

# gehen – trauern – wandeln



## Pilgern für Trauernde

auf dem Jakobsweg  
von Oberstaufen nach Bregenz

Freitag, 09.10.20  
bis Sonntag, 11.10.20

## gehen – trauern – wandeln

### Pilgern für Trauernde im Herbst 2020

Wenn man jemanden durch Tod verloren hat, erscheint das Leben oft sinnlos. Erstarrung macht sich breit und greift auf Körper und Geist über. Alltag zerrt, der Antrieb fehlt. Wenn Trauer nicht den Raum bekommt, den sie beansprucht, kann es zu Problemen führen. Gemeinsam mit anderen Trauernden gehen wir drei Tage auf dem Jakobsweg. Wir gehen Gefühlen nach, machen Grenzerfahrungen und erleben, wie das Leben trotz innerer und äußerer Last weiter gehen kann - wie der Lebensfluss wieder mehr in Gang kommt. Die alte Tradition des Pilgerns bildet den Rahmen dieser Reise: Spirituelle Impulse, Schweigezeiten, Austauschrunden und sogar Qi Gong-Übungen gehören ebenso dazu wie die Besonderheiten der Natur und Kultur am Wegesrand zu erleben. Wir werden auf dem Jakobsweg drei Tage von Oberstaufen/Zell nach Bregenz gehen und unser Gepäck selbst tragen.

Loslassen,  
etwas hinterlassen,  
hinter sich lassen,  
wahrnehmen und  
neu aufnehmen.



### Begleitung:

**Hans Seemüller**, Dipl.-Rel.-Päd.(FH), Trauerbegleiter, Mitarbeiter der Hospizgruppe Albatros, ausgebildeter Pilgerbegleiter

**Christine Seifried**, Dipl.-Soz.-Päd. (FH), Paar- und Familientherapeutin (DGSF), Trauerbegleiterin, Qi Gong-Lehrerin, Mitarbeiterin der Hospizgruppe Albatros

**Bettina Böhmer-Lamey**, Pfarrerin im Evangelischen Forum Annahof Augsburg und Supervisorin bei der Hospizgruppe Albatros

### Der geplante Ablauf:

#### Freitag, 09.10.20

Morgens Treffen der Pilgergruppe in Augsburg, Fahrt nach Oberstaufen, Weg nach Zell, dort Aussendung der Pilger und Pilgerinnen in der Kapelle. Auf dem Jakobsweg führt der Weg bergauf und bergab durch Genhofen und Hopfen. Zur Mittagszeit erreichen wir Simmerberg und gehen bei gutem Wetter durch die Hausbachklamm nach Weiler.



Jetzt geht es bergauf! Mit schönem Blick zurück und vorbei an der Ruine Altenburg erreichen wir schließlich Scheidegg. Übernachtung in der stimmungsvollen Pilgerherberge der evangelischen Kirchengemeinde. (ca. 20 km)

#### Samstag, 10.10.20

Durch herrlichen Herbstwald wandern wir den Weg zum Pfänder hinauf. Atemberaubende Blicke zurück und voraus warten! Vor Möggers gehen wir über die Grenze nach Österreich. Nach weiteren zwei Stunden stehen wir auf dem Pfänder und können hoffentlich weit über den Bodensee und in die Zukunft sehen. Nach der Gipfelfreude nehmen wir entweder den Weg hinab durch den Wald oder die Seilbahn nach Bregenz. Übernachtung in der Pension Sonne in Bregenz (ca. 13+6 km)



**Sonntag, 11.10.20**

In Bregenz und am Bodensee endet unsere Pilgerreise. Von hier sind es nur noch ca. 2.350 km nach Santiago de Compostela!

Wir beschließen unsere Reise angemessen und verabschieden uns aus der Gruppe, um im Alltag alten Herausforderungen der Trauer und den neuen Herausforderungen des Lebens zu begegnen.  
Gemeinsame Rückfahrt mit der Bahn.

**Termin:**

Start am Freitag, 09.10.20,  
morgens am Bahnhof Augsburg  
Ende am Sonntag, 11.10.20,  
abends am Augsburger Hauptbahnhof.  
*(Bitte Bescheid geben, wer nicht von Augsburg starten oder nicht nach Augsburg zurück fahren möchte, damit wir die Bahntickets entsprechend besorgen können.)*

**Vortreffen:**

Montag, 05.10.20, 18.30 Uhr  
Im Evangelischen Forum Annahof,  
Im Annahof 4, Hollbau  
(wegen des Informationsaustausches und der Gruppendynamik obligatorisch)

**Gruppengröße:**

min. 8, max. 12 Teilnehmende

**Übernachtung:**

In Pilgerherberge und Pension mit Mehrbettzimmern;  
jede/-r trägt das eigene Gepäck selbst.

**Kosten:**

€ 190.- für Übernachtungen mit Frühstück,  
Organisation, Begleitung, Hin- und Rückfahrt vom/zum  
Augsburger Bahnhof.  
Brotzeit und Abendessen sind nicht im Preis enthalten.

**Anmeldung:** bis spätestens 24.09.20



**Veranstalter**

Spirituelles Zentrum St. Martin  
Arndtstr. 8 Rgb.  
80469 München

**In Zusammenarbeit mit:**

Evangelisches Forum Annahof Augsburg

Hospiz-Gruppe Albatros,  
Ambulanter Hospizdienst und Palliativberatung

Haus Tobias,  
Bildungs- und Begegnungszentrum  
der Katholischen Klinikseelsorge

**Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:**

Michael Kaminski, Tel. 089-2010427  
kaminski@stmartin-muenchen.de



An:  
Spirituelles Zentrum St. Martin  
z.H. Pilgerreferent Michael Kaminski  
Arndtstr. 8 Rgb.  
80469 München

Für folgende Veranstaltung  
möchte ich mich anmelden:

*gehen – trauern - wandeln*  
Pilgern für Trauernde - Herbst 2020

Name:.....

Anschrift:.....

.....

Telefon – tagsüber:.....

E-Mail:.....

Datum / Unterschrift:

.....

*Hinweis zum Datenschutz:  
Ihre Daten werden vertraulich behandelt  
und nicht an Dritte weitergegeben.*