

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.
wertorientiert . bilden



NETZWERK
TRAUER

PROGRAMM
FRÜHJAHR / SOMMER 2021

NETZWERK TRAUER

*„Wenn man leidet, tut es gut,
befreundete Herzen zu haben,
in denen unser Schmerz ein Echo findet.“*

HEILIGE THERESIA VON LISIEUX

Wenn ein geliebter Mensch gestorben ist, fällt man aus seiner gewohnten Welt heraus. Sich von einem lieben Menschen endgültig verabschieden zu müssen, ist eine schwere und belastende Situation und die Sehnsucht nach dem geliebten Menschen ist groß. Ein Weg für das Weiterleben mit dem Verlust zu finden braucht Zeit.

Die Wege in der Trauer sind oft die schwersten, die ein Mensch gehen muss – da ist es gut, wenn man nicht alleine ist und jemand mitgeht.

Derzeit verunsichert die Corona-Pandemie die Menschen. Wie sehr helfen in der Trauer gewohnte persönliche Kontakte, das Zusammenrücken mit Familie und Freunden, die Unterstützung von außen. In Zeiten der Corona-Pandemie eine Herausforderung und so nicht mehr möglich. Das kann die eigene Trauer erschweren.

Trotz allem finden Sie in diesem Flyer vielfältige Angebote, die Ihnen Raum bieten für Ihre ganz persönliche Trauer.

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“

Auf dem 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 alle, die um ein Sternenkind trauern.

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

.....
GESTALTUNG Renate Zorn-Traving und
Christoph Diehl (Klinikseelsorge)
.....

TERMIN **Fr, 16.04.2021, 16.00 Uhr**
.....

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

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 zu einem Tag des Austausches mit anderen Sternenmüttern ein. 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. das Umfeld 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.

REFERENTINNEN Helke Grund, Trauerbegleiterin und Daniela Nuber-Fischer, GfG®-Familienbegleiterin
TERMIN Sa, 17.04.2021, 09.30 – 17.00 Uhr
ORT Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
KOSTEN 60 Euro zzgl. Mittagessen
ANMELDUNG bis 11.04.2021, info@kbw-ebersberg.de oder www.kbw-ebersberg.de

*„Wenn du bei Nacht den Himmel anschaust,
wird es Dir sein, als lachten alle Sterne,
weil ich auf einem von ihnen wohne,
weil ich auf einem von ihnen lache.
Du allein wirst Sterne haben, die lachen können.“*

ANTOINE-DE-SAINT-EXUPERY

STERNENKIND VOR VIELEN JAHREN – DU BIST NICHT VERGESSEN EIN TAG FÜR STERNENMÜTTER, DEREN VERLUST 10, 20, 30 ODER MEHR JAHRE ZURÜCKLIEGT WORKSHOP

Das Thema „Frühtod“ erreicht immer mehr Aufmerksamkeit und das zurecht, denn der Tod am Lebensanfang soll kein Tabu bleiben. Vielleicht denken Sie auch noch an Ihr Baby zurück, das Sie vor langer Zeit verloren haben und spüren das Bedürfnis, der Trauer und der Erinnerung jetzt einen Raum geben zu dürfen, den es möglicherweise damals nicht gab.

Dieser Tag richtet sich an alle Sternenmütter, deren Verlust bereits Jahrzehnte zurückliegt und die sich gerne jetzt anschauen möchten, was sie erlebt haben und sich in einer geschützten Runde mit anderen Betroffenen liebevoll an ihr Baby erinnern wollen. Wir gestalten diesen Tag mit einer Mischung aus Bewegung, Körperwahrnehmung und kreativen Methoden aus der systemischen Familientherapie. Der Austausch mit Anderen und eine professionelle Begleitung sind dabei zentrale Elemente, um gestärkt und mit Liebe für unsere Kinder im Herzen weiterzugehen.

