

Trauerzeit



**Angebote für Trauernde
in der Region
Mönchengladbach
2015**

(Stand November 2014)

Liebe Trauernde, lieber Trauernder!

Vielleicht erhalten Sie dieses Faltblatt in einer Lebenssituation, die für Sie sehr belastend ist. Sie haben gerade einen großen Verlust erfahren durch Tod oder Krankheit.

Vielleicht ist der Verlust auch schon eine Weile her, wenn Ihnen diese Schrift in die Hände fällt, und alles um Sie herum scheint wieder zur Tagesordnung übergegangen zu sein.

Aber für Sie ist keineswegs der Alltag wieder eingekehrt.

Sie fühlen sich wie erstarrt oder aber heftigen emotionalen Schwankungen zwischen tiefer Verzweiflung, Wut, Schuld und Verlorenheit ausgesetzt.

Sie möchten erzählen von dem Unglück, das Sie getroffen hat, von Menschen, die Sie verloren haben, von Beziehungen, die auseinander gegangen sind, und von Lebensmöglichkeiten, die Ihnen nun nicht mehr offenstehen.

Sie suchen Menschen, die einfach zuhören, Ihren Schmerz ernst nehmen, an Ihren guten Erinnerungen teilnehmen und vielleicht von ihren eigenen Trauererfahrungen erzählen.

Sie möchten Trost finden in aller Untröstlichkeit und auch wieder Lebensfreude in sich spüren.

Wir möchten Ihnen Raum und Zeit für Ihre Trauer anbieten und laden Sie dazu herzlich ein.

Ihr Arbeitskreis Trauerzeit

Angebote für alle

Trauerwege

Gesprächskreis für Menschen in unterschiedlichen Trauersituationen, Haus der Regionen, Bettrather Str. 22

Wir laden ein, Wege durch die eigene Trauer zu suchen, zu gehen, auszuhalten und neue Lebensperspektiven zu entdecken.

Ort: Haus der Regionen, Bettrather Straße 22, 41061 Mönchengladbach

Termine: Oktober 2015 bis Januar 2016, 10 Abende, 18:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 20 Euro

Kath. Krankenhausseelsorge Kliniken Maria Hilf
Jürgen Schmitz, Theologe, Pädagoge u. Trauerberater, Tel. 0 21 61/ 892 - 32 18,

Email: juergen.schmitz@mariahilf.de

Christina Bettin, Gemeindereferentin, GdG

Odenkirchen, Tel. 0 21 66/ 68 08 62

Email: ch.bettin@web.de

Trauerbegleitung -

Gesprächskreis für Trauernde

dienstags (14-tägig), jeweils 18:00 - 19:30 Uhr

Ev. Kirchengemeinde MG-Rheydt, Gracht 27

Ruth Sänger, Dipl.Soz.Päd./ Supervisorin,

Tel. 0 21 61/ 54 22 25

Trauerspaziergang

,In der Trauer unterwegs‘

Der Caritasverband Region Mönchengladbach e.V. bietet in Kooperation mit dem Caritasverband für die Region Kempen-Viersen e.V. ein gemeinsames, offenes Angebot für Trauernde an. Wir möchten Sie, in der Zeit Ihrer Trauer, zum Trauerspaziergang herzlich einladen.

Treffpunkt: Konzertmuschel an der Kaiser-Friedrich-Halle, Hohenzollernstr. 15, 41061 MG

Termine: Jeden 2. Freitag im Monat von 14:00-16:00 Uhr.

Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt.
Um vorherige Anmeldung unter
Tel. 0 21 61/ 8 1020 oder Tel. 0 21 61/ 81 0271
wird gebeten. Email: trauerarbeit@caritas-mg.de

Lebenscafé

Treffpunkt für Hinterbliebene: Christina Bettin begleitet Sie mit Gesprächen, Geschichten und Anregungen. Themen sind die eigene Trauer, und neue Wege in einen anderen Alltag zu finden.

Termin: Jeden 1. Donnerstag im Monat 15:00 - 17:00 Uhr.

