

## 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

angefragt:

Trauerzentrum Rhönstrasse 8,  
63450 Hanau  
Tel.: 06181-42 898 73  
Astrid Heide

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 Lebensweg mit der Trauer

**Trauergruppe**  
**Dienstag**  
**5.11. 24 bis**  
**1.04.25**



Foto: [www.pfarrbriefservice.de](http://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, 5. Nov. 2024

Dienstag, 19. Nov. 2024

Dienstag, 03. Dez. 2024

Dienstag, 17. Dez. 2024

Dienstag, 14. Jan. 2025

Dienstag, 28. Jan. 2025

Dienstag, 11. Febr. 2025

Dienstag, 25. Febr. 2025

Dienstag, 18. März 2025

Dienstag, 1. April 2025

**von 15.30 bis 17.30 Uhr**

**in den Räumen der  
Kath. Familienbildungsstätte**  
Im Bangert 4  
63450 Hanau

## Begleitung der Gruppe:

N.N. (angefragt)

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.