REFERENTINNEN Helke Grund, Trauerbegleiterin und Daniela Nuber-Fischer, GfG®-Familienbegleiterin
TERMIN So, 20.06.2021, 09.30 – 17.00 Uhr
ORT Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
KOSTEN 60 Euro zzgl. Mittagessen
ANMELDUNG bis 13.06.2021, info@kbw-ebersberg.de oder www.kbw-ebersberg.de

DIE KINDER DER KRIEGSKINDER – JETZT BEGREIFE ICH ENDLICH MEINE ELTERN

WIE DIE ERLEBNISSE VON KRIEG,
HUNGER UND FLUCHT AUCH UNS, DIE KINDER
UND ENKEL DER KRIEGSKINDER PRÄGEN

Wir alle leben in einem Geflecht von menschlichen Beziehungen, gegenwärtige, vergangene und auch solche, die lange vor unserer Zeit waren und die wir oft gar nicht kennen. Werte, Vorstellungen und Verhaltensweisen, aber auch Ängste, Schmerz und Leid werden oft nonverbal und auf verborgenen Wegen weitergegeben an die nächste Generation. So erhält die nächste Generation Anteil am Leid der Eltern und Großeltern, ohne dieses Leid oft genau benennen zu können. Da ist vielleicht so eine Schwere in mir, so etwas tief in mir verborgenes Leidvolles und mitunter Schmerzendes und nicht wirklich Greifbares.

Nicht selten zeigen sich Symptome einer traumatischen Belastungsstörung, ohne dass ein eigenes Traumaerleben dahintersteht. Es sind die Erlebnisse der Eltern und Großelterngeneration, deren verdrängte Traumata sich auf die nächsten Generationen auswirken. Neben Hintergrundwissen und Berichten von Menschen, die dieser besonderen Traumaerfahrung nachgegangen sind, sollen auch eigene Erfahrungen mit den Eltern und Großeltern zur Sprache kommen dürfen.

REFERENTIN	Hedwig Geisberg, Seelsorgerin, Gestalttherapeutin i.R.
TERMIN	Do, 22.04.2021, 19.00 – 21.30 Uhr
ORT	Zorneding, katholisches Pfarrheim Martinstadt-Clubraum, Ingelsberger Weg 2
KOSTEN	6 Euro
ANMELDUNG	bis 19.04.2021, info@kbw-egersberg.de oder www.kbw-egersberg.de



1. SAMSTAG IM MONAT, 10.00 – 12.00 UHR TRAUERTREFF „LICHTBLICK“

Gemeinsam der Trauer begegnen, sich auszutauschen und sich zu stärken. Auch wenn Sie im Alltag schon wieder ganz gut funktionieren, braucht die Trauer ihren Platz. Wir möchten Ihnen mit diesem offenen Angebot einen Raum bieten, wo sie reden können oder auch nicht, wo Sie Menschen begegnen können, die so wie Sie einen Verlust erlebt haben.

BEGLEITUNG	Hospizhelferinnen des Christophorus Hospizvereins Ebersberg e.V.
TERMINE	06.03. 03.04. 08.05. 05.06. 03.07. 07.08. 04.09.
ORT	Ebersberg, katholisches Pfarrheim, Baldestr. 18
KOSTEN	keine – Spenden willkommen
INFORMATION	Christophorus-Hospizverein e.V., Tel. 080 92 / 256 985



**1. MITTWOCH IM MONAT,
10.00–12.00 UHR ODER 19.00–21.00**

TRAUERTREFFPUNKT GRAFING

Nach dem Verlust eines geliebten Menschen fühlt man sich oft alleine mit seinen Gedanken und dem Schmerz. In einem geschützten Rahmen dürfen Sie ganz Sie selbst sein und aussprechen, was Sie empfinden und fühlen oder auch einfach nur da sein. Mit Zuhören, Trost, Inspirationen und Ermutigungen sowie mit dem Aufzeigen neuer Wege, biete ich Ihnen Unterstützung, Ihre Trauer anzunehmen, damit die Bewältigung und Heilung beginnen kann.

BEGLEITUNG	Christina Schweiger, Trauerbegleiterin, Hospizhelferin
TERMINE	03.03. 07.04. 05.05. 02.06. 07.07. 04.08. 01.09.2021
ORT	Grafiing, Thomas-Mayr-Str. 4
KOSTEN	keine – Spenden willkommen
ANMELDUNG	Christina Schweiger, Tel. 0171 / 430 93 90 oder christina-maria.schweiger@t-online.de

3. DIENSTAG IM MONAT, 19.00–20.30 UHR
TRAUERTREFF ONLINE (PER ZOOM)
ANGEBOT FÜR JUNGE ERWACHSENE

Das Angebot richtet sich an junge Erwachsene, die sich mit Gleichaltrigen in einem virtuellen Raum regelmäßig treffen und sich über den Tod des Elternteils aussprechen möchten.

