUR	<p>.....</p> <p>2-Tages-Tour: Königseerunde und Obersalzberg-Tour mit Übernachtung</p> <p>.....</p>
TERMIN	<p>Mo, 06.05. und Di, 07.05.2019 mit Übernachtung</p> <p>.....</p>
FÜR	<p>Senioren und Seniorinnen 60 +</p> <p>.....</p>
MIT	<p>Burkhard Geisberg und Hedwig Geisberg, Seelsorgerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Gestalttherapeutin</p> <p>.....</p>
KOSTEN	<p>Bergbahnfahrten, Einkehr, Kosten der Anfahrt bzw. 5 Euro bei Mitfahrt in unserem VW-Bus</p> <p>.....</p>
ANREISE	<p>individuell mit dem eigenen PKW oder per Bahn/ Bus; mit uns im VW-Bus (max. 5 Personen)</p> <p>.....</p>
INFORMATION ANMELDUNG	<p>Hedwig Geisberg Christian-Bauer-Weg 8, 85464 Neufinsing Tel. 081 21 / 773 73 E-Mail: hedwig-geisberg@t-online.de</p>

Bei Interesse besuchen Sie bitte meine Homepage: www.geisberg-psychotherapie.de hier finden Sie stets die neuesten Angebote und noch mehr an Einzelheiten zu den jeweiligen Touren.

GRUPPENANGEBOTE

Nach dem Tod eines geliebten Menschen stehen wir oft alleine vor großen Herausforderungen und zum Schmerz über den Verlust kommen Gefühle wie Angst, Einsamkeit, Wut, Schuld und Hilflosigkeit hinzu. Wir tun uns schwer mit dem Alltag und verlieren leicht die Orientierung in dem Auf und Ab der Trauer.

Wie wir mit unseren Gefühlen, Eindrücken und Erinnerungen umgehen und wie wir unser Leben wieder sortieren können, sind Fragen, denen wir uns in Gruppen gemeinsam stellen wollen. Im gemeinsamen Austausch möchten wir Impulse und Anker für unser weiteres Leben finden und gemeinsam Perspektiven für das Leben mit der Trauer entwickeln.

Folgende Gruppen bieten wir ab einer Teilnehmerzahl von 5 Personen an:

- Gruppe für trauernde Erwachsene bei jeder Art von Trauer
- Gruppe für trauernde Kinder und Jugendliche

Folgende Gruppen existieren bereits:

Verwaiste Eltern München e.V.:

- Gruppe für trauernde Eltern
- Gruppe für trauernde Geschwister bei Tod eines Geschwisterkindes
- Gruppe für trauernde, erwachsene Geschwister bei Tod eines Geschwisterteils

Nicolaidis YoungWings Stiftung:

- Gruppe mit Selbsthilfcharakter für sehr jung und jung Verwitwete bis 49 Jahren
- Nicolaidis-Treff für Männer
- SABU-Club für Vorschul- und Grundschul Kinder
- Trauergruppe für junge Erwachsene bis 27 Jahren, die ein Elternteil oder beide Eltern verloren haben

DIE ARCHE Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.

- Trauergruppe für Menschen, die jemanden durch Suizid verloren haben

Fragen Sie bei Bedarf einfach nach. Wir helfen Ihnen, eine Gruppe zu finden und nennen Ihnen die nächsten Gruppentermine.

Melden Sie sich bitte bei post@trauerbegleitung-wammetsberger.de oder nwtrauer@kbw-egersberg.de oder rufen Sie an unter Telefon: 08092/850 79-0.

FORTBILDUNG

GRUNDSEMINAR HOSPIZ

UMGANG MIT STERBEN, TOD UND TRAUER

Dieses Grundseminar bietet Raum für eine Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer. Es steht allen Interessierten offen. Das Grundseminar ist Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs, der zur ehrenamtlichen Mitarbeit in der Hospizarbeit qualifiziert.

Die Themen in dem Seminar sind:

- die Einstellung zu Krankheit, Sterben und Tod (Biographiearbeit)
- die Kommunikation mit Sterbenden
- die Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativbetreuung
- die Trauer und die Möglichkeit des Trostes
- die ehrenamtliche Hospizarbeit im Landkreis Ebersberg

Das Einführungsseminar setzt psychische Stabilität voraus. Eine regelmäßige Teilnahme ist notwendig. Es wird in Gruppen- und Einzelgesprächen und mit kreativen Medien gearbeitet.

MIT

Birgit Deppe-Opitz, Dipl. Theologin, Integrative Gestalttherapie (FPI) und Carola Laukat, Heilpraktikerin, Integrative Gestalttherapie (FPI)

TERMINE

Fr, 19.10., 16.00 Uhr – So, 21.10.2018

ORT

Glonn, Marienheim, Rotter Str. 10

KOSTEN

60 Euro

ANMELDUNG

bis 12.10.2018,
KBW: 08092/850 79-0 oder
www.kbw-egersberg.de

HILFREICHE ADRESSEN

ERWACHSENE, KINDER UND JUGENDLICHE

Telefonseelsorge

Katholisch: 0800/111 02 22

Evangelisch: 0800/111 01 11

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Caritas-Zentrum Ebersberg

Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing

Tel. 080 92 / 232 41 - 30

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der

Erzdiözese München und Freising

Sieghartstraße 27, 85560 Ebersberg

Tel. 080 92 / 222 18, www.eheberatung-oberbayern.de

Hedwig Geisberg

Seelsorgerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie

Christian-Bauer-Weg 8, 85464 Finsing

Tel. 081 21 / 253 65 43, www.geisberg-psychotherapie.de

Andrea Scheller

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Kreuzfeldweg 3, 85617 ABling

Tel. 080 92 / 232 64 08, www.scheller-psychotherapie.de

Sylvia Wammetsberger

Trauerbegleiterin M.I.T. (BVT) und Hospizhelferin

Trauerbegleitung für Kinder & Jugendliche

Bahnhofstraße 7, 85560 Ebersberg

Tel. 080 92 / 863 51 40

www.trauerbegleitung-wammetsberger.de

SPEZIELL FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Lacrima, Zentrum für trauernde Kinder

Tel. 089 / 124 73 44 - 11, www.johanniter.de/lacrima

NETZWERKPARTNER

Caritas-Zentrum Ebersberg, Christophorus Hospizverein Ebersberg e.V., Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising – Landkreisstelle Ebersberg, Evangelisches Bildungswerk Rosenheim-Ebersberg e.V., Katholisches Kreisbildungswerk Ebersberg e.V., Kreis-klinik Ebersberg, Pfarreien im Dekanat Ebersberg, Einrich-tungsverbund Steinhöring, Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg, Verwaiste Eltern München e.V.