

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.
wertorientiert . bilden



NETZWERK
TRAUER

PROGRAMM
FRÜHJAHR / SOMMER 2022

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. Einen 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.

Immer noch setzt die Corona-Pandemie Grenzen. Wie sehr helfen in der Trauer gewohnte persönliche Kontakte, das Zusammenrücken mit Familie und Freunden, die Unterstützung von außen. In diesen Zeiten eine Herausforderung und so einfach nicht mehr möglich. Das kann die eigene Trauer zusätzlich belasten.

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
Gertrud Jochum (Klinikseelsorge)
.....

TERMINE **Fr, 01.04.2022, 16.00 Uhr**
.....

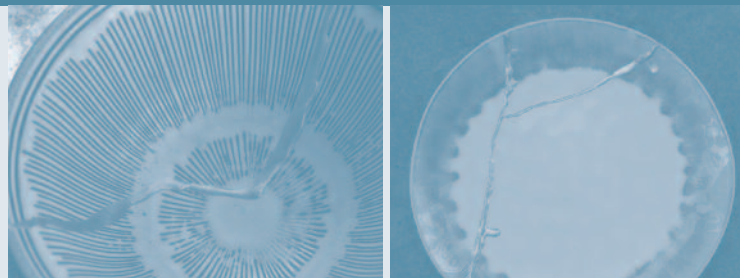
Fr, 30.09.2022, 16.00 Uhr
.....

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

WORKSHOPS

*„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



STERNEKIND 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 den 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.

REFERENTIN	Daniela Nuber-Fischer, GfG®-Familienbegleiterin
TERMIN	So, 19.03.2022, 09.30 – 17.00 Uhr
ORT	Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
KOSTEN	60 Euro zzgl. Mittagessen
ANMELDUNG	KBW Ebersberg, Tel.: 080 92 / 850 790 oder www.kbw-ebersberg.de bis 15.03.2022

KURS KINTSUGI

*„Die Wunde ist der Ort,
an dem das Licht in dich eintritt.“ RUMI*

Lebensbrüche wollen wir nicht und doch sind sie plötzlich da. Wir Menschen können durch Schicksalsschläge zerbrechen wie eine schöne Schale und zurück bleibt ein großer Scherbenhaufen. In solchen Momenten spüren wir, wie zerbrechlich und kostbar das Leben ist. Dann heißt es für uns, diese Scherben aufzusammeln und sie achtsam zu einer neuen Form zusammen zu setzen. Das ist die Auseinandersetzung mit der Trauer. In dem Kurs schauen wir unsere Scherben an, fühlen hin und reparieren was zerbrochen ist. Behutsam und liebevoll setzen wir unsere Scherben wieder zu einer neuen Schale zusammen und so entsteht ein neues Kunstwerk – unser ganz eigenes, ganz individuelles und einzigartiges. Die Brüche werden mit Gold sichtbar und wertvoll gemacht und zeigen uns, was wir schon geschafft haben. Das traditionelle japanische Handwerk Kintsugi ist die Kunst des Reparierens von gebrochener Keramik oder Porzellan.

REFERENTIN	Susanne Heckel, Trauerbegleitung (BVT)
TERMIN	Sa, 14.05.2022, 10.00 – 14.00 Uhr
ORT	Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4
KOSTEN	60 Euro zzgl. 45 Euro Materialkosten (Kintsugi-Set)
INFORMATION	Susanne Heckel, Tel.: 0157 / 77 85 22 15 oder E-Mail: sh@susanne-heckel.de
ANMELDUNG	KBW Ebersberg, Tel.: 080 92 / 850 790 oder www.kbw-ebersberg.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 **05.03. | 02.04. | 07.05. | 04.06. |
02.07. | 06.08. | 03.09.2022**
.....

ORT Ebersberg, katholisches Pfarrheim,
Baldestr. 18
.....

KOSTEN keine – Spenden willkommen
.....

