

Angebote Juni



Weitere Infos:

www.bistummainz.de/pastoralraum/dreieich-isenburg



Friedensmeditation – online

sonntags 20.30 – 20.55 Uhr

Beitragen zu heilsamer Entfaltung unseres Lebens und unserer Welt.
Anmeldung jeweils bis freitags per Mail.



Natur + Gemeinschaft, Bewegung, Austausch, Naturmeditation

freitags 6., 13. + 27.6. 16 – 18 Uhr – bei angenehmem Wetter

Gesundheit erhalten und stärken, Gemeinschaft + Wochenausklang genießen. Wechselnder Startort – auch nach Teilnehmerwunsch.

Kleine Gehstrecken. Anmeldung bis jeweils mittwochs.



Naturangebot an Pfingsten – Odenwald – mit Einkehr beim Bio-Hof.

8. od. 9.6. – je nach Wetter und Anmeldungen, 9.30 – 18 Uhr

Fahrgemeinschaft in den Odenwald.

Auf stabilem Weg, ca. 3,5 km, überwiegend bergab bis zur Einkehr.

Über feste Waldwege gemütlich bergauf zurück.

Anmeldung bis 5.6.



Trauer verbindet

11.6., 16 – 17.30 Uhr, Gemeindezentrum St. Stephan, Sprendlingen

Über die eigene Trauer ins Gespräch zu kommen entlastet + verbindet.

Anmeldung bis 6.6.



Austausch und Meditation

12.6., 16 – 17.30 Uhr, Winkelmühle, Dreieichenhain

Das aktuelle persönliche Leben in den himmlischen Segen stellen.

Anmeldung bis 10.6.



Pflegende Angehörige: „Das wächst mir über den Kopf...“

16.6., 18 – 19.30 Uhr, Winkelmühle, Dreieichenhain

Mit anderen Betroffenen reden können und verstanden werden...

Anmeldung bis 12.6.



Persönliches Gespräch

In Trauer, einer Krise, zur Orientierung und Entscheidungsfindung

kann ein seelsorgliches Gespräch wohl tun, verarbeiten helfen,

Klarheit fördern, Hoffnung stärken.

Die Angebote sind kostenfrei.

Anmeldung: seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder 06154 – 608566
Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau, Pastoralraum Dreieich-Isenburg



Naturangebot: **Gesundheit und Gemeinschaft**

freitags, 6., 13. + 27.6., 16 – 18 Uhr

Dreieich+Neu-Isenburg-melden Sie Ihre Wünsche!

Der Wald hat heilende Kräfte,
ebenso hat Gemeinschaft eine gesundheitsfördernde Wirkung,
Bewegung, sowie Stille und Meditation.

Wir lernen Aspekte kennen, wie bewusst im Alltag
die Gesundheit in der Natur gestärkt werden kann.
Warum ist „Waldbaden“ im Sommer besonders wirksam?
Welche Stoffe werden von Bäumen ausgeschieden,
und wie wirken sie auf unseren Körper?

Was geschieht im Gehirn bei Stille + Meditation,
und wie können wir damit unser Wohlbefinden unterstützen?

Wir verbinden Theorie und Praxis,
erfahren direkt an Körper und Seele,
wie eine gemeinsame Zeit in der Natur uns wandeln kann.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Bitte stabiles Schuhwerk, ggf. Regenschutz,
und eine Sitzunterlage mitbringen.
Startpunkt jeweils erfragen bzw. vorschlagen –
genaue Info erhalten Sie nach Anmeldeschluss.

Anmeldung bis mittwochs an
seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindefereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg



Naturangebot Pfingsten mit Einkehr

Pfingstsonntag oder –montag, 8./9.6., 9.30–18 Uhr

Je nach Wetter, und wann die meisten können,
fahren wir an Pfingstsonntag oder -montag
in Fahrgemeinschaft(en) in den nahen Odenwald.

Die Gehstrecke beträgt ca. 3,5 km,
auf stabilem Weg mitten durch den Wald,
zu einem Bio-Hof, wo bereits ab 11 Uhr Einkehr möglich ist.
Wir starten früh, weil später hoher Andrang zu erwarten ist.
Verschiedene Mittagessen und selbstgebackene Kuchen
bieten ein reiches Angebot.
Sanft steigend gehen wir geruhsam durch den Wald zurück.

So stärken wir auf vielfältige Weise die Gesundheit:
durch Bewegung, Gemeinschaft, Aufenthalt im Wald, frische Luft,
biologische Ernährung, meditative Impulse in der Natur,
und vielleicht ein kleines Vogelkonzert.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Bitte stabiles Schuhwerk, ggf. Regenschutz
und eine Sitzunterlage mitbringen.

Anmeldung bis 5.6. an
seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566
→ Von wo starten Sie? Bieten oder brauchen Sie Fahrgemeinschaft?

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg

© Bild. J. Pfau



Trauer verbindet

Mittwoch, 11. Juni, 16 – 17.30 Uhr

Gemeindezentrum „St. Stephan“

Am Wilhelmshof 15 – 17, 63303 Dreieich-Sprendlingen

Über die eigene Trauer ins Gespräch zu kommen,
kann entlasten und verbinden.

Während der Schmerz durch den Verlust spürbar ist,
sind gleichzeitig Menschen da, mitfühlend, in ähnlicher Situation.

Gemeinschaft in Zeiten der Trauer
kann die Seelenkräfte stärken.

Vielleicht braucht es etwas Mut zum ersten Schritt –
um zu entdecken, wie eine Gruppe tragen kann.

Je nach Bedürfnissen der Teilnehmenden
kann ein weiter führendes Angebot entstehen, z.B.:
Weitere offene Treffen, oder ein inhaltlich gestaltetes Seminar,
ebenso gibt es Überlegungen für ein Trauercafe im Pastoralraum,
und über Sommer sind „Trauerspaziergänge“ möglich.

Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung bis 6.6. an

seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg



© Foto: J. Pfau

Pflegende Angehörige **„Das wächst mir über den Kopf“**

Montag, 16. Juni, 18 – 19.30 Uhr

Familienzentrum „Die Winkelmühle“,
An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieich – Dreieichenhain

Mit anderen Betroffenen reden können
und verstanden werden.

Erleben: ich bin nicht allein mit meiner Situation –
anderen geht es ähnlich.

Sich bewusst machen: Was ist die größte Belastung –
um Wege zu finden, damit umzugehen,
gesund zu bleiben, Lösungen zu finden.

Sie sind willkommen,
wenn Sie selbst Angehörige (oder auch Freunde) pflegen
– *für Angehörige von Demenzkranken besteht ein
spezielles Auszeit-Angebot in Dreieich* – ,
sich eine kleine Pause gönnen möchten,
um sich mit Menschen in vergleichbaren Situationen auszutauschen.

Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung bis 12.6. an
seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg,
in Kooperation mit der Regionalen Diakonie Dreieich-Rodgau