

## Lass die Trauer klingen

Musiktherapeutisches Angebot für trauernde Eltern und Geschwister



Das Unvorstellbare ist zu Ihrer Wirklichkeit geworden. Ihr über alles geliebtes Kind, dein Bruder, deine Schwester ist gestorben. Ihre Welt und die der ganzen Familie ist in Stücke zerrissen. Nichts ist wie es mal war ...

Ob nun Ihr Kind sehr jung, ein Teenager oder erwachsen war, der Schmerz des Verlustes und die tiefe Trauer ist kaum mit Worten zu beschreiben. Und oft liegt sie sehr tief und entzieht sich so der Heilung.

Mit meinem Workshop möchte ich Sie/euch dazu einladen, gemeinsam unsere Trauer hörbar zu machen. Wir wollen ausdrücken, wofür uns die Worte fehlen und mit verschiedenen Musikinstrumenten die schmerzhaften Gefühle der Trauer zum Klingen bringen.

Mit Hilfe der Instrumente können wir in Schwingung kommen und durch die Musik loslassen, was sich hinter unserer Schutzmauer angestaut hat. In einem geschützten Raum bietet uns die Musik so eine Chance, unsere Gefühle zu zeigen, ohne sie zu bewerten und wir können neue Zuversicht, Orientierung und Hoffnung schöpfen.

Es geht nicht darum „schöne Musik“ zu machen, sondern „individuell bedeutsame Musik“ zu gestalten. Dazu sind keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich.

- Termin:** Samstag, 23.10.2021, 10.00 bis 13.00 Uhr  
Weitere Termine: 4.12.202, jeweils samstags 10 bis 13 Uhr, Die Einzeltermine können unabhängig voneinander besucht werden.
- Ort:** Fritz-Winter-Straße 3, 80807 München
- Referentin:** Marcela Kovarik, Musikpädagogin, Musiktherapeutin, betroffene Mutter
- Kosten:** jeweils 39 € pro Person / 22 € Kinder bis 16 Jahre (vor Ort)
- Anmeldung:** über die Referentin telefonisch unter 089 3165138 oder 0170 4607922 oder per Mail: marcela.kovarik@freenet.de

*Du musstest gehen  
aus meinem Leben  
und deine Reise endet hier  
So viel hast du mir gegeben  
und dafür danke ich dir  
Auch wenn du nicht mehr da bist  
Du bleibst weiter hier  
ganz tief in meinem Herzen  
ganz tief in mir*

(Verfasser unbekannt)