



Simone Boley, Diakonin, Pilgerbegleiterin,
Bibliodramaleiterin (GfB), Gestaltseelsorgerin
(IGS)

www.caminando-unterwegs.de



Seminarabend

Trauer und Resilienz

Donnerstag, den 20.11.2025

Foto: Hans Boley

Resilienz und Trauer- ein Seminarabend anhand der sieben Säulen der Resilienz

Wir laden Trauernde sehr herzlich zu diesem Abend ein – es spielt keine Rolle, ob jemand einen geliebten Menschen schon vor längerer Zeit verloren hat, oder erst kürzlich.

Mit verschiedenen kreativen Methoden werden wir die Möglichkeiten der Resilienz für die Zeit der Trauer entdecken.

Trauer ist ein Prozess – ein Weg. Es gibt verschiedene Trauerphasen, aber jede und jeder Trauernde geht diesen Weg ganz persönlich und individuell. Die Trauer dauert und darf so lange dauern wie für den Trauernden nötig.

Die Trauer um einen geliebten Menschen wird auch nie mehr ganz verschwinden. Sie verändert sich im Laufe der Zeit, wird in einer bestimmten Form aber immer bleiben.

Der Trauernde darf und muss erkennen: ich darf und muss auch ohne den geliebten Menschen weiterleben!

Obwohl der geliebte Mensch jeden Tag fehlt und eine große Lücke hinterlassen hat, kann der Trauernde voller Optimismus und Dankbarkeit entdecken, wie schön und reich das Leben trotzdem ist!

Zu dieser Erkenntnis und Erfahrung können uns die 7 Säulen der Resilienz helfen.

Leitung: Hiltrud Blau, Resilienz Beraterin
www.frei-durch-atmen.de

Simone Boley
Diakonin, www.caminando-unterwegs.de

Termin: Donnerstag, 20.11.2025
19.30 Uhr – 22.00 Uhr

Ort: Seminarraum, Hundshager Weg 18
65719 Hofheim

Kosten: € 20,00, Teilnehmenden Beitrag, Material, Getränke

Anmeldung: Bitte schriftliche Anmeldung per eMail unter:
simone.boleyn@caminando-unterwegs.de
Anmeldeschluss ist der 14.11.25

Mindestteilnehmerzahl 6 Personen, maximale Teilnehmerzahl 8 Personen