

EUROPA: DEUTSCHLAND

## EINE TRAUERREISE IN DEN WESTERWALD

- > Mit einer Trauerbegleiterin unterwegs sein
- > Gespräche in der Gruppe
- > Kleine Wanderungen
- > Weinprobe
- > Kräuterkurs und Käsereiführung
- > Führung Schloss Monrepos
- > Unterkunft in freundlichem Traditionshotel mit Sauna

Die Trauer nach dem Verlust eines Menschen ist immer individuell und unterschiedlich. Vielen Menschen fällt es jedoch schwer, sich anderen in der Trauer zuzumuten. Sie wollen nicht zur Last fallen, aber auch nicht gut drauf sein müssen. Verreisen zu können, ohne die Trauer verstecken zu müssen oder sich auch zum ersten Mal zu trauen, allein zu verreisen? Das kann gelingen.

In Begleitung der erfahrenen Trauerbegleiterin Heidi Hahnemann ermöglicht diese Reise, eine gemeinsame Auszeit zu nehmen und Perspektiven auf ein Leben mit der Trauer zu entwickeln. Trauer stellt sich auf ein mehr oder weniger intensives Auf und Ab dar. Seelischer und körperlicher Schmerz erinnern an die Wirklichkeit des Verlustes, mit dem wir uns auseinandersetzen. Dies ist anstrengend und kräftezehrend – wir brauchen Stabilisierung, Erholung, „Ablenkung“, um dann wieder in die Auseinandersetzung gehen zu können.

Ein Wechselspiel von Auf und Ab, das wir bewußt in dieser Woche im Westerwald leben wollen. Wir werden uns auf verschiedene Weisen stärken, uns und den Boden unter den Füßen spüren, und die Trauer in den Tagesablauf integrieren. Immer wieder werden Stabilisierungsübungen sowie weitere vielfältige Impulse gegeben für den Trauer-"Alltag" daheim. Dabei spielt auch Genuss eine große Rolle - lassen wir uns überraschen. Unsere Verstorbenen sind bei allem nicht immer präsent, werden aber auch nicht bewusst ausgegrenzt. So können Lebensmomente erfahrbar werden u die Chance eröffnen, sich auf Neues einzulassen.

Zum Programm gehören behutsam angeleitete Gespräche in der Gruppe (2x täglich, morgens und nachmittags bzw. abends) und Impulse.

## Rahmenprogramm

Waldbreitbach liegt im Naturpark Rhein-Westerwald mit seinen Luftkurorten, romantischen Seitentälern und einsamen Pfaden. Jeden Tag werden wir in dieser beschaulichen Gegend kleinere Wanderungen von 1-3 Stunden und Besichtigungen unternehmen und auch einige Fachfrauen besuchen, die uns mit ihren lokalen Produkten verwöhnen. Und weil auch das gemeinsame Tun herzerfrischend sein kann und auf jeden Fall neue Impulse setzt, werden wir an einem Tag bei einer ökologischen Weinlese dabei sein.

Da der Westerwald einige Täler hat, braucht es eine gute Grundkondition, um auf die schönen Höhen zu gelangen.

## Unterkunft

Das traditionsreiche und stilvolle kleinere [\\*\\*\\*Hotel zur Post](#) wird unser Standortquartier in Waldbreitbach sein. Es ist bekannt für seine vorzügliche Küche. Jedes der Zimmer hat Du/WC, Fön, Kabel-TV und W-LAN. Sauna und Dampfbad sind auch vorhanden.

## Anreise mit der Bahn

Mit der DB bis Neuwied Hbf, dann mit ÖPNV bis Waldbreitenbach.

Mit der Bahn bis Linz/Rhein. Von hier aus ist ein Shuttleservice gegen Aufpreis möglich.



## REISEDETAILS

### 1. Reisetag: 1. Tag: Individuelle Anreise nach Waldbreitbach

Die Anreise erfolgt ab 14.30 Uhr im traditionsreichen und stilvollen [\\*\\*\\*Hotel zur Post](#). Um 16 Uhr empfängt Euch die Reiseleiterin Heidi zu einem gemeinsamen Kennenlernen. Ihr schlendert zusammen durch den Ort und genießt danach das Abendessen im Hotelrestaurant.

(A)

### 2. Reisetag: 2. Tag: Schloss Monrepos und die Frauen von Gönnersdorf

Nach unserer Morgenrunde steht am späten Vormittag eine erste Wanderung auf dem Programm. Natur pur. Wir werden uns an einem schönen Ort stärken (mitgebrachte Verpflegung-s. Leistungen) Bevor wir den am frühen Nachmittag zurück am Hotel sein werden. Eine 2. Gruppenrunde wird vor dem kulinarischen Genuss beim Abendessen stattfinden.

