

WEGBEGLEITER-PROGRAMM APRIL 2025 - MÄRZ 2026



TRAUERKULTUR &
BESTATTUNGEN



LEBENSKULTUR



FORT- &
WEITERBILDUNG



KINDERSTIFTUNG



AETAS

Lebens- und Trauerkultur

AETAS LEBENS- UND TRAUERKULTUR IST AUF VIER SÄULEN AUFGEBAUT



Mit der Säule für **TRAUERKULTUR UND BESTATTUNG** unterstützt AETAS die Menschen bei der Gestaltung individueller Bestattungen und begleitet sie beim Abschied.



Mit der Säule für **LEBENSKULTUR** richtet sich AETAS nicht nur an Trauernde. Mit regelmäßigen Angeboten möchten wir unterstützen, das eigene Leben trotz allem nicht aus den Augen zu verlieren.



Mit der Säule für **FORT- UND WEITERBILDUNG** bietet AETAS als Forum für Interessierte und Fachleute Vorträge, Fortbildungen und Fachtagungen.



Mit der Säule für die **KINDERSTIFTUNG** möchte AETAS gegenüber der Gesellschaft seiner Verantwortung noch stärker nachkommen und den Schwächsten helfen - traumabelasteten Kindern und Jugendlichen.

„DAS LETZTE FEST“

FÜHRUNG DURCH EIN BESTATTUNGSUNTERNEHMEN

Kooperationsveranstaltung mit der VHS München

AETAS Lebens- und Trauerkultur hat in München für die Kultur der Bestattung und der Trauerbegleitung viele Anstöße gegeben: AETAS schafft mit Sensibilität Raum und Zeit zum Trauern, ermöglicht ein individuelles Abschiednehmen und eine geschützte Atmosphäre in dieser einschneidenden Lebenssituation.

Darüber hinaus ist AETAS ein Ort für Seminare zur Lebens- und Trauerkultur und für die Ausbildung von TrauerbegleiterInnen geworden. In Kooperation mit der Münchner Volkshochschule laden wir Sie ein, unser Haus kennen zu lernen.

Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer

Termin:	Donnerstag, 15.05.2025 17.00 – 18.30 Uhr Donnerstag, 13.11.2025 17.00 – 18.30 Uhr
Gebühr:	6 Euro
Referent:	Florian Rauch Gründer und Geschäftsführer von AETAS Lebens- und Trauerkultur
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	089 / 480 066 868 oder www.mvhs.de

WEGBEGLEITUNG FÜR TRAUERENDE – LEICHTE BERGWANDERUNGEN

Bewegung in der Natur löst Blockaden, stärkt die Sinne und das Immunsystem. Sie gewinnen innere Ruhe und können im Hier und Jetzt sein nach dem Motto „dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße“. Kreative Impulse und persönliche Gespräche sowie der Austausch in der Gruppe stehen im Vordergrund. Gerne dürfen Sie auch Begleitung mitnehmen.

**Wanderungen mit Hütteneinkehr.
Touren werden je nach Jahreszeit und Witterung entschieden.
(reine Gehzeit 3 – 4 1/2 Std.):**

- Bahnhof Tegernsee über die Kreuzbergalm zur Gindlalm Schneid (576 hm)
- Bahnhof Geitau zur Wallfahrtskirche Birkenstein weiter zur Kessel Alm (ca. 600 hm)
- Bahnhof Tegernsee zum Reiderstein, über Rottach zum Bräustüberl (554 hm)
- Bahnhof Fischhausen / Neuhaus zum Schliersee - zurück über Joseftaler Wasserfälle zum Wasmeier Freilichtmuseum (499 hm)
- Bahnhof Schliersee über die Neureuth zum Tegernsee (ca. 600 hm)

Termine: 1 x monatlich, immer an einem Samstag
Termine erfragen Sie ab April über:
www.wegbegleitung-muenchen.com
oder telefonisch: 0 170 / 44 66 02 6

Gebühr: 40 Euro pro Termin, zzgl. Fahrtkosten

Treffpunkt: Hauptbahnhof München
oder Zielbahnhof der Tour

Leitung: Andrea Gerstner
Palliativ-Krankenschwester,
Qualifizierte Trauerbegleiterin

Anmeldung: 0170 / 446 602 6
www.wegbegleitung-muenchen.com

ROSENHERZ - ZEICHEN DER VERBUNDENHEIT

Im Mai steht die Rose als Blume der Verbundenheit gerne im Mittelpunkt. Ob im Hochzeitsstrauß, als Muttertagsgabe oder als schlichte Einzelblume überreicht ... Symbolträchtig ist sie immer. Ihre Schönheit soll auch uns bei der Ausgestaltung eines Herzens erfreuen.

Ob einfarbig, farbig gemischt oder mit winzigen weiteren Blümchen kombiniert – jedes Werkstück kann nach individuellen Vorstellungen entstehen.

Beim gemeinsamen Tun können unsere Gedanken an liebe Menschen, unsere Erinnerungen, Platz finden. Es ist Raum, sich mit anderen auszutauschen.

