



ANGEBOTE FÜR VERWITWETE MÜTTER & VÄTER

„...MIT DEM TOD DER ANDEREN MUSST DU LEBEN“

(MASCHA KALENKO)

„Nichts ist mehr wie vorher!“

Heftige Gefühle erschüttern Mutter, Vater und Kinder,
wenn der Tod in jungen Jahren ein Leben beendet.

Menschen, die den geliebten Mann, die geliebte Frau und Kinder,
die ihre Mama oder ihren Papa für immer verlieren, durchleben
Krisen in je eigener und doch ähnlicher Weise. Nach dem Erleben
von Schock und Verleugnung, Wut und Zorn, Rückzug und Selbst-
mitleid, Ohnmacht und Verzweiflung, können sich Türen zu neuem
Selbstvertrauen und neuer Lebensfreude wieder öffnen. Dieser
schmerzhafteste Prozess braucht viel Raum und Zeit.

Die Evang. Fachstelle Alleinerziehende bietet Menschen
Unterstützung im Umgang mit unterschiedlichen Trauer-
gefühlen und Themen an. Die Einzelberatung ist kostenlos.
Gemeinsam in der Gruppe oder im Einzelgespräch erhalten
Erwachsene für sich und ihre Kinder Hilfsangebote, um
diese schwere Lebensphase bewältigen zu können. In einem
geschützten Rahmen können sich Menschen in ähnlichen
Lebenssituationen gegenseitig tragen und ihre Trauer teilen.

Leitung bei allen Veranstaltungen:

Ilka Kuch

Dipl.-Pädagogin, Trauerbegleiterin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie

TRAUER-SEMINARE

SA, 19. JAN **DAS NEUE JAHR –
OHNE DICH**
10:00 - 16:00 Uhr *

SA, 23. MÄRZ **UNSER LEBEN –
OHNE DICH**
10:00 - 16:00 Uhr *

SA, 18. MAI **MEINEN WEG GEHEN –
OHNE DICH**
10:00 - 16:00 Uhr *

SA, 21. SEPT **WEITERLEBEN –
OHNE DICH**
10:00 - 16:00 Uhr *

* Immer mit gemeinsamem Mittagessen (zusammen
mit den Kindern), vorher und nachher Kinderbetreuung,
Veranstaltungsort: Haus *eckstein*
Kosten: 40 bis 25 €

FR, 5. JULI **OFFENER ABENDTREFF**
17:00 - 19:00 Uhr
hoffentlich im Freien **

FR, 25. OKT **OFFENER ABENDTREFF**
17:00 - 19:00 Uhr
im „Zeitlos“ im Haus *eckstein* **

FR, 13. DEZ **ADVENTLICHER ABENDTREFF**
17:00 - 19:30 Uhr
im Haus *eckstein*, 4. Stock **

** Die Veranstaltungen sind jeweils mit Kinderbetreuung.

KONTAKT & ANMELDUNG

Alle sind herzlich willkommen! Melden Sie sich
bitte für alle Veranstaltungen an – telefonisch,
per E-Mail oder online.

Evangelische Fachstelle Alleinerziehende
Nürnberg und Nordbayern
Haus *eckstein*
Burgstraße 1 - 3
90403 Nürnberg
Telefon: 0911 - 214 2102
E-Mail: info@alleinerziehende-nuernberg.de

HINWEISE

Soweit kein anderer Ort angegeben ist, finden
alle Veranstaltungen im *eckstein*, dem Haus der
Evangelisch-Lutherischen Kirche, Burgstraße 1-3
in Nürnberg statt.

Zu fast allen unserer Veranstaltungen bieten
wir eine kostenlose Kinderbetreuung an.

Ermäßigungen sind bei den Kosten der
verschiedenen Veranstaltungen möglich!
Sprechen Sie uns darauf an.

Weitere Informationen und die
Online-Anmeldung finden Sie
auf unserer Internetseite:
www.alleinerziehende-nuernberg.de



SAMSTAGSBRUNCH

16. FEB TROTZEN, TOBEN, TRAUERIG SEIN –
WIE KINDER LERNEN,
MIT IHREN GEFÜHLEN UMZUGEHEN
Samstagsbrunch
10:00 - 13:00 Uhr
Corinna Uhlmann, Karin Mack

WOCHENENDFREIZEIT

26. APRIL - KEINE ANGST VOR GEFÜHLEN
28. APRIL Wochenende im Jugendhaus Knappenberg
rund um den Umgang mit unterschiedlichsten
Gefühlen.
Karin Mack, Illa Kuch
Kosten: 100 € Erw., 70 € für Kinder ab 3 J.
(Zuschuss kann beantragt werden) + Anfahrt

