

Unterwegs mit Trauernden

Wir treffen uns zu einem achtsamen Spaziergang. Beim gemeinsamen Gehen und unterwegs sein in der Natur kommen wir ins Gespräch über das, was uns zur Zeit beschäftigt. Unterwegs mit anderen bei unserem Trauerweg. Der Blick ins Grüne lässt unseren Blick weiter werden.

- **Spaziergang Grüneburgpark zum Botanischen Garten**

🕒 **Mittwoch, 10.04.2024**

15 bis 17 Uhr

Treffpunkt: Bushaltestelle Siesmayerstraße/Ecke Grüneburgweg

Kosten: 5 Euro

Referentin: Magdalene Lucas

- **Spaziergang an der Nidda entlang zwischen Bonameser Flughafen und Berkersheim**

🕒 **Mittwoch, 15.05.2024**

18:00 bis 21:00 Uhr

Treffpunkt: S6 Berkersheimer Weg

Kosten: 10 Euro

Referentin: Magdalene Lucas

- **Spaziergang im Niddapark**

🕒 **Mittwoch, 11.09.2024**

18:00 bis 21:00 Uhr

Treffpunkt: Haltestelle U1-U9 Niddapark-

Kosten: 15 Euro

Referentin: Magdalene Lucas

- **Spaziergang durch die Höchster Altstadt zur Mainfähre – und weiter zur Schwanheimer Düne**

🕒 **Samstag, 28.09.2024**

11:00 bis 15:00 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof Höchst/Ausgang Stadtmitte

Kosten: 15 Euro

Referentin: Magdalene Lucas

Kondolenzseminar

🕒 **Mittwoch, 30.10.2024**

18:00 - 20:00 Uhr

Treffpunkt: Evangelische Sankt Petersgemeinde, Gemeinderaum, Jahnstr. 20, Frankfurt-Innenstadt

Kosten: 10 Euro

Referentin: Monika Müller-Herrmann

Anmeldung per E-Mail an Christel Roßbach:
christel.rossbach@frankfurt-evangelisch.de
oder telefonisch unter 069 / 92 105 - 66 78

Ihre Ansprechpartnerin

Evangelische Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit

Rechneigrabenstraße 10
60311 Frankfurt am Main



Christel Roßbach ist
Kordinatorin für Evangelische
Erwachsenenbildung
und Seniorenarbeit

069 / 92 105 - 66 78

christel.rossbach@frankfurt-evangelisch.de
www.efo-magazin.de/kirche/was-wir-bieten/
bildung/erwachsenenbildung/

Anmeldung
E-Mail-Newsletter



Kooperationspartner

Evangelische Sankt Petersgemeinde Frankfurt

Fürstenbergerstraße 21
60322 Frankfurt am Main

069 / 285 809

www.petersgemeinde.de

Die Evangelische Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit ist eine Einrichtung des Evangelischen Regionalverbands Frankfurt und Offenbach Fachbereich Beratung, Bildung und Jugend | Kurt-Schumacher-Straße 23 60311 Frankfurt am Main

Evangelische Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit

**Damit
meine Trauer
einen Platz
findet**

Damit meine Trauer einen Platz findet

Es ist herausfordernd, nach dem Verlust eines geliebten Menschen zurück ins Leben zu finden. In solchen Zeiten ist es wichtig, Raum für Trauer und Erinnerungen zu schaffen. Jeder Mensch durchlebt diesen Prozess auf seine eigene Weise. In unserer Gemeinschaft können Gefühle wie Fassungslosigkeit, Abschied und Neubeginn geteilt werden. Wir laden Sie herzlich ein, sich in dieser Atmosphäre zu öffnen und gemeinsam mit anderen Menschen diesen Weg zu gehen.

Damit Sie das passende Angebot für Ihre Bedürfnisse finden, haben wir unsere Angebote erweitert. So bieten wir ab April zusätzlich Trauer-Spaziergänge an, die Ihnen dabei helfen können, den Trauerweg besser zu bewältigen. **Bitte melden Sie sich zu allen Angeboten an.**

Unsere Referentinnen:

Magdalene Lucas, Religions- und Gestaltpädagogin, Meditationslehrerin Herzensgebet – Via Cordis, spirituelle Körperarbeit, Begleitung von Trauernden, Craniosacraltherapie

Monika Müller-Herrmann, Diplom-Psychologin, Trauerbegleiterin (BVT) und Psychoonkologin (WPO)

Trauergruppen

Trauergruppe Weiterleben (3 Termine)

Trauer hört nie auf, aber sie verändert sich. Wir sind schon ein gutes Stück unseres Trauerweges gegangen, sehen die Treffen der Trauergruppe dennoch weiterhin als gute Unterstützung. Wir treffen uns nun in größeren Abständen. Weiterhin werden unsere Treffen dabei von Gesprächsphasen begleitet, in denen wir uns austauschen, sowie von Übungen, die uns helfen, liebevolle Achtsamkeit für unseren Körper, unsere Seele und die Stille zu entwickeln. Darüber hinaus werden wir durch einfache Rituale des Segnens und Bittens getragen.

🕒 **jeweils mittwochs 20.03.2024, 10.07.2024, 13.11.2024**
18 bis 20 Uhr

Treffpunkt: Evangelische Cyriakusgemeinde, Gemeindezentrum, Auf der Insel 5, Frankfurt-Rödelheim
Kosten: 30 Euro
Referentin: Magdalene Lucas

Gruppe für Trauernde (10 Termine)

Wir sind in unserer Trauer und unserem Schmerz nicht allein. Es kann sehr hilfreich sein, über unsere Gefühle zu sprechen und uns mit anderen auszutauschen, die ähnliches erleben. Wir alle teilen ähnliche Erfahrungen und können voneinander lernen. Andere Trauernde verstehen die eigene Situation und ich verstehe sie.

Gesprächsphasen wechseln sich in unserer Gruppe ab mit Symbolarbeit, Schreibtherapie und Stille. Behutsame Formen der Spiritualität lassen wieder einen Sinn im Leben erahnen.

🕒 **jeweils donnerstags vom 18.04.2024 bis zum 07.11.2024**
18 bis 20 Uhr

Treffpunkt: Evangelische Sankt Petersgemeinde, Gemeinderaum, Jahnstr. 20, Frankfurt-Innenstadt
Kosten: 110 Euro
Referentin: Monika Müller-Herrmann

Im **Oktober 2024** beginnt freitags von 18 bis 20 Uhr eine **weitere Trauergruppe** bei Magdalene Lucas mit 14 Terminen. (Kosten 150 Euro)



Anmeldung zu allen Angeboten per E-Mail an Christel Roßbach:

christel.rossbach@frankfurt-evangelisch.de
oder telefonisch unter 069 / 92 105 - 66 78