SOMMERLICHER KRANZ - BUNT UND LEBENDIG

Bunte, sommerliche Blumen erblühen. Was liegt näher, als mit ihnen ein wunderbares Potpourri in Kreisform zu schaffen? Der Kranz als Zeichen der Unendlichkeit. Gut gewässert und gelegentlich mit frischen Blumen ergänzt, kann dieser Steckschwammkranz uns zwei bis drei Wochen erfreuen. Dabei kommen vielleicht schöne Erinnerungen an glückliche Sommertage mit Menschen, die uns lieb waren und sind, wieder ins Gedächtnis.

Termin: Mittwoch, 07.05.2025 17.00 - 20.00 Uhr

Gebühr: 135 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

Termin: Mittwoch, 25.06.2025 10.00 - 13.00 Uhr

Gebühr: 125 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

BLUMENLOOP - DEKO FÜR WAND ODER FENSTER

Das eigene Weiterleben stärken, im Miteinander Tun Kraft finden, etwas Schönes für Zuhause gestalten ...

In diesem Kurs entsteht aus einem einfachen Wellenblechring ein florales Schmuckstück für die häusliche Umgebung. Mit Filzband, Stoffblumen und Trockenfloralien gestalten wir mit Draht und Heißkleber ein buntes, fröhliches, dauerhaftes Objekt zum Aufhängen.

Jede Gestaltung wird individuell anders ausfallen und einzigartig sein, so wie wir Menschen es auch sind.

Termin: Samstag, 12.07.2025 10.00 - 13.00 Uhr

Gebühr: 115 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

FLORALER LEBENSBAUM - GOLDENE HERBSTFARBEN

Herbstliche Schönheit der Natur sehen und einfangen ...

Gelbgoldene Farbtöne lassen auch im Winter an Wärme und Wiedererstehen von Blüten und Blättern denken. Eine Baumschablone aus Karton oder Holz wird mit Rindenstückchen, Zapfenschuppen, Stoffblumen, Trockenblumen, Moos und allerlei weiteren Materialien in Rot-Orange-Braun-Gelbtönen beklebt. Bunte, kontrastierende Glassteine können als Symbol eines lieben fehlenden Menschen auf seinem Weg miteingeklebt werden. Beim gemeinsamen Tun soll auch der Austausch mit anderen im Raum stehen.

Termin: Mittwoch, 12.09.2025 17.00 - 20.30 Uhr

Gebühr: 140 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

HERBSTLICHER GRABSCHMUCK - NICHT NUR ZU ALLERHEILIGEN

Den Ruheplatz eines geliebten Menschen schmückt man in Erinnerung mit Blumen und Grün. Wenn die kalten Tage kommen, halten auch hier Schmuckgebilde mit Zweigen und haltbaren Floralien Einzug.

Diesmal gestalten wir selbst ein Schmuckkissen für das Grab des lieben Verstorbenen. Ein individueller Gruß, der als Liebesgabe abgelegt werden kann oder auch auf Balkon oder Garten die Erinnerung wachhält.

FRÜHLINGSHAFT TISCHDEKORATION

Die Tage werden wieder länger, jede aufblühende Knospe zeugt von neuem Leben nach winterlicher Kargheit.

Lassen wir uns inspirieren, neue Pläne zu schmieden, neue Hoffnung zu schöpfen und frische Kraft zu tanken.

Im gemeinsamen Tun stärken wir unsere Abwehrkraft, erfreuen uns an offenen Ohren und schaffen einige bunte Blumengläser, die den Tisch oder die Kommode zieren und Vorfreude auf Frühling und Sommer ins Haus holen.

Termin: Mittwoch, 19.10.2025 14.00 - 18.00 Uhr

Gebühr: 145 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

Termin: Mittwoch, 14.03.2026 14.00 - 16.30 Uhr

Gebühr: 125 Euro, inkl. Material

Leitung: Elisabeth Niedhammer
Pädagogin und Floristmeisterin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 0171 / 429 016 0
info@aglaia-blumenundkunst.de

TRAUER BEWEGEN – SANFT UND SINNLICH ZU DEN QUELLEN DEINER KRAFT

TAGESSEMINAR FÜR TRAUERENDE

Tanzdialog verbindet fließende Bewegungen aus dem Qi Gong mit achtsamer Begegnung im Tanz.

An diesem Tag sind Sie eingeladen, dem Körper zu lauschen statt zu „funktionieren“. Sie üben sich in sanfter Bewegung und lernen leichte Tänze kennen, die Halt geben und verbinden. Gemeinsam mit anderen Trauernden tanzen Sie für den Augenblick - mal jeder für sich, mal verbunden im Kreis.

Im geschützten Raum entsteht eine Gemeinschaft, in der Sie willkommen sind und Gelegenheit haben, über Erlebtes und Gelerntes zu sprechen. Sanfte Bewegung und Tanz bringen Herzensanliegen zum Vorschein, die im Trauerschmerz oftmals untergehen. Ein Tag für Tanzerfahrene und Ungeübte!