Bestattungen Reinders-Maassen, Burgfreiheit 120, MG-Odenkirchen, Tel. 0 21 66/ 60 14 09

Gesprächsgruppe für Hinterbliebene nach Suizid

Termine: 8 Abende donnerstags vom 22.01. bis 12.03.2015, jeweils 18:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 20 Euro

Ort: Haus der Regionen, Bettrather Str. 22, 41061 Mönchengladbach

Kath. Krankenhausseelsorge Kliniken Maria Hilf
Jürgen Schmitz, Theologe, Pädagoge u. Trauerberater, Tel. 0 21 61/ 892 - 32 18

Email: juergen.schmitz@mariahilf.de

Rudi Bruch-Reinhaus, Theologe u. Psych., Psychotherapeut, Tel. 0 21 61/ 57 24 70

Seelsorge an der Grabeskirche

St. Elisabeth, Mönchengladbach

aktuelle Angebote für Trauernde unter: <http://trauerseelsorge-elisabeth-mg.kibac.de>

Ulrike Gresse, Gemeindereferentin,

Tel. 0 21 61 / 24 89 212,

Email: u.gresse@gmx.de

„Cafe Elisabeth“

Offenes, monatliches Treffen für Trauernde. Neben dem Austausch bei Kaffee/Tee und Kuchen

steht die Information über Angebote für Trauernde in der Region Mönchengladbach und die Möglichkeit im Vordergrund, für die eigenen Freizeitinteressen andere Interessierte zu finden.

Das Angebot wird begleitet von Ulrike Gresse, Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth, Tel. 02161/ 24 89 212

Ort: Pfarrheim St. Elisabeth, Bökelstr. 178, 41063 Mönchengladbach

Termine: Jeden 1. Samstag im Monat (Ausnahme Juli 2015) jeweils von 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr.

Einzelbegleitung von Trauernden

Eingeladen sind Menschen, die sich eine persönliche Begleitung auf dem Trauerweg wünschen. Nach Absprache werden Termine vereinbart, Themen der Begleitung miteinander geklärt und die Dauer der Begleitung festgelegt. U.U. wird an Trauergruppen, Therapeuten/Therapeutinnen weiter verwiesen.

Ort: Büro der Trauerseelsorge, Pfarrheim St. Elisabeth, Bökelstr. 178, 41063 MG

Ulrike Gresse, Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth, Tel. 02161/ 24 89 212

Email: u.gresse@gmx.de

Haltestelle für Trauernde

Offene Gesprächsgruppe, in der sich Trauernde austauschen und sich gegenseitig stärken können.

Ort: Pfarrheim St. Elisabeth, Bökelstr. 178, 41063 Mönchengladbach

Termine: Jeweils am 2. Mittwoch im Monat, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr (bitte wegen möglicher Terminverschiebung kurz anrufen), Hildegard Bruß (Trauerbegleiterin), Ulrike Gresse, Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth, Tel. 02161/ 24 89 212
Email: u.gresse@gmx.de

Aus-Zeit für Trauernde

In der wohltuenden Umgebung eines kleinen Klosters hat das Trauern zwar einen Raum, aber es bleibt auch Zeit, einmal Luft zu holen, sich bei einem Spaziergang zu erholen, mit anderen kreativ zu sein und einen neuen Blick auf den Lebensweg zu wagen.

Ort: Haus Alverno, Mechernich

Termin: 17. Juli, 9:00 Uhr bis 19. Juli 2015, 17:00 Uhr

Kosten: Ca. 150 Euro (Ermäßigung auf Anfrage möglich!)

Ulrike Gresse, Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth, Tel. 0 21 61/ 24 89 212

Email: u.gresse@gmx.de

Weihnachtsgottesdienst für Trauernde

An den Feiertagen wird der Verlust eines Menschen sicher besonders schmerzlich spürbar. Wie können wir ohne den Partner/die Partnerin, ohne Vater/Mutter ohne die Freundin/den Freund wieder das Fest Weihnachten feiern? Gibt es neue Rituale, die uns dabei unterstützen, der „Frohen Botschaft vom Licht in der Dunkelheit“ zu trauern?

Ort: Grabeskirche St. Elisabeth, Bergstr. 65, 41063 Mönchengladbach

Termin: 26. Dezember 2015, 17:00 Uhr

Ulrike Gresse, Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth, Tel. 02161/ 24 89 212

Email: u.gresse@gmx.de

Seelsorge an der

**Grabeskirche St. Matthias Günhoven,
Mönchengladbach**

Offener Gesprächskreis für Trauernde

In einem geschützten Rahmen können trauernde Menschen über die Themen, die sie bewegen und berühren ins Gespräch kommen. Biblische und geistliche Impulse ergänzen den

Gesprächsaustausch.

