Kontakt und Anmeldung:
Erzbischöfliches Ordinariat Bamberg • Hauptabteilung Seelsorge
Fachbereich Frauenpastoral
Jakobsplatz 9 • 96049 Bamberg
Telefon: 0951 / 502 - 667 • Fax: 0951 / 502 - 584
e-mail: frauenpastoral@erzbistum-bamberg.de
Home: www.frauen-erzbistum-bamberg.de

Aufgrund finanzieller Probleme soll eine Teilnahme nicht scheitern.

Trauer

Angebote für Frauen

2012

frauen pastoral
erzbistum bamberg

4. bis 6. Mai 2012, Freitag, 17.30 Uhr bis Sonntag, 14 Uhr

Kein Abend mehr zu zweit… Wochenende für Frauen nach dem Tod des Lebenspartners

Der Verlust des Lebenspartners verändert alles. Nichts ist mehr, wie es vorher war. Ein gemeinsamer Weg ist zu Ende, eine schmerzhafte Lücke tut sich auf, der geliebte Mensch fehlt, der Platz neben uns bleibt leer, der Alltag muss neu ausgerichtet werden.
Das Trauerseminar möchte im geschützten Raum der Gruppe Ermutigung und Hilfen anbieten für einen individuell gestalteten Umgang mit der Trauer: persönliche Erinnerungen aufarbeiten, der Trauer und dem Schmerz Ausdruck geben, sich mit anderen betroffenen Frauen austauschen sowie Selbstheilungskräfte und neue Fähigkeiten bei sich selbst entdecken. Mit Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch, religiösen Ritualen, Entspannungsübungen.

Ort: Kloster Schwarzenberg, Scheinfeld
Leitung: Elisabeth Nüßlein, Dipl. Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin, Gruppentherapeutin (ASIS), Waltraud Seufert, Pastoralreferentin
Kostenbeitrag: 80,-€ incl. Übernachtung und Vollverpflegung **Anmeldung** bis 27. April 2012

24. Juni 2012, Sonntag, 10-17 Uhr

Die Seele laufen lassen. Wandern und Meditation.

Wir werden äußere wie auch innere Landschaften durchwandern und dabei Ausschau halten nach unserem Weg. Sich dem eigenen Weg zu stellen, erfordert in der Trauer viel Mut. Man muss sich ins Dunkel hineinwagen, um wieder ins Licht zu kommen. Das Gehen in der Natur hilft Schmerz zu verarbeiten und bringt neue Einsichten. In der Natur ist es leichter, mir zu begegnen, mich eingebunden zu fühlen und Trost zu finden. Auf dem Weg werden Übungen und Meditationen den inneren Prozess unterstützen.

Treffpunkt: Parkplatz der Kurklinik Lautergrund, Schwabthal (bei Bad Staffelstein)
Leitung: Renate Schulz, Psychotherapeutin (HPG), Marianne Meyer, Psychotherapeutin (HPG)
Kostenbeitrag: kostenfrei **Anmeldung** bis 15. Juni 2012

28.bis 30.September 2012, Freitag, 18 Uhr bis Sonntag, 14 Uhr

Bewegt Sein. Kraft- und Segensquellen für den Weg des Abschieds

Trauerprozesse verlangen nach Ausdruckmöglichkeiten, nicht nur über das Gespräch, sondern auch über die Sprache des Körpers. Der Körper hilft uns dabei unsere Gefühle zu spüren, über ihn lernen wir „Bei Sich Sein“. Mit der Frage „Was gibt uns in unserem Abschied Kraft, Halt und Sinn?“ wollen wir uns an diesem Wochenende auseinandersetzen. Über die achtsame Wahrnehmung im Hier und Jetzt und die Hinwendung zu dem was ist, finden wir zu Bewegung, Tanz, Körperausdruck. Über Meditation können wir zur inneren Ruhe finden.

Ort: Katholische Landvolkshochschule Feuerstein, Ebermannstadt
Leitung: Susanne Lypold, Dipl. Pädagogin, Entspannungstrainerin
Margrit Wittenbrink, Körpertherapeutin (Heilpraktikerin, Psychotherapeutin)
Kostenbeitrag: 80,-€ incl. Übernachtung und Vollverpflegung **Anmeldung** bis 20. September 2012

21. Oktober 2012, Sonntag, 10-17 Uhr

Mich getragen fühlen …

Inmitten all des Schmerzes, der Trauer, der Ohnmacht, die uns beim Abschied von einem geliebten Menschen mit aller Wucht treffen und uns oft den Atem nehmen, wollen wir Sie an diesem Herbsttag einladen, der Spur zu folgen, die uns durch all das hindurch trägt …
Das gemeinsame Singen von Kraft- und Heilungsliedern sowie Bewegungen, die aus der Herzensmitte fließen, vermögen den Raum zwischen Himmel und Erde zu öffnen. So wollen wir an diesem Tag Kraft schöpfen, im Zusammensein mit anderen Trauernden Trost erfahren und ein Gefühl des Getragen-Seins mit in den Alltag nehmen.

Ort: Katholische Landvolkshochschule Feuerstein, Ebermannstadt
Leitung: Andrea Eichenmüller, Dipl.-Soz.Päd (FH), Trauerbegleiterin, Georgina Demmer, Musikerin, offene Singkreise und Spirituelle Liedernächte
Kostenbeitrag: 25,- € incl. Mittagessen, Kaffee und Kuchen **Anmeldung** bis 12. Oktober 2012

10. November 2012, Samstag, 10-17 Uhr

In meinem Herzen lebst du weiter... - Ein begleiteter Trauertag für Frauen

Innige Beziehungen enden nicht mit dem Tod. Dennoch ist der Tod eines geliebten Menschen schmerzhaft und hebt die Welt aus den Angeln. An diesem Tag wollen wir uns erinnern, austauschen und vielleicht kleine Zeichen für neuen Lebensmut entdecken.

Ort: Hospizakademie Bamberg, Lobenhoffer Str. 10
Leitung: Irmgard Pees, Dipl. Psychologin
Kostenbeitrag: 15,- Euro **Anmeldung** bis 2. November 2012