***„Jenseits von Richtig und Falsch liegt ein Ort. Dort treffen wir uns“
Dschalāl ad-Dīn Muhammad Rūmī (1207 - 1273)***

- Termin:** Samstag, 27.04.2025 10.00 – 17.00 Uhr
Samstag, 25.10.2025 10.00 – 17.00 Uhr
Samstag, 26.01.2026 10.00 – 17.00 Uhr
- Gebühr:** 85 Euro
- Leitung:** **Barbara Schulte-Büttner**
Trauerbegleiterin (Große Basisqualifikation BVT
& BAT) Bewegungspädagogin. Tanzpädagogin.
Kursleiterin Gesundheit & Prävention
- Ort:** AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
- Anmeldung:** 08153 / 987 728
info@schulte-buettner.de

WENN UNSERE ELTERN STERBEN - ELTERNHAUSFOTOGRAFIE

VORTRAG UND GESPRÄCHSRUNDE MIT JÖRG EGERER

Wenn unsere Eltern sterben, trauern wir um deren Verlust. Was uns bleibt, sind Erinnerungen. Diese verbinden wir nicht nur mit den Eltern, sondern auch mit unserem Elternhaus, in dem wir aufgewachsen sind und das für lange Zeit unser zu Hause war. Die anstehende Räumung vernichtet unwiederbringlich dessen letzte physische Präsenz.

Der Fotograf Jörg Egerer fotografierte sein eigenes Elternhaus nach dem Auszug seines Vaters in ein Pflegeheim. Was zunächst als persönliche Erinnerung gedacht war, entwickelte sich aufgrund gesellschaftlicher Relevanz zu einer Ausstellung für die Öffentlichkeit. Sein Vater starb am 23. Dezember 2020 im Pflegeheim an Corona.

Jörg Egerer gibt Einblick in die Entstehung seiner fotografischen Serie „Mein Elternhaus“. Seine Bilder zeigen weit mehr als die bloße Abbildung von Räumen und Gegenständen. Räume wurden bewohnt und Gegenstände benutzt. Beides hinterlässt Spuren; Spuren der Verstorbenen. Er berichtet über das Wechselbad der Gefühle, die er während seiner Arbeit durchlebte. In der anschließenden Gesprächsrunde besteht die Möglichkeit über eigene Erfahrungen und Ängste vor der Zukunft zu sprechen.

Termin:	Dienstag, 20.05.2025 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr:	20 Euro
Leitung:	Jörg Egerer Fotograf und Gründer Elternhausfotografie
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	0 172 / 6 03 04 53 trauer@elternhausfotografie.de

Jörg Egerer arbeitet als freiberuflicher Fotograf und ist Mitglied im „BBK - Berufsverband Bildender Künstler*innen München und Oberbayern“. Seine künstlerischen Fotografien wurden national und international ausgezeichnet und ausgestellt. Er fotografiert bundesweit Elternhäuser und bewahrt so Erinnerungen für die nachfolgende Generation.

YOGA

Sie lernen die klassischen Yoga-Stellungen und ihre wohltuende Wirkung auf Körper, Seele und Geist kennen und fördern durch klare aufbauende Gedanken in Verbindung mit den Übungen nachhaltig ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.

Dieser Kurs ist für Anfänger wie für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bequeme Kleidung und eine Yogamatte mitbringen!

Kurse finden nicht in den Schulferien statt!

Termine:	Montag, 19.00 – 20.30 Uhr Kurs 1: 28.4.2025 - 28.07.2025 - 12 Abende Kurs 2: 22.9.2025 - 15.12.2025 - 12 Abende Kurs 3: 12.1.2026 - 23.03.2026 - 10 Abende
Gebühr:	Kurs 1: 180 Euro - 12 Abende Kurs 2: 180 Euro - 12 Abende Kurs 3: 150 Euro - 10 Abende
Leitung:	Alexander Georgiadis Heilpraktiker, Yoga und Meditationslehrer
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	ageorgiadis@gmx.de

LEDERWERKSTATT - UPCYCLING, RECYCLING

Sie haben eine Ledertasche, ein kleines Täschchen oder andere Lederaccessoires aus einem Nachlass?

In diesem Kurs können Sie Erinnerungsstücke erhalten, bewahren, auffrischen, reparieren, umarbeiten, neugestalten.

So kann z.B. ein Gürtel eine neue Schließe oder eine Tasche einen neuen Riemen bekommen - und so in schöner Erinnerung weitergetragen werden. Sie erhalten professionelle, wertschätzende und kreative Anleitung und Hilfestellung bei Ideenfindung, Umsetzung und Tun.

Werkzeuge, Nähmaschinen, Pflegemittel und ein großer Materialfundus sind vorhanden.