Gerade in dieser Lebensphase, in der es um Zukunftsplanung und die persönliche Entwicklung geht, ist der Tod eines Elternteils ein massiver Einschnitt im Leben eines jungen Menschen und stellt ihn oftmals vor besondere Herausforderungen.

Wir möchten einen sicheren und vertrauensvollen Rahmen schaffen, in dem junge Menschen zusammenkommen können, um sich über die Themen auszutauschen, die sie gerade beschäftigen. Gemeinsam können neue Strategien zur Trauerverarbeitung entwickelt werden.

Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit nach einem Kennenlerngespräch (telefonisch oder via Zoom) möglich.

GESTALTUNG	Susanne von Müller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleiterin (BVT)
KOSTEN	keine – Spenden willkommen
ANMELDUNG	ZAHPV, Tel. 089 / 613 971 70 (zu jedem Treffen erforderlich)
INFORMATION	www.hospiz-und-palliativ-zentrum.de

Das Zentrum für Ambulante Hospiz- und Palliativversorgung München Land, Stadtrand und Landkreis Ebersberg der Caritas-Dienste (ZAHPV) unterstützt schwerst- kranke und sterbende Menschen und ihre Angehörigen einfühlsam, kompetent und achtsam auf ihrem letzten Weg. Auch über den Tod des Erkrankten hinaus werden Angehörige begleitet.

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 durch angeleitete Übungen, Körperwahrnehmung und Entspannung zu sorgen. 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.

BEGLEITUNG	Daniela Nuber-Fischer, GfG®-Familienbegleiterin für Rückbildung / Neufindung
TERMINE	Dienstagabend – 6 x 120 Minuten und ein persönliches Vorgespräch nach Vereinbarung
ORT	Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl Str. 4
TERMIN- UND KOSTENANFRAGE	Daniela Nuber-Fischer, 0176 / 234 45 124 oder daniela_nuber@web.de



BERGTOUREN

TOUREN FÜR TRAUERENDE ZWISCHEN 40 UND 60 JAHREN

„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 und einer Gesamtgehzeit von bis zu 6 Stunden zu? Sie sind etwa zwischen 40 und 60 Jahre alt? Ich lade Sie ein, zusammen auf Tour zu gehen.

Im gemeinsamen Unterwegssein möchte ich mit Ihnen ein paar Lichtblicke und schöne Erlebnisse sammeln.

BEGLEITUNG	Sylvia Wammetsberger, Trauerbegleiterin (BVT)
TERMINE UND INFORMATIONEN	www.trauerbegleitung-wammetsberger.de/ meine-angebote/trauerwandern
	Die Wanderungen finden in Kooperation mit dem Christophorus Hospiz-Verein Ebersberg e.V. statt.

GEH AUS MEIN HERZ UND SUCHE FREUD

WANDERN FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN 60⁺

Wenn nichts mehr sein kann, wie es war,
nichts ist, wie du es dir wünschst
und nichts sein wird, wie du es dir erträumt –
ist es an der Zeit, das Vergangene ruhen zu lassen,
um neue Wege zu gehen – gemeinsam.

NACH NICO BARTES

Wir laden Sie ein, Ihre Wanderschuhe wieder heraus zu holen
und für einen Tag dem Alltagsgrau 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 spiri-
tuellen Impulsen, von der Möglichkeit zum persönlichen Ge-
spräch (im Gehen redet es sich oft leichter), von der
gemütlichen Einkehr oder was immer uns an diesem Tag be-
gegnet mag. Die Touren finden immer montags statt – wir
freuen uns auf Sie.

Mo, 15.03.21 Chiemgau-Wanderung zur Ratzinger Höhe

Gehzeit 3 Std, 11 km,
Start wird bekannt gegeben

**Mo, 12.04.21 Ayingen Rundweg
über Kleinhelferdorf und Kaltenbrunn**

Gehzeit 2,75 Std, 10 km, Start S7 Bhf. Aying

**Mo, 10.05.21 Rund um Mariabrunn,
Amperwanderung von Röhrmoos über
Ampermoching nach Dachau**

Gehzeit 3,5 Std, 14 km,
Start S2 Bhf. Röhrmoos

**Mo, 07.06.21 Pupplinger Au
von Wolfratshausen nach Schäftlarn**

Gehzeit 3,5 Std, 13 km,
Start S7 Bhf. Wolfratshausen –
diese Wanderung kann evtl.
ersatzlos ausfallen

**Mo, 05.07.21 Kampenwand Panoramaweg
und Abstieg über Steinlingsalmen**

Gehzeit Panoramaweg 1 Std,
Abstieg 2,5 Std,
Start wird bekannt gegeben

**Mo, 08.08.21 Würmtalwanderung
von Gauting über Leutstetten
nach Starnberg**

Gehzeit 3,5 Std, 14 km,
Start S6 Bhf. Gauting

BEGLEITUNG Hedwig Geisberg, Seelsorgerin i.R.,
Gestalttherapeutin und
Burkhard Geisberg i.R.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie gerne mit
gehen möchten, um genaue Treffpunkte
und Uhrzeiten zu erfahren und um ggf. die
Mitnahme im PKW zu organisieren.

