ICH TRAGE MEINE TRAUER ANS MEER

KURSNUMMER: **OUC 21**
KURSZEIT: **ca. 5 Std./Tag**
PREIS: **€ 1150**



Karin Simon:

‘geboren 1959
verheiratet mit einem wunderbaren Mann
Mutter von 3 wundervollen Menschen
Ausgebildete Krankenschwester
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Sterbeamme, Traueramme, freie Trauerrednerin
Entspannungspädagogin
Liedermacherin, Kabarettistin, Clownin
Dozentin bei den Paracelsusschulen Regensburg und Freilassing

04.09. – 11.09.2027

Schau sie an, deine Trauer und setz dich mit ihr ans Meer, schau den Wellen zu und lass dich sanft schaukeln.Lass deine Gefühle fließen und geb dich Ihnen hin Die Trauer wird dich dabei begleiten und mit dir Hand in Hand in eine neue andere Zeit gehen. Erst durch intensives Anschauen und Beschäftigen gelingt die Umwandlung der Trauer in eine leichte Begleiterin, die dich etwas lehren möchte. Mit jedem Schritt in die neue, andere Zeit wird es leichter, mit der Trauer weiter zu gehen. Geh mit anderen Trauernden in den Austausch. Niemand versteht dich besser als ein Betroffene*r.

Wir weinen und lachen, Reden und schweigen gemeinsam statt einsam

Jeder Mensch wird im Laufe des Lebens zwangsläufig mit dem Thema Trauerarbeit konfrontiert. Das Seminar bietet Ihnen Hilfen,
um der eigenen Trauer zu begegnen In der Trauerarbeit erleben wir ähnliche Phasen wie im Sterbeprozess. Sie erfahren Grundlegendes zu den Phasen des Trauerns und den Möglichkeiten was wann zu tun ist.

Wir setzten uns mit tiefen Gefühlen wie Schmerz, Einsamkeit, Verzweiflung, Angst, Wut und Hilflosigkeit auseinander, finden Mitgefühl für uns selbst und für andere.

Weitere Inhalte:
- der Trauer Raum und Zeit geben.
- an der Trauer wachsen
- Phantasiereise auf die Trauerwiese
- Begegnung und Kommunikation mit Verstorbenen
- Integration des Verstorbenen, des Verlusts in das Leben
- Rituale für den Alltag und besondere Tage im Jahreszyklus, wie z.B. Geburtstage, Todestage (Himmelsgeburtstage), Ostern, Weihnachten

• Nachtodphänomene (z.B. das Licht flackert oder ein Bild fällt von der Wand)

Wir setzten uns mit der Frage auseinander, wie wir Mut und Kraft finden, um im Leben weiterzugehen und wann darf wir wieder glücklich sein dürfen.

Wir treffen uns in der geschützten Gruppe jeweils drei Stunden am Morgen und am Abend. Der Rest des Tages dient der eigenen Reflexion und der Erholung in Selbstverantwortung Am Abend treffen wir uns zum Abendausklang
Finden zur Ruhe mit Meditation und Singen.

Am Ende des Seminar´s wandern wir an den Klippen
über dem Meer hinauf zu der kleinen Kapelle und legen dort einen Erinnerungsstein für unsere Verstorbenen ab.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
  Gegen Aufpreis:
  - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50 - 100 € pro Person & Woche
  - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30-40 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe L (= Meerblick, Klimaanlage) 110 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe LX (= Luxus, Meerblick, Klimaanlage) 150 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische/Vegane Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 09:00-22:30 Uhr)