Termin: Einmal im Monat mittwochnachmittags von 16:30 -18:00 Uhr, 21.1 / 18.2. / 11.3./ 15.4. / 13.5. / 17.6.2015 (Termine im 2. Halbjahr nach Absprache)

Günhovener Str. 95a, 41179 Mönchengladbach, (ehemaliges Pfarrhaus neben der Grabeskirche St. Matthias, Günhoven), Leitung: Evelyn Hinz

Weitere aktuelle Angebote für Trauernde unter:

www.grabeskirche-st-matthias.de

Evelyn Hinz, Gemeindereferentin und Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Matthias Günhoven,

Tel. 0 21 61 / 58 03 57 oder 90 72 016

Email: hinz@sankt-helena.de

Angebote für Kinder und Jugendliche

Kinder trauern!

Sterben, Leid und Tod gehören zum Erleben von Kindern. Eine Hilfe, ihren Trauerprozess zu bewältigen, bietet die durch erfahrene Fachkräfte angeleitete Trauergruppe für Kinder im Alter von 6-12 Jahren. Ein Vorgespräch ist erforderlich. Termine: Es finden 10 Treffen statt: dienstags von 16:15 - 18:45 Uhr.

Waltraud Aengenvoort und Christiane zur Nieden, Sozialpädagoginnen/Trauerberaterinnen
Nähere Informationen zum Angebot:

Deutsches Rotes Kreuz, Conny Wolff,

Tel. 0 21 61/ 30 45 661,

Email: c.wolff@homecare.lnr.de

Waltraud Aengenvoort, Tel. 021 62/ 48 38 01-432, Email: w-aengenvoort@online.de

Beratung für Einrichtungen

(Kindertagesstätten/ Schulen)

Einrichtungen, die durch den Tod eines Kindes, eines Elternteils oder eines Mitarbeitenden betroffen sind.

Deutsches Rotes Kreuz, Conny Wolff
Tel. 0 21 61/ 30 45 661,
Email: c.wolff(@homecare.lnr.de
Waltraud Aengenvoort, Tel. 021 62/ 48 38 01-
432, Email: w-aengenvoort@online.de

Kinder-Trauer-Koffer: „Trostpflaster“

„Trostpflaster“ bietet die Möglichkeit, mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter über die Themen Leiden und Sterben, Tod, Trauer, Glauben, ... ins Gespräch zu kommen. Kinderbücher, Filme, Musik, Bilder von Friedhöfen, Grabstätten, vorbereitete Unterrichtseinheiten ... geben Eltern, Erzieher/innen und Lehrer/innen in Kindergärten und Grundschulen Ideen, die Themen aufzugreifen. Für die schnelle Hilfe gibt es die kleine Version „**Trostpflästerchen**“.

Beide sind kostenlos zu entleihen bei:

Kath. Krankenhausseelsorge Kliniken Maria Hilf,
Jürgen Schmitz, Theologe, Pädagoge u. Trauerberater, Tel. 0 21 61/ 892 - 32 18,
Email: juergen.schmitz@mariahilf.de

Trauer(n) - Du bist nicht allein

Trauernde Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren sind eingeladen, in einer begleiteten Gruppe in Kontakt zu kommen, Zeit miteinander zu verbringen und zu gestalten.

Waltraud Aengenvoort und Christiane zur Nieden, Sozialpädagoginnen/Trauerberaterinnen
Nähere Informationen zum Angebot:

Deutsches Rotes Kreuz, Conny Wolff,
Tel. 0 21 61/ 30 45 661,
Email: c.wolff@homecare.lnr.de
Waltraud Aengenvoort, Tel. 021 62/ 48 38 01-
432, Email: w-aengenvoort@online.de

First-Aid-Kit - Medientasche für Jugendliche zum Thema Sterben, Tod, Trauer: Romane, Texte, Bilder, kreative Ansätze, Filme, Musikvorschläge, Adressen und Links. Kostenlos zu ent-

leihen.

Kath. Krankenhausseelsorge Kliniken Maria Hilf,
Jürgen Schmitz, Theologe, Pädagoge u. Trauer-
berater, Tel. 0 21 61/ 892 - 32 18,
Email: juergen.schmitz@mariahilf.de

Internetadressen mit betreutem Chat:

- www.doch-etwas-bleibt.de
- www.allesistanders.de

Angebote für verwaiste Eltern

„Schmetterlingskinder“

Trauergruppe für Eltern, deren Kind früh
(während der Schwangerschaft, Geburt oder
kurz danach) gestorben ist.

Bei Bedarf auch Einzelgespräche möglich.

Treffen jeweils am letzten Mittwoch jeden
Monats, 19:30 - 21:30 Uhr

Ort: in den Räumen des Dt. Parität. Wohlfahrts-
verbandes, Friedhofstr. 39, 41236 MG-Rheydt.