Termine: Samstag, 21.06.2025 10.00 – 18.00 Uhr
Samstag, 25.10.2025 10.00 – 18.00 Uhr

Gebühr: 120,00 € plus evtl. Materialkosten

Leitung: Andrea Natterer
Bildene Künstlerin

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: kontakt@andreanatterer.de

Gerne mit Angaben zur Idee,
Vorbesprechung möglich

GRABMALGESTALTUNG

SETZEN SIE IHREN LIEBEN EIN DENKMAL

Ein Grabmal steht als Zeichen der Erinnerung an einen geliebten Menschen und gibt der eigenen Trauer Ausdruck – einzigartig und nach Ihren persönlichen Wünschen.

Die Steinmetze von F. X. Rauch Grabmale informieren Sie über die vielfältigen Möglichkeiten der Grabmalgestaltung mit Formen und Symbolen. Sie erhalten praktische Tipps von der Auswahl eines geeigneten Grabplatzes über den Abbau der Gesteine bis zur Anordnung der Inschrift. In unserer Werkstatt können Sie die Bearbeitung der Steine miterleben.

Eine lehrreiche Führung über den Westfriedhof bildet den Abschluss.

Termine: **Dienstag, 03.06.2025 16.00 - 18.00 Uhr**

Gebühr: **kostenfrei**

Leitung: **Alexander Ludwig
Nikolai Waldmann**

Ort: **AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München**

Anmeldung: **089 / 159 276 0 info@aetas.de**

„DIE POSTMORTALE GEWEBESPENDE“

Das nach dem Tode eines Menschen manchmal eine Organspende möglich ist, ist allgemein bekannt. Viel häufiger ist jedoch auch eine Gewebespende denkbar, wenn diese im Sinne des Verstorbenen war.

In diesem Vortrag wird erläutert, welche Gewebe gespendet werden können, welche Voraussetzungen erfüllt werden müssen und wie wichtig Gewebetransplantate für die Versorgung und die Lebensqualität von Patienten sind.

Zusätzlich wird die Rolle der Rechtsmedizin im Zusammenhang mit Todesfällen beleuchtet.

Termine:	Donnerstag, 10.04.2025 18.00 Uhr Dienstag, 10.03.2026 18.00 Uhr
Gebühr:	kostenlos
Leitung:	Dr. med. Christian Braun Facharzt für Rechtsmedizin Institut für Rechtsmedizin München
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	089 / 159 276 0 info@aetas.de

BASISKURS STERBEBEGLEITUNG: EIN GUTES ENDE

EINANDER BEISTEHEN AM ENDE DES LEBENS.

Das Sterben einer uns nahestehenden Person macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Früher selbstverständliches Wissen über Begleitung Sterbender ist mit dem Fortschritt der Medizin verloren gegangen und damit auch das Vertrauen, als Einzelner und als Gesellschaft Sterbenden beistehen zu können. Dabei möchten die meisten zuhause sterben, begleitet von vertrauten Menschen.

Im Basiskurs Sterbebegleitung „Ein gutes Ende“ lernen Interessierte, was sie für Nahestehende am Ende des Lebens tun können. Wir vermitteln Basiswissen zu den Themen Sterben und Tod und möchten ermutigen, sich Mitmenschen am Ende ihres Lebens und Sterbens zuzuwenden.

- Termin:** Donnerstag, 22.05.2025 16.30 Uhr
- Gebühr:** 10 Euro
- Leitung:** Elisabeth Scheib
Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Palliativfachkraft
- Ort:** AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
- Anmeldung:** bildung@chv.org
sowie 089 / 130 787 40

KRIMIFESTIVAL MÜNCHEN

CLASSIC UND CRIME

Cello & Krimi - eine mörderisch faszinierende Liaison.

Die renommierte Cellistin Anna Rehker (Modern String Quartet, BPM, u.a.) und die preisgekrönte Krimi-Autorin und ehemalige TV-Moderatorin Sabine Thomas laden zu einem mörderisch-spannenden und musikalisch-literarischen Vergnügen mit raffinierten Kurzkrimis und virtuosen Cello-Klängen.

**Krimifestival
München**

Termin:	Dienstag, 06.05.2025 19.00 Uhr
Gebühr:	20 Euro
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Info:	www.krimifestival-muenchen.de
Tickets:	mail@krimifestival-muenchen.de



RICHTIG ERBEN UND VERERBEN

Sehr oft kommt es im Erbfall oder bei der Abwicklung von Nachlässen zu Problemen. Mit Inkrafttreten der EU-Erbrechtsverordnung ist es zudem zu weitreichenden Änderungen bei Personen mit Wohnsitz im Ausland gekommen. Dabei sind vor allem folgende Fragen von Bedeutung: Brauche ich ein Testament? Wie kann ich ein Testament verfassen? Hat die EU-Erbrechtsverordnung Auswirkungen auf meine Nachlassgestaltung? Wie verhalte ich mich im Erbfall richtig? Wer hat einen Pflichtteilsanspruch und wie kann man diesen umgehen oder reduzieren? Was ist in Bezug auf die Erbschaftssteuer zu beachten?

