

Katholische Erwachsenenbildung  
 Große Rosenstr. 18  
 49074 Osnabrück

## Kontakt

Katholische Erwachsenenbildung (KEB) Osnabrück  
 Birgit Lemper  
 Große Rosenstr. 18  
 49074 Osnabrück  
 Telefon 0541 35868-73  
 Mail [info@keb-os.de](mailto:info@keb-os.de)  
 Homepage [www.keb-os.de](http://www.keb-os.de)  
 Instagram [keb\\_osnabrueck](https://www.instagram.com/keb_osnabrueck)

### Anmeldeschluss:

Der Anmeldeschluss ist eine Woche vor Kursbeginn, falls nicht anders angegeben.

### Lastschrift:

Die Kursgebühr wird mit Anmeldeschluss von Ihrem Konto abgebucht. Bei einer Absage Ihrerseits nach Anmeldeschluss ist in der Regel leider keine Erstattung der Kursgebühr möglich, ebenso wie bei nicht vollständiger Teilnahme am Kurs. Daher empfehlen wir Ihnen den Abschluß einer Reiserücktrittsversicherung. Wir bitten um Verständnis.

### Datenschutz:

Wir halten uns an die gesetzlichen Datenschutzbestimmungen (und unterstehen dem kirchlichen Datenschutzgesetz, das sich an die EU-DSGVO anlehnt). Sie haben jederzeit das Recht, ihre bei uns gespeicherten Daten einzusehen, sie löschen zu lassen oder der weiteren Verarbeitung zu widersprechen. Wenden Sie sich dazu an die im Flyer genannte Anmeldeadresse. Unsere ausführliche Datenschutzerklärung finden Sie unter [www.keb-os.de](http://www.keb-os.de).

Foto: Fotolia

# ANGEBOTE für Trauernde



2025 | 2026



Katholische  
 Erwachsenenbildung  
 Osnabrück e.V.

## Was Trauernde für sich tun können

### Hilfreiche Verhaltensweisen – stärkende Rituale – kreatives Tun

Der Verlust eines Menschen reißt eine große Lücke im Leben derer, die eng mit der verstorbenen Person in Verbindung standen. Trauer sucht sich unterschiedliche Wege. Die Zeit der Trauer ist für viele eine unbekannte Größe. Häufig werden Menschen von Gefühlen übermannt oder lernen sich in der Zeit der Trauer noch einmal ganz anders kennen. In diesem Angebot können Sie hilfreiche oder stärkende Verhaltensweisen und Rituale kennenlernen und mit anderen Trauernden in den Austausch kommen. Herzliche Einladung an alle, die sich auf den Weg machen möchten, die eigene Trauer zu bearbeiten.

Ref. Maria Jansen, Trauerbegleiterin

Termin 1 Do. 06.11.2025  
15:00 – 17:00 Uhr

Kurs-Nr. ZOKA5012

Termin 2 Di. 10.02.2026  
15:00 – 17:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB, Große Rosenstr. 18, Osnabrück

Kosten kostenlos, mit Kaffee und Kuchen

Kurs-Nr. ZOKA6008

## Klangschalenerlebnisse für Trauernde

### Raum für Ruhe, Trost und innere Stärkung

Trauer ist eine tiefe, oft überwältigende Erfahrung – und jede Form der Unterstützung, die den Weg durch diesen Prozess erleichtert, kann heilsam sein. In dieser besonderen Klangreise laden wir Trauernde ein, sich von den sanften Schwingungen verschiedener Klangschalen berühren zu lassen. Die Klänge fördern Entspannung, lösen innere Spannungen und ermöglichen einen geschützten Raum, um zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen. An diesen Abenden besteht weiterhin die Möglichkeit über die eigene Trauer ins Gespräch zu kommen und sich unter Anleitung mit anderen Trauernden auszutauschen. Das Angebot richtet sich an

Menschen in Trauer – unabhängig von Glauben, Alter oder Lebenssituation.

Ref. Christiana Kipp, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Klangschalenthérapeutin und Trauerbegleiterin

Umfang 4 Treffen

Termine Mo. 24.11.2025, Mo. 01.12.2025, Mo. 08.12.2025,  
Mo. 15.12.2025, je 18:00 – 19:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB, Große Rosenstr. 18, Osnabrück

Kosten 60 €

Kurs-Nr. ZOKA5014

## „DU FEHLST MIR SO“ – Den Verstorbenen einen bleibenden Platz geben

### Inseltage für Trauernde auf Norderney

„Du fehlst mir so.“ – Diesen Satz sagen oder denken Trauernde nach dem Verlust eines geliebten Menschen noch lange Zeit. Sie erleben, dass die Trauer sich verändert, aber die Lücke, die der Tod verursacht hat, bleibt. Das Ziel der Trauer ist nicht, den Verstorbenen zu vergessen, denn er ist und bleibt Teil meines Lebens. Vielmehr gilt es, ihm/ihr einen guten und bleibenden Platz in meinem Leben zu geben. Miteinander wollen wir versuchen, einen solchen Platz zu suchen, zu finden. Der besondere Ort am Meer kann für neue Gedanken und Schritte hilfreich sein. Sie dürfen den Ort genießen und Kraft schöpfen für den weiteren Weg.

Ref. Maria Jansen, Trauerbegleiterin  
Birgit Lemper, Trauerbegleiterin

Umfang 4 Tage

Beginn Fr. 11.12.2026, 16:00 Uhr

Ende Mo. 14.12.2026, 13:00 Uhr

Ort Gästehaus Caritas Inseloase,  
Marienstr. 18, 26548 Norderney

Kosten 530 € im Einzelzimmer mit Dusche/ WC

Hinweis Die Anfahrt mit Zug/Auto und die Fährkosten in Höhe von ca. 40 € müssen selber organisiert und zusätzlich bezahlt werden. Gerne unterstützen wir dabei, Fahrgemeinschaften unter den Teilnehmenden zu bilden.

Kurs-Nr. ZOKA6009

Anmeldeschluss: Do. 01.10.2026

## Anmeldung (auch online möglich)

Hiermit melde ich mich an :

- Was Trauernde für sich tun können (Termin 1 – ZOKA5012)
- Was Trauernde für sich tun können (Termin 2 – ZOKA6008)
- Klangschalenerlebnisse für Trauernde (ZOKA5014)
- „DU FEHLST MIR SO“ (ZOKA6009)

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon / Handy-Nr.

\_\_\_\_\_  
E-Mail

Alter: \_\_\_\_\_ Vegetarisches Essen?  Ja  Nein  
Möchten Sie uns schon jetzt mitteilen, um wen Sie trauern?

### SEPA-Lastschriftmandat

KEB Osnabrück, Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Gläubiger ID: DE07 ZZZ 0000 0461 755. Die Mandatsreferenz setzt sich zusammen aus dem Kürzel „KEB“ und Ihrer TN-Nr.; im Feld Verwendungszweck finden Sie folgende Angaben: Kursnummer, TN-Name, TN-Vorname, Kurstitel. Ich ermächtige die KEB, Zahlungen von meinem Konto mittels einmaliger Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der KEB auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

\_\_\_\_\_  
Name des Kontoinhabers

IBAN DE \_\_\_\_\_

Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten ausschließlich zum Zwecke der Kursverwaltung gespeichert werden.

\_\_\_\_\_  
Datum Unterschrift