

**#ABSCHIED  
#TRENNUNG  
#TRAUER**

**RAUM  
UND ZEIT  
FÜR MICH**

**TAGESSEMINAR  
26.09.2026  
9:00-17:00 UHR  
IM KLOSTER FRAUENWÖRTH  
AUF DER FRAUENINSEL**

# #ABSCHIED #TRENNUNG #TRAUER

Abschiede gehören zum Leben – und doch treffen sie uns oft tief. Verlust, Trennung oder Veränderung können Gefühle wie Trauer, Wut oder Einsamkeit auslösen. Im Alltag fehlt jedoch oft die Zeit und der Raum, sich diesen Erfahrungen bewusst zuzuwenden.

In unserem Tagesseminar begleiten wir Sie einfühlsam und professionell dabei, wieder in Kontakt mit sich selbst zu kommen, innere Ressourcen zu entdecken und neue Zuversicht zu gewinnen.

In der ruhigen Atmosphäre der Fraueninsel im Chiemsee schaffen wir Raum für Austausch, Bewegung und persönlichen Ausdruck. Mit kreativen Impulsen, Ritualen und der Kraft der Natur laden wir Sie ein, Ihren Gefühlen achtsam zu begegnen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Gemeinsam finden wir Wege zu mehr innerer Kraft und neuer Perspektive.

Andrea Gerstner



Palliative Care Fachkraft  
zert. Trauerbegleiterin

[www.wegbegleitung-muenchen.com](http://www.wegbegleitung-muenchen.com)



Annemarie Schmid



zert. Trauerbegleiterin  
Hospizbegleiterin

Friederike Höllerer



Dipl. Mal- und  
Gestaltungstherapeutin  
Künstlerin  
zert. Kreativtrainerin

[www.maltherapie-muenchen.de](http://www.maltherapie-muenchen.de)



Benediktinerinnen-Abtei Frauenwörth  
Fraueninsel im Chiemsee

Seminargebühr: 85 € (Verpflegung nicht inbegriffen)

Anmeldung bis 10.09.2026

bei Andrea Gerstner Tel. 0170 / 4466026

[info@wegbegleitung-muenchen.com](mailto:info@wegbegleitung-muenchen.com)

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.