VORSORGEVOLLMACHT UND PATIENTENVERFÜGUNG

Viele Menschen haben zwar Vorsorge für ihren Tod getroffen, nicht aber für den Fall, dass sie aufgrund einer Krankheit oder eines Unfalls nicht mehr handlungsfähig sind. Dies führt leider in vielen Fällen dazu, dass ein Betreuer vom Gericht bestellt wird, was für den Einzelnen mit großen Einschnitten in die persönliche Entscheidungsfreiheit und mit erheblichen Kosten verbunden ist. Seit 01.01.2023 gibt es viele Änderungen im Betreuungsrecht, die beachtet werden müssen. Durch entsprechende Vorsorgeverfügungen lassen sich viele Probleme vermeiden. Leider kommt es auch immer wieder zu Missbrauchsfällen durch Vorsorgevollmachten. Der Vortrag zeigt, wie Sie sich wirksam vor Missbrauch schützen und was bei der Gestaltung zu berücksichtigen ist.

Termin: Mittwoch, 09.04.2025 17.30 – 19.30 Uhr

Gebühr: 10 Euro

Leitung: Andrea Ducka
Fachanwältin für Familien- und Erbrecht

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 089 / 159 276 0 info@aetas.de

Termin: Mittwoch, 15.10.2025 17.30 – 19.30 Uhr

Gebühr: 10 Euro

Leitung: Andrea Ducka
Fachanwältin für Familien- und Erbrecht

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München

Anmeldung: 089 / 159 276 0 info@aetas.de

BESTATTUNGSVORSORGE – DAS EIGENE LETZTE FEST PLANEN

Warum beschäftigen wir uns Monate im Voraus mit der Planung von Hochzeiten, Partys oder Reisen – nicht aber mit einem Ereignis, das uns todsicher ereilen wird? Wir hätten allen Grund, das rechtzeitig zu tun, solange wir noch bei Kräften sind – geistig und körperlich. Durch Ihr Vorsorgen machen Sie es den Menschen, die nach Ihrem Tod für Ihre Bestattung verantwortlich sind, einfacher, Ihre Wünsche und Vorstellungen aufzugreifen und umzusetzen. Dabei empfehlen wir Ihnen, mit einem Ihnen nahestehenden Menschen zu sprechen und nicht alleine zu entscheiden. Wir informieren Sie über die verschiedenen Möglichkeiten, das eigene letzte Fest zu planen.

Für Gruppen ab 18 Personen bieten wir auf Anfrage den Vortrag „Bestattungsvorsorge - Das eigene Letzte Fest planen“ nach individueller Terminvereinbarung bei uns oder direkt bei Ihnen vor Ort an.

Termine:	Mittwoch, 08.10.2025 17:00- 19:00 Uhr Donnerstag, 12.03. 2026 17:00-19:00 Uhr
Gebühr:	kostenlos
Leitung:	Philine von Angerer Trauerbegleiterin
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	089 / 159 276 0 info@aetas.de

HOSPIZDIENST DASEIN E. V.

Offener Informationsabend für Ihre Fragen rund um die Hospiz- und Palliativarbeit. Thema: Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen. Möglichkeiten und Angebote im Raum München.

Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich.

Termine:	Mittwoch, 01.10.2025 19.00 Uhr
Gebühr:	Kostenfrei
Ort:	Hospizdienst DaSein e.V., Seminarraum Karlstraße 56/58, 80333 München
Anmeldung:	Nicht erforderlich

MITTEN IM LEBEN E. V.

„HILFE FÜR HINTERBLIEBENE DURCH SUIZID“

Die Treffen der „Gruppe Mitten im Leben“ wenden sich an Alle, die einen lieben Menschen durch Suizid verloren haben. Bei den Zusammenkünften geht es darum sich mit Anderen auszutauschen, die Ähnliches erlebt haben, sich gegenseitig Hilfestellung zu leisten und eigene Erfahrungen weiterzugeben.

Die regelmäßigen Gesprächsrunden, Ausflüge oder Veranstaltungen bieten die Grundlage für ein Zusammentreffen und für eine erste persönliche Kontaktaufnahme. Für weitere Informationen zum Verein und der Gestaltung der Zusammenkünfte können sie gerne anrufen oder unsere Webseite besuchen. www.mittenimleben.eu

Termine:	Sonntag, 14.30 – 17.00 Uhr 13.04. / 11.05 / 15.06 / 13.07./ 14.09. / 12.10. / 09.11. / 14.12.2025 11.01. / 08.02.2026
Gebühr:	4 Euro
Leitung:	Dany Brüls
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	01590 / 199 934 5 mitten.im.leben@gmx.de

CHRISTOPHORUS HOSPIZ VEREIN E. V. (CHV)

Offene Führungen im Christophorus-Haus. Der CHV kümmert sich seit mehr als 30 Jahren um sterbende Menschen und begleitet sie in der letzten Phase ihres Lebens.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Veranstaltungen finden Sie unter:

<https://www.chv-ibb.org/kalender>

TESTAMENTGESTALTUNG – WORAUF ZU ACHTEN IST

Welche Gestaltungsmöglichkeiten habe ich bei der Errichtung eines Testaments und welche Formvorschriften muss ich beachten?

Wann ist ein Testament notwendig und was kann ich überhaupt in einem Testament regeln?