INFORMATION Christophorus-Hospizverein e.V.,
Tel.: 080 92 / 256 985
.....

1. SAMSTAG IM MONAT, 12.00 UHR TRAUERSTAMMTISCH

Beim regelmäßigen Trauerstammtisch treffen Sie in einer offenen Runde auf andere Menschen, die ebenso einen Angehörigen oder Freund betrauern. Beim gemeinsamen Mittagessen können Sie sich in lockerer Atmosphäre austauschen, wie andere Trauer erleben und was ihnen geholfen hat, den Weg zurück in den Alltag zu finden. Knüpfen Sie Kontakte oder finden Sie vielleicht sogar neue Freunde.

.....
BEGLEITUNG Hospizhelferinnen des
Christophorus Hospizvereins Ebersberg e.V.
.....

TERMINE **05.03. | 02.04. | 07.05. | 04.06. |
02.07. | 06.08. | 03.09.2022**
.....

ORT Ebersberg, Kugler Alm, Ablkofen 4
.....

KOSTEN für Speisen und Getränke müssen
selbst getragen werden
.....

INFORMATION Christophorus-Hospizverein e.V.,
Tel.: 080 92 / 256 985
.....



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 einfach nur da sein. Mit Zuhören, Trost, Inspirationen und Ermutigung sowie dem Aufzeigen neuer Wege, biete ich Ihnen Unterstützung, Ihre Trauer anzunehmen, damit die Bewältigung und Heilung beginnen kann.

GESTALTUNG	Christina Schweiger, Trauerbegleiterin, Hospizhelferin
TERMINE	Einzeltermine nach persönlicher Vereinbarung
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

**1. DONNERSTAG IM MONAT, 19.00 – 21.00 UHR,
IM MÄRZ 18.00 – 20.00 UHR**

TRAUERTREFF IN UNTERFÖHRING

Der Trauertreff richtet sich im Besonderen an berufstätige Trauernde. Er soll ein Ort sein, an dem Trauer sein darf und Sie mit Ihren Fragen, Zweifeln, Hoffnungen und Gefühlen willkommen sind und verstanden werden.

GESTALTUNG	Susanne von Müller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleiterin (BVT)
TERMINE	03.03. 07.04. 05.05. 02.06. 07.07. 04.08.2022
ORT	Unterföhring, Zentrum für Ambulante Hospiz- und Palliativversorgung (ZAHPV) Münchnerstr. 113
KOSTEN	keine – Spenden willkommen
ANMELDUNG	ZAHPV, Tel.: 089 / 613 971 70 (zu jedem Treffen erforderlich)
INFORMATION	www.hospiz-und-palliativ-zentrum.de

DAUERANGEBOTE

3. DIENSTAG IM MONAT, 19.00–20.30 UHR

„ONLINE TRAUERN“ FÜR JUNGE ERWACHSENE Ü27

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

Vielleicht hast du das Gefühl, du müsstest mit der Situation allein klarkommen, fühlst dich aber oft allein und in deiner Trauer nicht verstanden.

Wir wollen einen sicheren und vertrauensvollen Rahmen schaffen, in dem junge Menschen zusammenkommen können, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben bzw. machen und die sich über die Themen austauschen möchten, die sie aktuell beschäftigen und gemeinsam neue Strategien zur Bewältigung entwickeln wollen.

Wenn du dich in einer Gruppe von Gleichaltrigen austauschen und regelmäßig online treffen möchtest, dann kann das Trauerangebot eine Unterstützung auf deinem Trauerweg sein.

Ein Einstieg ist jederzeit nach einem Kennenlerngespräch, telefonisch bzw. via Zoom, möglich.

