



Trauern in Bewegung - Eine Pilgerwanderung durch den Frühling am Samstag, 13. April 2019

Von der Elbe aus machen wir uns auf den Weg. Darum geht es beim Pilgern: Erfahrungen sammeln, Menschen begegnen, Gespräche führen, aber auch eine Reise zu sich selbst unternehmen. Mit dem Kind im Herzen bewusst und achtsam in Bewegung sein.

Beim Gehen in der Natur entsteht ein Raum, in dem man sich selbst und seinem verstorbenen Kind auf eine ganz besondere Weise nahe sein kann. Unsere Route führt uns durch Parks und grüne Inseln der Stadt. Es wird Zeit für den Austausch in der Gruppe sowie Raum für Stille und Einkehr geben. Pausen sind in ausreichendem Maße eingeplant. Bitte ein Getränk und einen Picknick Snack mitbringen. Der Treffpunkt wird in einer gesonderten Email nach der Anmeldung bekannt gegeben.

Trauerbegleiter: Horst Busch und Tamara Gailberger

Zeitraumen: 9:00 Uhr bis circa 15:00 Uhr

Kostenbeitrag: 20,00 Euro

Fitnesslevel: leicht bis mittel mit vielen Pausen. Wir enden in Stellingen / Langenfelde

Anmeldung: Verein Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V.

Telefon: **040 – 450 009 14** oder per Email: **info@verwaiste-eltern.de**

Die Plätze sind begrenzt, da unsere Gruppe überschaubar bleiben soll.