OFFENER TREFF

FREITAGS* „WIE GUT, DASS WIR UNS HABEN“
Offener Treff für verwitwete Mütter und Väter
Nürnberg Innenstadt - Ort bitte erfragen!
Ansprechpartner: Matthias Fallner
Tel: 0172 - 865 42 55, Mail: matthiasf@email.de

* ALLE VIER WOCHEN, 20:00 Uhr:
25. Januar, 22. Februar, 22. März, 26. April,
24. Mai, 28. Juni, 26. Juli, 30. August,
27. September, 25. Oktober, 29. November,
27. Dezember 2019

TRAUERENDE
TEILEN IHR LEID
UND STÄRKEN SICH
GEGENSEITIG.

WEITERE ANGEBOTE

KOOPERATIONS-ANGEBOTE ANDERER VERANSTALTER

FREITAGS* RAUM FÜR TRAUER
Andachten für Trauernde
St. Klara-Kirche / Kath. City-Seelsorge Nürnberg
Königstraße 64, Nähe Hauptbahnhof
www.st-klara-nuernberg.de

* ALLE VIER WOCHEN, 19:30 Uhr:
25. Januar, 22. Februar, 29. März, 26. April,
31. Mai, 28. Juni, 26. Juli, 27. September,
25. Oktober, 29. November, 20. Dezember 2019

PILGERN FÜR TRAUERENDE

ALLE KÖNNEN SICH ANGESPROCHEN FÜHLEN

Körper und Seele setzen sich an diesem Tag in Bewegung und finden ihren Weg unter den Füßen. Unterschiedliche Impulse, zu denen auch das bewusste Schweigen gehört, begleiten den Weg. Mit dem Heraustreten aus dem Alltag kann es zu heilsamen Erfahrungen kommen.

Es gibt im Leben unterschiedliche Situationen, die das Trauern notwendig machen. Gehen bedeutet auch: das Leben geht weiter. Eine Aussage, die für Trauernde oft nur schwer zu ertragen ist. In der Trauer geht das Leben nur langsam weiter. In der Gemeinschaft mit andern wollen wir Schritt für Schritt uns annähern an das, was gerade schwer ist und unsere Trauer miteinander teilen.

**SA, 25. MAI DIE SEELE GEHT ZU FUSS
FRÜHJAHRSPILGERN FÜR TRAUERENDE**
Impulse und auch Schweigen begleiten den Weg.
9:00 - 18:00 Uhr
von Rummelsberg nach Altdorf und
zurück nach Rummelsberg, 10 km.
Kosten: 40 € zzgl. Fahrtkosten (VGN-Ticket)

Vortreffen im Haus *eckstein*:
Fr. 17. Mai von 17:00 - 19:00 Uhr

**SA, 28. SEP DIE SEELE GEHT ZU FUSS
HERBSTPILGERN FÜR TRAUERENDE**
Impulse, auch Schweigen begleiten den Weg
9:00 - 18:00 Uhr
Lauf - Schönberg - Ottensoos, 10 km
Kosten: 40 € zzgl. Fahrtkosten (VGN-Ticket)

Vortreffen im Haus *eckstein*:
Fr. 20. September von 17:00 - 19:00 Uhr

HINWEIS Ermäßigungen sind bei den Kosten möglich!
Der Pilger-Tag findet ohne Kinder statt.

ANFAHRT

MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN

U2 oder **U3** vom Hauptbahnhof bis Haltestelle Plärrer, umsteigen in den Bus der Linie 36 bis Haltestelle Burgstraße, die sich direkt schräg gegenüber des *eckstein* befindet.

U1 vom Hauptbahnhof Richtung Fürth bis Haltestelle Lorenzkirche, anschließend zu Fuß über die Fleischbrücke, auf dem Hauptmarkt links vorbei am Schönen Brunnen und den Rathausplatz entlang in Richtung Burg.

MIT DEM AUTO

Wenn Sie vom Plärrer aus kommend auf dem Stadtring fahren, biegen Sie am Hallertor in die Altstadt ein und fahren diese Straße weiter entlang. Sie können Ihr Auto im ausgeschilderten Parkhaus Hauptmarkt, Augustinerstr. 4 abstellen. Die Ein- und Ausfahrt des Parkhauses befindet sich in der Schustergasse.