GESTALTUNG	Susanne von Müller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleiterin (BVT)
KOSTEN	keine
ANMELDUNG	ZAHPV, Tel.: 089 / 613 971 70 bis 11.02.2022
INFORMATION	www.hospiz-und-palliativ-zentrum.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 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, Hebammenpraxis Glücksmomente, Paulhuberweg 4
TERMIN- UND KOSTENANFRAGE	Daniela Nuber-Fischer, Tel.: 0176 / 234 45 124 oder daniela_nuber@web.de



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)

TERMIN

15. – 18.06.2022

ORT

Alpengasthof Eng, www.eng.at,
es gibt Zimmer in versch. Preiskategorien.
Wir starten vom Ahornboden aus
Tages Touren, je nach Wetterlage.

KOSTEN

350 Euro
zzgl. Anfahrt, Unterkunft und Verpflegung

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

bis 20.05.2022, Sylvia Wammetsberger,
Tel.: 0170 / 964 37 43 oder
wammetsberger@outlook.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 Höhenmeter 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 Unterwegs sein 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](http://www.trauerbegleitung-wammetsberger.de/meine-angebote/trauerwandern)

Die Wanderungen finden statt
in Kooperation mit dem
Christophorus Hospiz-Verein Ebersberg.

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 herauszuholen
und für einen Tag dem Alltagsgrau zu entfliehen.

In kleiner Gruppe entdecken wir die Schönheiten unserer baye-
rischen Heimat – von Garmisch bis zum Königsee. Jede Jah-
reszeit 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 viel leichter), von der ge-
mütlichen Einkehr oder was immer uns an diesem Tag begegnen mag.

Die Touren finden meistens am 1. Montag im Monat statt – wir
freuen uns auf Sie.

Mo, 07.02.22 **Jasberggrundweg von Otterfing ausgehend**
Gehzeit 3 Std, 12 km

Mo, 07.03.22 **Amperwanderung von Olching nach Dachau
mit Schloss- und Altstadtbesichtigung**
Gehzeit 3,5 Std, 14 km

Mo, 04.04.22 **Birkensteinrunde**

Mo, 02.05.22 **Pupplinger Au
von Wolfratshausen nach Schäftlarn**
Gehzeit 3,5 Std, 13 km

Mo, 13.06.22 **Grafrath – Wörthsee – Steinebach**
Gehzeit 3 Std, 11 km

Mo, 04.07.22 **Kampenwand Panoramaweg
und Abstieg über Steinlingsalmen**
Gehzeit Panoramaweg 1 Std,
Abstieg 2,5 Std

Mo, 01.08.22 **Dießen – Wessobrunn – Paterzell –
ein Stück Münchner Jakobsweg**
Gehzeit 5,5 Std, 17 km

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 für Personen
aus dem nördlichen Landkreis organisieren
zu können.

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

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

Alle Termine unter Vorbehalt möglicher
neuer Corona-Regelungen.



MEER – AUSZEIT / IRLAND

Nach dem Verlust eines lieben Menschen möchten Sie sich gerne eine kleine Auszeit gönnen? Dazu begleitet Sie Frau Schweiger für 4 Tage (3 Übernachtungen) nach Irland. Spaziergänge am Strand, Gespräche, wenn gewünscht auch Einzelgespräche, geselliges Beisammensein und kleine Ausflüge werden Ihnen ein entspanntes Wochenende bereiten.

In einer kleinen Gruppe von bis zu 5 Personen verbringen Sie entspannte Tage am Meer.

Das Hotel, mit direktem Zugang zum Strand, bietet einen Garten, ein Restaurant und einen Pub. Der Ort ist mit einem Bus, vom Flughafen Dublin (ca. 40 km) aus, zu erreichen.

Alle Buchungen werden von Frau Schweiger für Sie getätigt. Sie müssen sich um nichts kümmern, außer um Ihr Gepäck.

Frau Schweiger ist als Begleitperson immer anwesend und erreichbar.