Was ist der Unterschied zwischen Testament und Erbvertrag?

Wer kann ein gemeinschaftliches Testament errichten?

Welche Besonderheiten muss ich im Falle der Scheidung beachten und welche Regelungen sind für eine Patchworkfamilie zu empfehlen?

Termine:
Dienstag, 15.04.2025 16.00 – 17.30 Uhr
Montag, 21.07.2025 16.00 – 17.30 Uhr
Donnerstag, 23.10.2025 10.00 – 11.30 Uhr

Mehrsprachige Hausführung:
Mittwoch, 09.04.2025 13.30 – 14.45 Uhr

Gebühr: **Kostenfrei**

Ort: **Christophorus-Haus, Effnerstraße 93, 81925 München**

Anmeldung: **089 / 130 787 0 bildung@chv.org**

Termin:
Mittwoch, 21.05.2025 17.30 – 19.00 Uhr
Mittwoch, 04.02.2026 17.30 – 19.00 Uhr

Gebühr: **10 Euro**

Leitung: **Katharina Mirz**
Fachanwältin für Familien- und Erbrecht

Ort: **AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München**

Anmeldung: **089 / 159 276 0 info@aetas.de**

LEBENSRUNDE – SPEZIELL FÜR TRAUERENDE ELTERN

Der Tod eines Kindes stellt eine Krise im eigenen Leben dar. Wir haben uns die Begleitung von Eltern beim Tod eines Kindes zur Aufgabe gemacht. Speziell für verwaiste Eltern bieten wir im 6-Wochen-Rhythmus ein Treffen an.

Das gemeinsame Abendessen und Gespräche mit Eltern, die ihr Kind verloren haben, bieten eine Möglichkeit zum Austausch.

RÜCKBILDUNG

Kurse für Frauen, die den Tod ihres Kindes während der Schwangerschaft oder Geburt erlebt haben. Sich wieder fühlen, spüren und wahrnehmen mit gezielten Übungen für Rücken, Beckenboden, Bauch sowie Entspannungsübungen.

Der Schwerpunkt liegt in den Gesprächen und im Austausch Gleichbetroffener.

Termine:	Bekanntgabe bei tel. Anmeldung
Gebühr:	kostenfrei Getränke und Speisen Selbstzahler
Leitung:	AETAS Trauerbegleiter*innen
Ort:	Bekanntgabe bei tel. Anmeldung
Anmeldung:	089 / 159 276 0 info@aetas.de

Termine:	nach Absprache (6 Abende à 2 Std.)
Gebühr:	180 Euro
Leitung:	Nicole Rinder <small>Geburtsvorbereiterin (GfG)[®]</small> Stellv. Geschäftsleitung AETAS
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	089 / 159 276 0 info@aetas.de

HALBOFFENE* TRAUERGRUPPE

Sie haben den schmerzlichen Verlust eines nahen Menschen erfahren, vielleicht auch vor längerer Zeit?
 Es können heftige Gefühle aufbrechen, die Endgültigkeit des Verlustes quält uns. Wir zweifeln, ob wir alleine zurechtkommen.
 In einer sorgenden Gemeinschaft erfahren Sie, dass ein Teil des Schmerzes angenommen und mit ausgehalten werden kann.
 Das Gefühl, den Schmerz zu teilen, verbindet und tröstet.

** halboffen bedeutet, dass ein neuer Teilnehmer erst dann eintreten kann, wenn ein anderer ausscheidet.*

TRAUERSPRECHSTUNDE

Dieses Angebot richtet sich an Einzelpersonen, die nach einem Trauerfall oder bedeutsamen Verlust spüren, dass sie nicht mehr in der gewohnten Weise im Alltag zurechtkommen, vielleicht auch keine Perspektive mehr sehen.

Sie erfahren individuelle und intensive Begleitung und Beratung durch eine ausgebildete Trauerbegleiterin mit langjähriger Erfahrung in der Begleitung trauernder Menschen.

Termine:	Dienstag, 18.00 – 20.00 Uhr 15.04. / 29.04. / 06.05. / 20.05. / 10.06. / 24.06. / 08.07. / 19.08. / 02.09. / 23.09. / 07.10. / 21.10. / 11.11. / 25.11. / 09.12.2025 13.01. / 27.01. / 10.02. / 24.02. / 10.03. / 24.03.2026
Gebühr:	15 Euro pro Termin
Leitung:	Annette Glorian Heilpraktikerin für Psychotherapie, Logotherapeutin, Trauerbegleiterin
Termine:	Individuell nach Voranmeldung, jeweils ab 18.00 Uhr
Gebühr:	60 Euro pro Einzelsitzung (Dauer 60 Min.) 85 Euro pro Dreiergespräch (Dauer 90 Min.)
Leitung:	Annette Glorian
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	0151 / 615 246 30 info@psychotherapie-glorian.de

DIE ARCHE E. V.

