

Weitere Angebote für trauernde Menschen wie Gesprächskreise, Freizeitangebote etc. finden Sie auf den folgenden Websites:

- www.gespraechsladen-schweinfurt.de/begleitung-in-der-trauer
- www.malteser-schweinfurt.de

Hilfreiche Bücher zur Bewältigung von Trauer sind in der Medienstelle der Katholischen Erwachsenenbildung, Schultesstraße 21, eingestellt und können dort kostenfrei ausgeliehen werden.

- Kontakt: 09721 7025-31 / info@keb-schweinfurt.de

Eine gemeinsame Veranstaltung von



Monika Spath

Malteser-Hilfsdienst e.V. Schweinfurt

Telefon 09721 930911-32

E-Mail: hospiz-sw@malteser.org



Robert Bundschuh

GesprächsLaden Schweinfurt

Mangasse 22

97421 Schweinfurt

Telefon 09721 207955 – Telefax 09721 207956

E-Mail: info@gespraechsladen-schweinfurt.de

Die Trauer durchwandern

20

»Auf die Füße kommen ...«
Trauerwandern am Sonntag



Passaluniv / Fotolia.com



Trauern – aber nicht allein

19

Trauercafé – Meine Sonntagsoase

Die Trauer durchwandern

Trauercafé - Meine Sonntagsoase

• Sonntag, 17. März 2019

• Sonntag, 22. September 2019

jeweils von 14.00 bis 17.00 Uhr

auf naturnahen Wanderwegen

rund um Grafenrheinfeld

• Sonntag, 23. Juni 2019

• Sonntag, 17. November 2019

jeweils von 14.00 bis 17.00 Uhr

im Gemeindezentrum Maria Hilf

Schweinfurt-Gartenstadt

Sie trauern um einen nahestehenden Menschen, der gestorben ist. Sie fühlen sich eingespannt in ein Räderwerk schmerzlicher Gefühle. Sie sehnen sich nach Menschen, mit denen Sie reden können ...

Bewegung in der Natur, Begegnung und Austausch mit Personen, die sich in ähnlicher Lebenssituation befinden, ermöglichen eine ganz besondere Weg-Erfahrung. Mit allen Sinnen unterwegs zu sein, der Trauer Raum und Zeit zu geben, kann ermutigen, unterstützen und Kraft für den Alltag schenken.

-
- Treffpunkt ist vor dem Gasthof »Alte Amtsvogtei«, Kirchplatz 4 in 97506 Grafenrheinfeld.
 - Erfahrene TrauerbegleiterInnen gehen mit auf den Weg.
 - Dauer der Wanderung ca. 1,5 Stunden auf gut begehbaren Wegen bei jedem Wetter. Teilnehmer sollten gut zu Fuß sein sowie geeignete Schuhe und einen Regenschutz mitbringen!
 - Schriftliche oder telefonische **Anmeldung bis jeweils eine Woche vor der Veranstaltung** beim Malteser-Hilfsdienst e.V. oder im GesprächsLaden Schweinfurt (*Daten siehe Rückseite*).
 - Im Anschluss an die Wanderung (*gegen 16.00 Uhr*) besteht die Möglichkeit, im Gasthof »Alte Amtsvogtei« einzukehren, noch eine Weile zusammensitzen und sich auszutauschen!

Sie fühlen sich in Ihrer Trauer unverstanden und allein. Sie haben den Eindruck, dass kaum jemand Sie versteht oder sich für Ihre Situation interessiert. Die eigenen vier Wände werden oftmals eng. Sie suchen Abwechslung ...

Das Trauercafé bietet Gelegenheit, sich mit anderen Trauernenden in gemütlicher Atmosphäre zu treffen, Kontakte untereinander anzubahnen, sich auszutauschen, miteinander zu reden, zu schweigen, zuzuhören, Unbegreifliches in Worte zu bringen ... oder auch gemeinsam zu lachen.

-
- Treffpunkt ist das Pfarrzentrum Maria Hilf, Kardinal-Döpfner-Haus, Fritz-Soldmann-Straße 33 in Schweinfurt.
 - Das Zusammensein wird betreut und unterstützt von einem Team qualifizierter TrauerbegleiterInnen.
 - Zu Beginn oder zwischendurch kann ein Impuls zum Nachdenken stehen.
 - Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 25 Personen begrenzt.
 - Schriftliche oder telefonische **Anmeldung bis jeweils eine Woche vor der Veranstaltung** beim Malteser-Hilfsdienst e.V. oder im GesprächsLaden Schweinfurt (*Daten siehe Rückseite*).