BEGLEITUNG

Christina Schweiger,
Trauerbegleiterin, Hospizhelferin

TERMIN

12.–15. Mai 2022
Anmeldung bis 05.04.2022

ORT

Irland, Bettystown

KOSTEN

abhängig vom
aktuellen Flug- und Hotelpreis

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Christina Schweiger, Tel.: 0171 / 430 93 90
oder E-Mail:
christina-maria.schweiger@t-online.de

Aufgrund von Corona wird das Hotel
nur ohne Stornogebühren gebucht und
der Flug mit der Option zur kostenlosen
Umbuchung. Falls die Corona-Auflagen
verschärft werden, kann es zu einer Ab-
sage kommen.

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

GRUPPENANGEBOTE

#DUFEHLSTMIR

OUTDOORGRUPPE EBERSBERG

ANGEBOT FÜR JUGENDLICHE VON 13 BIS 16 JAHREN

Du hast einen lieben Menschen verloren? Das stimmt dich traurig? Keiner versteht, wie es dir geht?

Und deine Freunde sind auch gestresst von deiner Geschichte und alles fällt dir schwer?

Wir laden dazu ein, Gleichaltrige in einem geschützten Rahmen und in der gleichen Situation zu treffen, Erfahrungen mit anderen Trauernden auszutauschen, Kummer und Schmerz ausdrücken zu können und zu dürfen, Gedanken zu sortieren, Kraft und Hoffnung zu schöpfen, Achtsamkeit und Akzeptanz zu erfahren und das alles in einer lockeren und wertschätzenden Atmosphäre.

Gemeinsam gestalten wir den Tag mit einer erlebnispädagogischen Einheit, beispielsweise bei Schneeschuhwanderungen, Orientierungstouren, Kletteraktionen, Landart und vielem mehr.

GESTALTUNG	Franz Ganslmaier, Heilpraktiker für Psychotherapie, Erlebnispädagoge, Entspannungstherapeut
TERMINE	21.03. 11.04. 02.05. 13.06. 04.07. 25.07.2022, jeweils von 10.00 – 16.00 Uhr
ORT	Ebersberg, Hebammenpraxis „Glücksmomente“, Paulhuberweg 4
KOSTEN	keine
INFORMATION	Franz Ganslmaier, Tel.: 0170 / 203 22 21 oder E-Mail: info@sich-erleben.net
ANMELDUNG	Tobias Rilling, Tel.: 089 / 124 73 44 -11 oder E-Mail: tobias.rilling@johanniter.de

TRAUERZEITRAUM

GRUPPENANGEBOT

In einem geschützten Rahmen können Betroffene das aussprechen, was sie bewegt, schmerzt und verzweifeln lässt. In der Gemeinschaft mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, geht es vor allem darum, Verständnis und Solidarität zu erfahren.

Gemeinsam gehen Sie ein Stück Weg, um

- Trost und Ermutigung zu erhalten
- im Austausch mit anderen Entlastung zu erfahren
- wieder Lebensmut zu schöpfen
- Impulse für einen neuen Lebenssinn zu bekommen

GESTALTUNG	Susanne von Müller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleiterin (BVT)
TERMINE	16.02. 02.03. 16.03. 30.03. 20.04. 18.05.2022, von 17.00 – 19.00 Uhr
ORT	Unterföhring, Zentrum für Ambulante Hospiz- und Palliativversorgung (ZAHPV), Münchnerstr. 113
KOSTEN	60 Euro (Ermäßigung auf Anfrage möglich)
ANMELDUNG	ZAHPV, Tel.: 089 / 613 971 70 bis 11.02.2022
INFORMATION	www.hospiz-und-palliativ-zentrum.de

KONZERT

MUSIK SENDET LICHT IN DIE TIEFE DER SEELE

KONZERT MIT LESUNGEN

Robert Schumann hat einmal gesagt, dass es die Aufgabe des Musikers ist, Licht zu senden in die Tiefe der menschlichen Seele – Licht in die Dunkelheit. Krankheit, Tod oder Enttäuschung im Leben – jede*r ist mehr oder weniger mit einem der Themen konfrontiert.