Initiative Schmetterling Neuss e.V.,
www.schmetterling-neuss.de

Klaudia Schneider-Schell, Dipl.-Soz.Päd., He-
bamme, Familien-(DGSF) und Psychotherapeu-
tin (HPG), Tel. 0 21 61/ 835 835 (AB) oder
0700/ 35 10 35 10

Trauerbegleitung nach dem Tod eines Kindes

Einzeln oder in der Gruppe (in Mönchenglad-
bach und in Neuss) unabhängig vom Alter des
Kindes und der Todesursache

Initiative Schmetterling Neuss e.V.,
www.schmetterling-neuss.de

Tel. 0700/ 35 10 35 10

Gesprächskreis für trauernde Väter

in Neuss - bitte anfragen bei: Initiative Schmet-
terling Neuss e.V., www.schmetterling-neuss.de
Tel. 0700/ 35 10 35 10

Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.

Selbsthilfegruppe für Eltern nach dem Tod eines Kindes oder eines jungen Erwachsenen - Treffen: jeden 3. Mittwoch im Monat

Gracht 27, MG-Rheydt, 19:30 - 21:30 Uhr

Helene Langen, Tel. 0 21 61/ 60 15 18

Email: helene-langen@web.de

Andrea Heck, Tel. 0 21 66/ 24 86 84

Email: juergen-andrea@arcor.de

Internetadresse:

<http://verwaiste-eltern-mg.jimdo.com/>

Gedenkfeier für verstorbene Kinder und ihre Familien

Sonntag, 22. November 2015, 15:00 Uhr, Kapelle des Elisabeth-Krankenhauses, Hubertusstr.

100, 41239 MG-Rheydt

Verantwortlich sind Mitarbeiter/innen der Kinderintensivstation, der Geburtsabteilung und die Ev. und Kath. Krankenhausseelsorge

Peter und Ulrike Brischke, Tel. 0 21 66 /13 81 34

Jutta Jackels, Tel. 0 21 66/ 394 - 26 05

Beratungsdienste

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Familien-, Lebens-, und Glaubensfragen

Bettrather Str. 26, 41061 Mönchengladbach

Tel. 0 21 61/ 89 87 88

www.beratungszentrum-moenchengladbach.de

Evangelische Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen/ Schwangerschaftskonfliktberatung

Diakonisches Werk Mönchengladbach

Hauptstr. 200, 41236 Mönchengladbach

Tel. 0 21 66/ 61 59 - 21

Erziehungsberatungsstelle der Arbeiterwohlfahrt

Brandenberger Str. 7, 41065 Mönchengladbach,

Tel. 0 21 61/ 81 99 51

Informationsstelle für Selbsthilfe

Kontaktvermittlung zu Selbsthilfegruppen und
Hilfe bei Gründung von Selbsthilfegruppen: Pari-
tätischer Wohlfahrtsverband, Friedhofstr. 39,
41236 Mönchengladbach
Georg Meurer, Tel. 0 21 66/ 92 39 30

Gesprächspartner/innen rund um die Uhr

Wenn Sie sich etwas von der Seele reden wol-
len, wenn Sie sich in Ihrer Trauer ganz alleine
fühlen, ist die **Telefonseelsorge** jederzeit unter
der kostenfreien Rufnummer erreichbar:

0800 - 111 0 111 oder 0800 -111 0 222

Jugendtelefon

In Notsituationen oder wenn Du Dir etwas von
der Seele reden möchtest, ist das Jugendtelefon
Montag, Mittwoch und Freitag unter dieser kos-
tenfreien Rufnummer erreichbar:

0800 -111 0 444

Weitere Informationen

für trauernde Menschen auch über die Stadtgrenze Mönchengladbach hinaus finden Sie im Internet:

www.trauerbegleitung-im-bistum-aachen.de

Zusätzlich zu allen aufgeführten Angeboten sind zur Überbrückung auch Einzelgespräche möglich. Bitte wenden Sie sich an die jeweils angegebenen Kontaktpersonen.

Sie können uns unterstützen!

Bankverbindung:

Pfarre St. Vitus, Trauerpastoral,
Konto 3617966, BLZ 310 50 000,
IBAN: 893105 0000 0003 617966
BIC : MGLSD33
Stadtsparkasse Mönchengladbach
VWZ: Flyer Trauerzeit

Herausgeber: Arbeitskreis „Trauerzeit“

Ulrike Gresse, Gemeindereferentin

Tel. 0 21 61 / 24 89 212

Email: ulrike.gresse@pfarre-sankt-vitus.de

Peter Brischke, Pfarrer

Tel. 0 21 66 /13 81 34

Email: peter.brischke@lvr.de

**Vervielfältigen und Weitergeben
erwünscht!**