(F/A)

### **3. Reisetag: 3. Tag: Das schöne Wiedtal und Käseverkostung**

Nach der Morgenrunde starten wir am späten Vormittag nach Burglahr zum Heinrichshof, der eigentlich Hannahof heißen müsste. Denn Hanna Westhues erwartet uns schon auf ihrem Biolandhof zur Führung durch ihre Käserei und natürlich auch zur Käseverkostung. Nach diesem genußreichen Auftakt wandern wir durch das schöne Wiedtal nach Oberlahr, um dort nach den Gaumenfreuden bei Hanna, dem Ohrenschaus eines Klangpfades nach Eichen zu folgen. Zurück im Hotel gibt es wieder die Gruppenrunde.

(F/A)

### **4. Reisetag: 4. Tag: Die Wunder des Kloster-Kräutergartens**

Nach der Morgenrunde geht es am späten Vormittag in den Kräutergraten am Kloster der Franziskanerinnen. Dort erwartet uns Klaudia Honnef, eine Gärtnerin aus Leidenschaft, die viel von ihrem Wissen über die Heilkräfte von ihrer Großmutter "geerbt" hat. Wir werden zunächst die zauberhafte Welt der Kräuter sehen, schnuppern, probieren und fühlen, bevor wir uns zur Einkehr aufmachen. Eine Wanderung von ca 1 1/2 Stunden beschließt unseren Ausflug. Wir kehren zur Gruppenrunde zurück zum Hotel und sind schon gespannt, was das Küchenteam heute gezaubert hat.

(F/A)

### **5. Reisetag: 5. Tag: Ökologisches Weingut in Leutesdorf**

Neue Impulse - auf in die Steilhänge des Mittelrhein mit hervorragenden Weinlagen und tollen Aussichten. Eine Taxifahrt bringt uns nach Leutesdorf zu dem ökologisch bewirtschafteten Weingut von Martin Sturm. Je nach Wetter- und Erntelage sind eine kurze Kellerführung sowie eine Weinprobe möglich. Außerdem werden wir die Steillagen vom Plateau anschauen und die Aussicht genießen. Wir können vor unserer Rückfahrt noch im Ort einkehren.

(F/A)

### **6. Reisetag: 6. Tag: Lebensweg Trauerwerk**

Nach einer Rundwanderung am späten Vormittag auf dem LebenswegTrauerwerk mit seinen 12 Stationen und unterschiedlichen Impulsen (6,5 km), können wir das klösterliche Ambiente auf dem Waldbreiter Klosterberg mit dem schönen Blick auf das Wiedtal genießen. Klosterladen und -garten laden zum Besuch ein.

(F/A)

## 7. Reisetag: 7. Tag: Premium-Wanderweg

Der Vormittag steht zur freien Verfügung, auch für Einzelgespräche.

Am Nachmittag werden wir vom Hotel aus starten und auf einem der Premium-Wanderwege unterwegs sein und ein letztes Mal Natur pur genießen.

(F/A)

## 8. Reisetag: 8. Tag: Abschluß und Abreise

Wir kommen noch einmal zusammen. Es ist Zeit, um sich in Ruhe zu verabschieden und am späteren Vormittag abzureisen.

Auschecken im Hotel ist bis 11 Uhr.

(F)

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
31.08.2025	06.09.2025	!	1.200 €
Reise ist auf EZ-Basis kalkuliert			

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

## LEISTUNGEN

- > Übernachtung/ Frühstück sowie HP (3-Gang Menü mit 2 Hauptgängen und einem vegetarischen Gericht zur Wahl)
- > Kaffee und Kuchen am Anreisetag
- > Begrüßungsdrink
- > Kurtax
- > Kursprogramm: Trauerarbeit (täglich 2x1 Stunde)
- > Kursraum
- > Wanderprogramm und Ausflüge wie ausgeschrieben
- > Führung im Schloss Monrepos inkl. Eintritt
- > Führung inkl. kleiner Imbiss in der Käserei
- > Führung im Kräutergarten inkl. Überraschung aus dem Backes
- > Alle Transfers während der Woche
- > zertifizierte Trauerbegleiterin

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > An- und Abreise
- > Mittagessen (Lunchpakete und belegte Brötchen können täglich im Hotel erworben werden. Im Ort gibt es Einkaufsmöglichkeiten, sodass frau sich auch selbst verpflegen kann.)
- > Getränke
- > Saunanutzung
- > Ortsübliche Kurtaxe

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 8

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.

## WEITERE INFOS

### **Reiseleiter/innen**

- > Heidi Hahnemann  
ist im Westerwald zuhause und kennt jeden Berg und jeden Pfad. Und ihre Kontakte zu interessanten Frauen fließen in all ihre Wanderprogramme ein. Und sie arbeitet seit über 20 Jahren als Bildungsbeauftragte in der Hospizarbeit und als Trauerbegleiterin. Nach etlichen Berufsausbildungen, u.a. als Sportlehrerin und Krankenschwester, findet sie in der Trauerbegleitung den für sie befriedigenden respektvollen Umgang mit Menschen in verschiedenen Lebensbereichen. Sie ist zertifiziert nach BVT (Bundesverband Trauerbegleitung und )probiert immer gerne Neues aus - Weinlese? Unbedingt! So nah an der Natur und am Genuss!- und ihre Lebensbejahung kann anstecken.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.