Trauergruppe

für Menschen, die jemand durch einen Suizid verloren haben. Der Tod eines nahestehenden Menschen löst unterschiedliche und oft sehr schmerzliche Gefühle und Fragen aus. Wenn aber der Tod nicht nur unerwartet, sondern absichtlich erfolgt, dann trifft das die hinterbliebenen Partner, Eltern, Kinder, Geschwister oder Freunde mit ganz besonderer Wucht. Wie bei keiner anderen Todesursache stellt sich beim Suizid die Frage nach dem Warum, außerdem werden bei den Hinterbliebenen nicht selten quälende Schuld- und Schamgefühle, massive Selbstzweifel und manchmal auch Suizidgedanken ausgelöst. Die Trauergruppe kann bei der Bewältigung des Verlustes helfen und Sie unterstützen, die schmerzliche Situation besser anzunehmen. Sie kann Mut machen und bei der Neuorientierung begleiten. Die Trauergruppe wird von einer Trauerbegleiterin geleitet. Vor der Anmeldung zur Trauergruppe empfehlen wir ein Einzelgespräch in der Arche e.V. oder den Besuch des Vortrags.

Vortrag

Der kostenlose Vortrag findet 1 Woche vor Beginn der Trauergruppe statt. In diesem Vortrag erhalten Sie Informationen über die Hintergründe von Suizidalität und über Trauerprozesse nach einem Suizid. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, die Leiterin der Trauergruppe kennenzulernen.

Infovortrag:

Termine:

Donnerstag, 09.10.2025 um 19:30 Uhr
Donnerstag, 12.03.2026 um 19:30 Uhr

Ort:

DIE ARCHE, Saarstr. 5, 80797 München

Anmeldung:

089 / 334 041 info@die-arche.de

Gruppe:

Termine:

10 x Donnerstag 19.30 – 21.30 Uhr
Beginn 16.10.2025 und 19.03.2026

Gebühr:

180 Euro

Ort:

DIE ARCHE, Saarstr. 5, 80797 München

Anmeldung:

089 / 334 041 info@die-arche.de

***Weitere Veranstaltungen finden Sie unter:
<https://die-arche.de/fortbildungen.php>***

BIOGRAFISCHES UND KREATIVES SCHREIBEN

Schreiben ist ein heilsames Instrument für seelisches Wachstum und Selbstpflege. Es ist tief und leicht zugleich. An diesen einführenden Vormittagen lernen Sie einige Methoden des biografischen und kreativen Schreibens „am eigenen Leib“ kennen. Spielerische Impulse setzen assoziatives Denken frei und wechseln sich mit literarischen Achtsamkeitsübungen ab. An eingefahrenen Denkgewohnheiten vorbei kommt Überraschendes zu Papier. So können einschüchternde Schreiberinnerungen mit neuen Erfahrungen „überschrieben“ werden.

Lesen (natürlich nur freiwillig!) und aufmerksames Lauschen auf die unterschiedlichen Stimmen sind ein kostbarer Teil gemeinsamen Schreibens. Im geschützten Rahmen entstehen vertieftes Selbstverständnis und Verbundenheit. Das Angebot richtet sich nicht nur, aber besonders an Trauernde. Talent oder Schreibpraxis sind ausdrücklich nicht notwendig, aber auch kein Hindernis! Es besteht eine monatlich fortlaufende Schreibgruppe mit der Möglichkeit des Quereinstiegs.

Bitte mitbringen: Heft, Stift und Schreibbereitschaft

- Termine:** Samstag, 27.09.2025 10.00 - 13.00 Uhr
Samstag, 21.03.2026 10.00 - 13.00 Uhr
- Gebühr:** 20 Euro pro Vormittag
- Leitung:** Heike Forster
Dipl. Soz. Päd.(FH), M.A. für Biografisches und Kreatives Schreiben Systemische Paar- und Familientherapeutin; KSA
- Ort:** AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
- Anmeldung:** litera@heike-forster.de
- Teilnahme:** Kleingruppe ab 4 Personen

LEBENSRUNDE FÜR TRAUERENDE

Einmal im Monat findet ein Beisammensein für Betroffene statt, die einen lieben Menschen verloren haben.

Das gemeinsame Essen und der Austausch mit Menschen, die eine ähnliche Erfahrung machen mussten, bilden den Schwerpunkt.

In einer offenen Atmosphäre besteht die Möglichkeit sich auszutauschen. Diese Gespräche werden oft als entlastend und hilfreich empfunden. Begleitet wird das Treffen von einer/em geschulten Trauerbegleiter/in.

AKTIVITÄTENRUNDE FÜR TRAUERENDE

Der Schwerpunkt dieser Gruppe liegt auf gemeinsamen Unternehmungen, meist am 3. Donnerstag im Monat.

Durch diese Gemeinschaft wird die Motivation gestärkt, zur aktiven Seite des Lebens zurückzufinden und wieder mehr am Leben teilzunehmen. Teilweise begrenzte Teilnehmerzahl.

