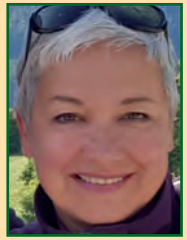
Außenliegender Garten mit Kota (Feuerhütte) an der Usa, in Nieder-Mörlen, Nähe Frauenwaldschule.

Wir sind:



Marion MünsterAppel
- zertifizierte Trauerbegleiterin.

Kathrin Bauer
- zertifizierte Trauerbegleiterin.

Unsere Standorte und Räume sind:

Garten - außenliegender Garten mit Kota (Feuerhütte) an der Usa, in Nieder-Mörlen, Nähe Frauenwaldschule.

Fichte - Vereinshaus der Hospizhilfe Wetterau, Fichtenstraße 4, 61169 Friedberg (Hessen)

Die Materialien zu den Kreativworkshops werden gestellt, wer eigene mitbringen möchte, kann dies gerne tun.

Verbindliche Anmeldung zu jedem Termin über die Hospizhilfe Wetterau: Tel. Nr. 06031 772763.

Wir freuen uns über eine Spende.

Hospizhilfe Wetterau e.V.

Der Trauer auf neuen Wegen aktiv begegnen

I. Der Zauber der Rauhnächte - eine Einführung

16.12.23 - Fichte - 10:00 bis 13:00 Uhr

Rituale werden zu vielen Zwecken genutzt. Weshalb nicht auch einmal dazu, unseren Gefühlen Ausdruck zu geben und unserer Traurigkeit und Trauer um einen geliebten Menschen mit einem tröstlichen Ritual zu begegnen?

Ein besonderer Zauber wohnt den Ritualen der Rauhnächte inne. Das sind die Nächte von Weihnachten bis Dreikönige. Wenn du ihnen bewusst begegnest, laden sie dich ein zum Innehalten, Entspannen, Reflektieren und zu einem Blick in die Zukunft. Bei einem Feuer- und Räucherritual kannst du Altes verabschieden und Neues für das kommende Jahr einladen.

Wir laden dich ein, in dieser Gruppe deine ganz persönlichen Rituale für die Rauhnächte zu gestalten und vorzubereiten. Und wer weiß, vielleicht möchtest du diese Erfahrungen dafür nutzen, um an deinen ganz persönlichen Gedenktagen ein neues und tröstliches Ritual zu etablieren?

II. Der Zauber der Rauhnächte - Grundlage zur Teilnahme ist der 16.12.23

28.12.23 - Garten - ab 17:00 Uhr - max. 8 TN

Wir treffen uns an diesem Abend in der Kota (Feuerhütte), denn es heißt, dass die Wünsche, die du in den Rauhnächten dem Feuer übergibst, sich im neuen Jahr erfüllen werden und es dir leichter ums Herz wird, indem du Altes der transformierenden Kraft des Feuers übergibst. Getrocknete Pflanzen unterstützen dich bei diesem Ritual und können stärkend und tröstend wirken.

Foto: Kathrin Bauer

Foto: clker-Free-Vector-Images-pixaby

Die Magie der Maske oder „wenn die Masken Trauer tragen“

02.03.24 - Fichte - 10:00 bis 16:00 Uhr - max. 8 TN

Wir alle tragen in bestimmten Situationen und Stimmungen gerne mal eine Maske. Wenn wir traurig sind, weil wir einen geliebten Menschen verloren haben, ist diese Maske für uns ganz besonders wichtig.

Sie schützt uns, denn wir können mit ihr etwas verbergen. Sie verhilft uns aber auch dazu, das auszudrücken, wozu uns Kraft, Mut oder die Worte fehlen. In manchen Kulturen werden mit Masken die Wintergeister vertrieben, damit Entwicklung und Licht in unser Leben kommen kann.
Erstelle deine ganz eigene Maske und erkenne dabei auf kreative Weise, was dich gerade wirklich bewegt und was sein darf.
Wir stellen Dir einen bunten Materialienmix zur Verfügung, mit denen du deine Empfindungen zeigen kannst. Du darfst gespannt sein, wie deine Maske aussehen wird.

Foto: -Alicja-pixaby

Farben im Zeichen der Trauer

08.06.24 - Garten oder Fichte - 10:00 bis 16:00 Uhr - max. 8 TN

Wir laden dich ein, deiner Trauer mit Kreativität zu begegnen, indem du in die Welt und Wirkung der Farben eintauchst, über sie deine Gefühle zum Ausdruck bringst und in Bildern sichtbar werden lässt.
Welche Farben sprechen dich an, tun dir gut und lösen angenehme Gefühle und Stimmungen aus? Welche Farben spiegeln deine aktuelle Gefühlslage und welche Farben machen Verborgenes sichtbar?
Besondere Talente oder Vorkenntnisse braucht es nicht.
Es geht darum, intuitiv mit Farben deinen inneren Bildern Ausdruck zu verleihen.

Der Wald als Trauerbegleiter

26.10.24 - Treffpunkt Ossenheimer Wald und anschließend Fichte - 10:00 bis 16:00 Uhr - max. 8 TN

Die Seele wird vom Pflastertreten krumm.
Mit Bäumen kann man wie mit Brüdern reden
und tauscht bei ihnen seine Seele um.
Die Wälder schweigen, doch sie sind nicht stumm
Und wer auch kommen mag, sie trösten jeden.

Mit diesen Zeilen von Erich Kästner, laden wir dich auf „d“einen Waldspaziergang ein. Der Wald mit seinem Zusammenspiel aus unbewussten Wohltaten und vielfältigen Möglichkeiten ist ein wunder-barer Ort, um sich mit eigener Trauer, eigenen Gefühlen und Fragen auseinanderzusetzen.
Wir bereiten uns in der Gruppe auf den Spaziergang vor, gehen Wege gemeinsam und auch getrennt, denn jede/r hat seine eigenen Fragestellungen, sein eigenes Tempo.
Wer weiß – vielleicht finden wir auf unserem Spaziergang Naturmaterialien, mit denen wir ein florales Werkstück für die kommenden Gedenktage gestalten werden.

Foto: Joe Plenio-pixaby