**INFORMATION
UND ANMELDUNG** Hedwig Geisberg, Tel. 081 21 / 77 37 3 oder
hedwig-geisberg@t-online.de

Anmeldeschluss ist jeweils eine Woche vor
dem geplanten Termin. Absagen wegen
schlechten Wetters sind möglich, ebenso
kurzfristige Zieländerungen.



HÜTTENTAGE

HÜTTENTAGE FÜR TRAUERENDE
ZWISCHEN 40 UND 60 JAHREN

Haben Sie Lust auf neue Aussichten, Abstand vom Alltag, frische Bergluft, Ruhe, schöne Natur, Berge? Dann kommen Sie doch mit auf die Füße und lassen sich den Weg unterschieben! Hüttentour mit Wanderungen, Impulsen zum Innehalten und Weitergehen, Zeit zum Weinen und zum Lachen, Zeit für Blicke zurück und nach vorne, Zeit für Gespräche und Ruhe, gemeinsames Essen und unterwegs sein, Zeit für Rituale.

BEGLEITUNG	Andrea Scheller, Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG) Sylvia Wammetsberger, Trauerbegleiterin (BVT)
TERMINE	Im Jahr 2021 sind wieder Hüttentage geplant – die Termine bitte erfragen
KOSTEN	200 Euro zzgl. Kosten für die Hütte und die Anfahrt
INFORMATIONEN UND ANMELDUNG	Sylvia Wammetsberger, s.wammetsberger@t-online.de

GRUNDSEMINAR HOSPIZ

UMGANG MIT STERBEN, TOD UND TRAUER

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

Wir werden uns beschäftigen mit

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

Das Einführungsseminar setzt psychische Stabilität voraus. Teilnahme am gesamten Wochenende ist Voraussetzung. Wir arbeiten in Gruppen- und Einzelgesprächen und mit kreativen Medien.

Weitere Infos erhalten Sie direkt beim
[Christophorus Hospiz-Verein Ebersberg](#),
Pfarrer-Guggetzer-Str. 3, 85560 Ebersberg,
Tel. 080 92 / 25 69 85 oder
E-Mail: Hospizverein.Ebersberg@t-online.de

REFERENTINNEN	Birgit Deppe-Opitz, Dipl.-Theologin, Supervisorin, Integrative Gestalttherapie (FPI), Koordinatorin des CHV Ebersberg und Carola Laukat, Heilpädagogin, Integrative Gestalttherapie (FPI)
TERMINE	Fr, 16.07.2021, 16.00 – 21.00 Uhr + Sa, 17.07.2021, 10.00 – 18.00 Uhr + So, 18.07.2021, 10.00 – 13.00 Uhr
ORT	Ebersberg, katholisches Pfarrheim, Baldestraße 18
KOSTEN	60 Euro
ANMELDUNG	bis 11.07.2021, info@kbw-ebersberg.de oder www.kbw-ebersberg.de

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

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

Wenden Sie sich bitte per E-Mail an post@trauerbegleitung-wammetsberger.de oder an nwtrauer@kbw-egersberg.de bzw. rufen Sie an unter Tel. 08092 / 850 79-0.