Termine: jeden 2. Mittw. im Monat um 18.30 Uhr

Gebühr: kostenfrei
Getränke und Speisen Selbstzahler

Leitung: Tobias Gebhard
AETAS Trauerbegleiter

Ort: Den jeweiligen Treffpunkt erfahren
Sie bei telefonischer Anmeldung

Anmeldung: 089 / 159 276 0 info@aetas.de

Termine: aetas.de/unsere-trauerangebote

Leitung: Roswitha Moser und Karl-Heinz Seidl

Anmeldung: 0177 / 834 680 1 oder 089 / 351 294 8

TRAUERBEGLEITUNG- QUALIFIZIERUNGSKURSE 2025-2026

Gemeinsam mit dem RBM-Institut bietet AETAS die „Große Basisqualifikation“ des BVT (Bundesverband Trauerbegleitung) in Trauerbegleitung an.

Die Weiterbildung umfasst psychologische Aspekte der Trauer- und Abschiedsarbeit, Selbstreflexion, sowie konkrete Arbeitsmethoden und praxisbezogenes Training. Menschen, die ihre Berufung in der Begleitung Trauernder sehen, erhalten hier eine professionelle Basis.

Das Angebot richtet sich besonders an Fachkräfte aus sozialen und pädagogischen Einrichtungen, sowie an Hospiz- und Selbsthilfeinitiativen.

Termine:	13.06.2025 – 10.05.2026 9 Module
Kosten:	3.980 Euro
Leitung:	Renata Bauer-Mehren, Trauerpädagogin und Trainerin BVT Claudia Landenberger Trauerpädagogin und Trainerin BVT
Ort:	AETAS, Baldurstr. 39, 80638 München
Anmeldung:	089 / 754 819 r.bauer-mehren@rbm-institut.de rbm-institut.de



KINDERN IN LEBENSSTÜRMEN EIN LEUCHTTURM SEIN

KRANZSPENDE

Setzen Sie in der Trauer ein Zeichen.
Mit Spenden, statt Blumen oder Kränzen
können Sie Kindern in Lebensstürmen
ganz konkret helfen.
Eine Spende, die nachhaltig Gutes bewirkt.

TESTAMENTSPENDE

Gutes bewirken - auch über den Tod hinaus.
Sie können uns entweder einen festen
Geldbetrag (Vermächtnis) zukommen
lassen oder uns als Erben einsetzen.
Auch kleine Beiträge können viel erreichen.
Wir beraten Sie gerne.



Jetzt spenden 

gefördert durch:

Bayarisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat



AETAS
KINDERSTIFTUNG

KINDERKRISENINTERVENTION

www.aetas-kindertiftung.de

APRIL 2025

- 09. Erben und Vererben Seite 16
- 10. Gewebespende Seite 13
- 27. Tanzdialog Seite 6

MAI

- 06. Krimifestival Seite 15
- 07. Blumenkurs Seite 3
- 15. Das Letzte Fest - Führung (MVHS) Seite 1
- 20. Elternhausfotografie Seite 8
- 21. Testamentsgestaltung Seite 19
- 22. Sterbebegleitung Seite 14

JUNI

- 03. Grabmalgestaltung Seite 12
- 21. Lederwerkstatt Seite 10
- 25. Blumenkurs Seite 3

JULI

- 12. Blumenkurs Seite 4

SEPTEMBER

- 12. Blumenkurs Seite 4
- 27. Biografisches Schreiben Seite 23

OKTOBER

- 08. Bestattungsvorsorge Seite 17
- 09. „Die Arche“ Vortrag Seite 22
- 15. Vorsorgevollmacht Seite 16
- 16. „Die Arche“ Gruppe Seite 22
- 19. Blumenkurs Seite 5
- 25. Tanzdialog Seite 6
- 25. Lederwerkstatt..... Seite 10

NOVEMBER

- 13. Das Letzte Fest - Führung (MVHS) Seite 1

JANUAR 2026

26. Tanzdialog Seite 6

FEBRUAR

23. Testamentgestaltung Seite 19

MÄRZ

10. Gewebespende Seite 13

12. „Die Arche“ Vortrag Seite 22

12. Bestattungsvorsorge Seite 17

14. Blumenkurs Seite 5

29. „Die Arche“ Gruppe Seite 22

21. Biografisches Schreiben Seite 23

REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGEN

Bergwanderungen..... Seite 2

Yoga Seite 9

„Mitten im Leben“ Seite 18

Vorträge „CHV“ Seite 19

Halboffene Trauergruppe..... Seite 21

Trauersprechstunde Seite 21

Lebensrunde für Trauernde Seite 24

Aktivitätenrunde für Trauernde Seite 24



Mit der Anstecknadel „ErinnerungsHerz“ setzen Sie ein Zeichen für Ihre Verstorbenen und für eine gelebte Trauerkultur!

Mit dem Kauf Ihres ErinnerungsHerz unterstützen Sie die Arbeit der AETAS Kinderstiftung - KinderKrisenIntervention.

Erhältlich unter www.aetas.de



AETAS

Lebens- und Trauerkultur

BALDURSTRASSE 39 • 80638 MÜNCHEN • 089 - 15 92 76-0 • INFO@AETAS.DE • WWW.AETAS.DE