Besonders bei Trauernden findet man eine Dunkelkammer in der Seele, die Licht als Hoffnungsschimmer und als Mutmacher braucht.

MUSIK	Stimmbänd und Saitenensemble Oberhaching
TEXTE	ausgesucht von Mitarbeiter*innen des Caritas Zentrums für Ambulante Hospiz- und Palliativversorgung
TERMIN	Fr, 25.03.2022, 18.00 Uhr
ORT	Oberhaching, evangelischen Kirche „Zum Guten Hirten“, Alpenst. 7
EINTRITT	10 Euro (der Eintritt geht zu 100% an den Förder- verein „Behütet leben und sterben e.V.“)
KARTEN	Kartenvorverkauf im Hospiz- und Palliativ- zentrum, Innerer Stockweg 6, Oberhaching



EIN HAUCH VON LEBEN

FORTBILDUNG FÜR FACHPERSONAL

Wenn Eltern einen Verlust in der Schwangerschaft oder rund um die Geburt erleben müssen, ist eine gute Begleitung und Betreuung durch das Fachpersonal in Praxis, Klinik und Geburtshilfe von großer Bedeutung für einen guten Trauerprozess. Im Umgang mit trauernden Eltern gibt es keine Pauschalanleitung, denn so individuell wie jeder Mensch eben ist, so individuell ist auch die Trauerbewältigung. Und doch gibt es einige Punkte, die im Umgang mit trauernden Sterneneitern wichtig sind.

In dieser Fortbildung wollen wir aktuelles Wissen zu rechtlichen Fragen vermitteln, Hilfestellung im Umgang mit den Eltern geben, Berührungängste abbauen und ganz offen alle Fragen beantworten, die im Raum stehen. Wir gehen in dieser Schulung darauf ein, wie eine stille Geburt vorbereitet werden kann, wie sie begleitet werden kann und was für die Eltern im Wochenbett und Trauerprozess wichtig ist.

Hilfs- und Unterstützungsangebote sowie Literaturtipps werden ebenfalls vorgestellt. Es ist natürlich auch Zeit für einen Erfahrungsaustausch, denn auch dadurch entstehen wieder neue Impulse, die für die eigene Arbeit wertvoll sein können.

Die Fortbildung richtet sich an Ärzt*innen und Pflegepersonal im Bereich Gynäkologie und Geburtshilfe, Hebammen, Seelsorger*innen, Bestatter*innen und alle, die beruflich mit Schwangeren und werdenden Eltern zu tun haben.

Die Fortbildungsveranstaltung ist mit einer Stunde Mittagspause geplant.

REFERENTIN

.....
Daniela Nuber-Fischer,
GfG®-Familienbegleiterin für Themen
nach der Geburt, Systemische Beraterin
und Trauerbegleiterin für Sterneneitern
.....

TERMIN

.....
Fr, 01.04.2022, 09.30 – 16.30 Uhr
.....

ORT

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

KOSTEN

.....
90 Euro zzgl. Mittagessen
.....

ANMELDUNG

.....
KBW Ebersberg, Tel.: 080 92 / 850 790
oder www.kbw-ebersberg.de bis 28.09.2022
.....

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, 01.04.2022, 16.00 – 21.00 Uhr**
+ Sa, 02.04.2022, 10.00 – 18.00 Uhr
+ So, 03.04.2022, 10.00 – 13.00 Uhr

ORT Ebersberg, katholisches Pfarrheim, Baldestr. 18

KOSTEN 60 Euro

ANMELDUNG KBW Ebersberg, Tel.: 080 92 / 850 790 oder www.kbw-ebersberg.de bis 21.03.2022

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.

BILDNACHWEIS: Umschlag: Fotolia / vancav, S. 3: Fotolia / Tanja, S. 5: Susanne Heckel, S. 6 und S. 22: iStock / Brian-AJackson, S. 8: iStock / PeopleImages; S. 12: pixabay; S.16: Christina Schweiger, S. 23: iStock / scyther5