

Verwaiste Eltern und trauernde
Geschwister München e.V.
St.-Wolfgangs-Platz 9
81669 München

Fax: 089 4808899-33

Trauer bewegt

Termine

Wir treffen uns in einer festen Gruppe mit maximal 8 Teilnehmer*innen über einen begrenzten Zeitraum, immer donnerstags von 19 bis 21 Uhr.

15.09.2022	20.10.2022
22.09.2022	10.11.2022
06.10.2022	17.11.2022
13.10.2022	01.12.2022

Kosten

Teilnehmerbeitrag 120 €/Person



Verwaiste Eltern und trauernde
Geschwister München e. V.
St.-Wolfgangs-Platz 9
81669 München
Tel. 089 4808899-0
Fax 089 4808899-33
info@ve-muenchen.de
www.ve-muenchen.de



Trauer bewegt Leib und Seele

Körperorientierte Trauergruppe
mit Gudula Bieber-Reynartz
und Simona Roscher



8 Termine von
September bis Dezember 2022

Dein Schweigen

Meine Stimme

Dein Ruhen

Mein Gehen

Dein Allesvorüber

Mein Immernochda

(Marie Luise Kaschnitz)

In einer festen Gruppe bieten wir einen geschützten Raum, in dem wir uns gemeinsam auf den Weg machen, die schmerzlichen Gefühle kennen zu lernen, um sich ihnen zu stellen, sie zuzulassen und sie dadurch irgendwann gehen zu lassen.

Tiefes Leid und seelisches Erleben betreffen nicht nur die Seele, sondern auch den Körper. Wir haben Schmerzen oder wir fühlen uns von unserem Körper abgeschnitten, fühlen uns tot, haben keine Energie mehr, alles macht uns unendlich viel Mühe.

Heilsame Rituale und Gespräche helfen, wieder langsam Fuß zu fassen, Halt und Zuversicht zu erlangen. Wahrnehmungsübungen verbinden uns wieder mit unserem Körper und letztendlich mit unserem ganzen Selbst, sodass wir vielleicht Schritt für Schritt einen Weg aus der Trauer herausfinden.

Gruppenleitung

Simona Roscher

seit 30 Jahren Physiotherapeutin in unterschiedlichen Einrichtungen und eigener Praxis, diverse Aus- und Fortbildungen, wie Konzentrierte Bewegungstherapie, Shiatsu, Kommunikations-Hypnose am Milton Erickson-Institut, Reflektorische Atemtherapie, Craniosacraltherapie, Trauerbegleiterin



„Meine Erfahrung hat mich gelehrt: Seelisches Erleben manifestiert sich im Körper – und jedes Symptom hat seine Botschaft. Durch meine Ausbildung als Trauerbegleiterin konnte ich erneut feststellen, dass Trauer und Verlust oft nur im Verstand und in den Gefühlen begegnet werden, körperliches Leid aber damit nicht in Verbindung gebracht wird. Begreifen wir uns aber wieder als ganzheitlich und nehmen wir Kontakt zu unserem Körper auf, kann der Weg sowohl zur körperlichen als auch zur seelischen Heilung frei werden.“



Gudula Bieber-Reynartz

Trauerbegleiterin, Mediatorin,
betroffene Mutter

„In meiner eigenen Trauer habe ich bemerkt, dass mich Bewegung – Wandern, Laufen, Yoga, Tanzen – aus meiner Erstarrung holt. Zugleich fiel mir auf, wie sehr es mir Angst gemacht hat, mir meine Emotionen sowohl einzugestehen als auch zuzulassen. Daher ist es mir ein ganz besonderes Anliegen, trauernden Menschen einen geschützten Rahmen zu bieten, in dem Gefühle jeglicher Art ihren Platz haben dürfen und Erstarrung durch Bewegung gelöst werden kann.“

Verbindliche Anmeldung für die körperorientierte Trauergruppe 2022

Familienname

Vorname

Verstorbene* r

Alter

Todestag

Todesursache

Straße

PLZ, Ort

Telefon/Mobil

E-Mail

Ich bin Mitglied seit _____
 Nichtmitglied

Die Anmeldung ist gültig mit dem Eingang der Teilnahmegebühr auf das Konto der Verwaisten Eltern und trauernden Geschwister München e.V. bei der HypoVereinsbank
IBAN: DE03 7002 0270 0040 6090 40