

Unendlich ist der Schmerz!

...den eignen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der anderen muss man leben.....

(Mascha Kaléko)

„Wie tief Dein Kummer
auch sein mag.
Du bist nicht alleine.
Andere haben Ähnliches erlebt
und werden die Last mit Dir
tragen,
wenn Du sie nur lässt.
Gib ihnen dazu Gelegenheit.“
(Amy Hillard Jensen)



Nähere Informationen bei:

Katholische
Familien-
Bildungsstätte Hanau



Im Bangert 4
63450 Hanau
Tel. 06181/923230
info@fbs-hanau.de
www.fbs-hanau.de



Trauerzentrum Rhönstrasse 8,
63450 Hanau
Tel.: 06181-42 898 73
Astrid.heide@trauerbegleitung.eu

Ehe | Familie | Leben

Beratungsstelle Hanau | Diözese Fulda
Langstr. 13
63450 Hanau
Tel. 06181 - 21749
efl-hanau@bistum-fulda.de
www.ehe-familien-lebensberatung-
bistum-fulda.de



Mein Weg mit der Trauer

**Trauergruppe
7.11. 23 bis 5.03.24**



Foto: www.pfarrbriefservice.de

Trauer ist ein tiefes Lebensgefühl

Sie zu achten und ihr Raum und Zeit zu geben ist not-wendig.

Trauer ist eine Brücke zwischen der Erinnerung, an das, was war und in die Zukunft, an das, was werden kann.

Trauer ist eine intensive Lebenszeit

Trauerwege sind mühsam, steinig und langwierig und es gibt keine Patentrezepte. Angehörige und Freunde sind manchmal überfordert von den Gefühlen der trauernden Menschen. Die Trauernden wiederum empfinden sich manchmal im Alltag als Last und mögen sich den Menschen nicht mehr zumuten.

Trauerwunden heilen langsam

Trauer braucht Raum, Zeit und Orte wo sie gelebt werden darf. Jeder Mensch hat seinen eigenen Weg und seine eigene Zeit der Trauer. Jeder Mensch darf trauern, wie es ihm entspricht. Und manchmal braucht es viel mehr Zeit, als Nichtbetroffene es sich vorstellen können.

Gruppentreffen:

In einer geschützten Gruppe mit anderen Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, ins Gespräch kommen und über das Unfassbare reden.

In acht Gruppentreffen gibt es einen festen Rahmen mit unterschiedlichen Schwerpunkten zum Thema Trauerbewältigung.

Dienstag, 7. Nov. 2023

Dienstag, 21. Nov. 2023

Dienstag, 05. Dez. 2023

Dienstag, 19. Dez. 2023

Dienstag, 16. Jan. 2024

Dienstag, 30. Jan. 2024

Dienstag, 20. Febr. 2024

Dienstag, 5. März 2024

von 15.00 bis 17.00 Uhr

**in den Räumen der
Kath. Familienbildungsstätte**

Im Bangert 4
63450 Hanau

Begleitung der Gruppe:

Astrid Heide
Dipl. Sozialpädagogin,
Trauerzentrum Rhönstraße, Hanau

Petra Krahwinkel
Ehe-, Familien- und
Lebensberaterin
Systemische Therapeutin (DGSF)

Jeder und Jede ist willkommen, gleich welcher Konfession, Religion oder Weltanschauung. Das Gruppengespräch kann stärken und alle Gespräche unterliegen der Schweigepflicht.

Bitte melden Sie sich an, die Trauergruppe startet mit 6 bis 10 Teilnehmenden.