

## **In der Trauer bewegt sein – Lassen Sie uns gemeinsam ein paar Schritte gehen ...**

### **Trauerwandern**

**Termine: 24.03./14.04./26.05./16.06./06.10./10.11.2024**

**Ort:**

Freyung, Hospizverein  
Stadtplatz 1  
94078 Freyung

Wandern ist für Menschen in Trauer eine Möglichkeit, mit sich und ihrer Trauer in eine natürliche Bewegung zu kommen. Während des Wanderns, der Bewegung in der Natur, öffnen sich innerlich neue Wege. Es sind Wege, auf denen man unterwegs zu sich selbst ist – auf Wunsch auch in der Gemeinschaft. Impulse regen während des Wanderns immer wieder dazu an, bewusst den Weg der Trauer zu gehen.

Die Wanderungen sind geplant von 2 Std. bis ca. 4 Std. und werden von ehrenamtlichen Trauerbegleiter\*innen des Hospizvereins im Landkreis Freyung-Grafenau e. V. begleitet. Wir bitten auf wetterentsprechende Kleidung und Schuhe zu achten, sowie um telefonische Anmeldung im Hospizbüro

Hospizverein im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

Tel.: 08551/9176183 oder 0171/4836819

E-Mail: [hospizverein-frg@web.de](mailto:hospizverein-frg@web.de)

Hier erfahren Sie auch den Treffpunkt und die geplante Wanderroute.

Dauer ca. 2,5-3 Std.

Start im März/November um 12 Uhr alle weiteren Termine 13:00

**Mitveranstalter:**

KEB, Hospizverein

**Kosten:**

kostenlos