Folgende Gruppen existieren bereits:

Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V.
St. Wolfgangs-Platz 9, 81669 München,
Tel. 089/480 88 990, www.ve-muenchen.de

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

Nicolaidis YoungWings Stiftung
Ridlerstr. 31, 80339 München,
Tel. 089/248 83 78-0, www.nicolaidis-youngwings.de

- nach dem frühen Tod eines Elternteils:
Trauergruppen U9, U12, U18, U28, offene Angebote U28
- nach dem Tod des Lebenspartners:
Trauergruppe U50, Trauergruppe +/-30, Männertreff, Verlust in der Schwangerschaft
- Onlineberatungsstelle für Kinder und Jugendliche von 12–21 Jahren, www.youngwings.de

DIE ARCHE Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.
Saarstr. 5, 80797 München,
Tel. 089/334 041, www.die-arche.de

- Trauergruppe für Menschen, die jemanden durch Suizid verloren haben

Johanniter-Zentrum für trauernde Kinder, Lacrima
Perlacher Str. 21, 81539 München,
Tel. 089/124 73 44 - 11, www.johanniter.de/lacrima

- Trauergruppen für Kinder von 6–12 Jahren
- Trauergruppen für Jugendliche von 13–18 Jahren
- Trauergruppen für junge Erwachsene von 18–27 Jahren

„ALLES IST ANDERS“

TRAUER VERÄNDERT SO MANCHE WELTEN

Viele Menschen, darunter sehr viele Jugendliche verlieren Angehörige wie Opa oder Oma, unter anderem durch Corona. Die Beschränkungen engen zusätzlich ein und lassen wenig Kontakte und Zuwendungen zu. Das kann zu Einsamkeit und Rückzug führen. Somit haben viele unerfahrene Jugendliche an zwei Fronten zu kämpfen. Zum einen an der Erfahrung, wie es sich anfühlt, vielleicht zum ersten Mal eine geliebte Person durch Tod verloren zu haben und zum anderen die Unsicherheit, wie es mit der Pandemie weitergeht und auf welche Probe sie uns stellt.

Hinzu kommen bei Einigen zusätzliche Probleme, die auch ohne solche Krisen in diesem Alter auftauchen: die Pubertät, Ablehnung vieler Verhaltensmuster des Elternhauses oder sogar der Eltern selbst, sowie die Umstellung des Körpers auf die zukünftigen Herausforderungen vom Kind zum Erwachsenwerden. Mit dieser Mischung kommen viele Jugendliche schwer zurecht.

Hier möchten die Johanniter mit dem Angebot „LaCrima“ (lat. die Träne) helfen. Ein erfahrener und ausgebildeter Erlebnispädagoge mit einem Team von geschulten Ehrenamtlichen bieten in Ebersberg eine Trauergruppe speziell für Jugendliche an. Dabei können die Betroffenen andere Gleichaltrige, mit ähnlichen oder demselben Schicksal, treffen. Das entlastet und erleichtert das Leben. Trauer braucht gerade in dieser Zeit Solidarität und Verständnis, sowie etwas Mut, anderen zu begegnen.

TERMINE

21.03. | 11.04. | 02.05. | 13.06. |
04.07. | 25.07.2021, 10.00 – 16.00 Uhr

GESTALTUNG

Franz Ganslmaier,
Heilpraktiker für Psychotherapie,
Erlebnispädagoge, Entspannungstherapeut

ORT

Ebersberg, Hebammenpraxis
„Glücksmomente“, Paulhuberweg 4

ANMELDUNG

Tobias Rilling, 089 / 124 73 44 - 11
oder tobias.rilling@johanniter.de

INFORMATION

Franz Ganslmaier, 0170 / 203 22 21
oder info@sich-erleben.net

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, 080 92 / 232 41 - 30

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising

Sieghartstraße 27, 85560 Ebersberg

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

Hedwig Geisberg

Seelsorgerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie

Christian-Bauer-Weg 8, 85464 Finsing

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

Daniela Nuber-Fischer

Beratung / Begleitung von Eltern von Sternenkindern

0176 / 234 45 124, E-Mail: daniela_nuber@web.de,

www.sternenkind-und-eltern.de

Andrea Scheller

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Kreuzfeldweg 3, 85617 Aßling

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

Christina Schweiger

Trauerbegleiterin und Hospizhelferin

Thomas-Mayr-Straße 4, 85569 Grafing

0171 / 430 93 90, christina-maria.schweiger@t-online.de

Sylvia Wammetsberger

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

Trauerbegleitung für Kinder & Jugendliche

Bahnhofstr. 7, 85560 Ebersberg

080 92 / 863 51 40, www.trauerbegleitung-wammetsberger.de

SPEZIELL FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Lacrima, Zentrum für trauernde Kinder

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

Nicolaidis YoungWings Stiftung

Tel. 089 / 248 83 78 - 0, www.nicolaidis-youngwings.de

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.
- Kreisklinik Ebersberg
- Pfarreien im Dekanat Ebersberg
- Einrichtungsverbund Steinhöring
- Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg
- Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V.