

Du hast ein Recht auf deine Trauer

Du darfst dich deinen Verlusten widmen,
musst nicht verdrängen was dich beschwert.
Du hast ein Recht, das abzutauern,
was dich so tief enttäuscht hat
und was du nicht ändern kannst.

Du hast ein Recht auf deine Tränen,
auf dein Schweigen
auf deine Ratlosigkeit,
auf deine innere und äußere Abwesenheit.
Du musst nicht den Glücklichen spielen,
nicht über den Dingen stehen.

Vielleicht macht dich nichts so
menschlich wie deine Trauer.
Über sie kann ein Trauernder
sich dir nähern
und auf Verständnis hoffen.
Trauern zu können ist eine Gabe.
Lass dir das Recht auf deine Trauer nicht nehmen.

Ulrich Schaffer

Inhalt

Trauercafé „Am Roten Läppchen“	3
Trauergruppen	5
<i>Trauergruppe für Kinder- und Jugendliche</i>	5
Trauergruppen	6
<i>Trauergruppe für Erwachsene</i>	6
Trauerseminare	7
<i>Der Weg zum Licht Freie bildnerische Gestaltung (Malen) als Ausdruck der Trauer</i>	7
<i>Fühlen in Stein Freie Gestaltung in Speckstein</i>	7
Trauerseminare	8
<i>Wandern mit Trauernden</i>	8
Trauerseminare	9
<i>In Gedanken bei dir Grabschmuckbasteln</i>	9
Kontakt	10
<i>Unser Team</i>	10
<i>Weitere Informationen über uns</i>	10



Sie haben einen lieben Menschen verloren

Sie suchen nach Antworten, Hilfen oder guten Gesprächen? Bei uns „Am Roten Läppchen“ finden Sie Angebote für Trauernde, unabhängig von Religion oder Nationalität.

Alle Veranstaltungen finden in den Räumen des Ambulanten Hospizdienstes Hamm im Fachwerkhaus, Dolberger Str. 53, 59073 Hamm statt.

Wenn Sie eine Trauerbegleitung im Einzelgespräch (vgl. auch Seite 4) wünschen, nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf.

Wir vom „Roten Läppchen“ freuen uns auf Sie.

Trauercafé „Am Roten Läppchen“



Im Trauercafé können Sie mit anderen Trauernden zusammen die Trauer erleben und nach Hoffnungswegen suchen. Der Verlust sollte etwa acht Wochen zurück liegen. Das Trauercafé wird von einer Gruppe Ehrenamtlicher sowie von Mitarbeitern des Stationären Hospizes begleitet.

Das Angebot richtet sich an **alle** Trauernden, unabhängig von ihrer Religion oder Nationalität. Alle Teilnehmer verpflichten sich zur Verschwiegenheit. Die Teilnahme ist unverbindlich und eine Anmeldung nicht erforderlich.

Das Trauercafé findet jeden ersten Mittwoch und dritten Donnerstag im Monat von jeweils 16.00 bis 18.00 Uhr statt.

Termine 2012

Mittwoch	Donnerstag
04.01.	19.01.
01.02.	16.02.
07.03.	15.03.
04.04.	19.04.
02.05.	entfällt
06.06.	21.06.
04.07.	19.07.
01.08.	16.08.
05.09.	20.09.
entfällt	18.10.
07.11.	15.11.
05.12.	20.12.

Einzeltrauergespräche



Wenn es dunkel ist in mir

Manchmal genügen wenige Gespräche mit einer erfahrenen Trauerbegleiterin, um irritierende Erfahrungen in der Trauer besser verstehen zu können. Einzelgespräche helfen auch, für sich zu klären, was die richtige und notwendige Unterstützung ist.

Wenn der Tod Ihres Angehörigen unter besonders schwierigen oder gar traumatischen Bedingungen stattgefunden hat, gilt es gut abzuklären, ob eine langfristige therapeutische Begleitung angeraten ist.

Ein solche Klärung und Orientierung geschieht in der Einzelberatung. Diese ersetzt jedoch keine therapeutische Begleitung!

Wenn Sie eine Trauerbegleitung in Einzelgespräche wünschen, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:

Ambulanter Hospizdienst Hamm
Tel. 02381 304400

Trauergruppen

Trauergruppe für Kinder- und Jugendliche

Kinder trauern anders als Erwachsene, sie leben in einer gefühlsbetonten, ganzheitlichen Welt.

Jedes Kind trauert auf seine Weise, einige ziehen sich zurück, andere sind albern oder aggressiv und manche benehmen sich als wäre nichts geschehen, sie wollen ihre Eltern schützen.

Die Kindertrauergruppe bietet Kindern die Möglichkeit, ihre Trauer und Gefühle auszudrücken und dies mit anderen betroffenen Kindern zu erleben.

Vor Beginn der Gruppentreffen wird ein Vorgespräch mit einem Elternteil bzw. einer Bezugsperson und der Gruppenleitung vereinbart.

Elterncafé

Parallel zu jedem Kurstreffen ist das Elterncafé geöffnet. Hier bieten wir den jeweiligen Eltern bzw. Bezugspersonen der Kinder aktuelle Informationen zum laufenden Kursgeschehen an. Hier können sie Fragen stellen und Erfahrungen mit ebenfalls Betroffenen austauschen.

Weitere Informationen erhalten Sie an unserem Elternabend am 16.01.2012 um 19.00 Uhr.

Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Läppchen"
Termine:	Montags 16.00 – 18.00 Uhr 13.02. / 20.02. / 05.03. / 19.03. / 16.04./ 30.04. / 14.05./ 04.06. / 18.06./ 25.06.12 Abschlusstreffen mit Grillen
Leitung:	Sylvie Blätgen, Gabriele Boriesos- diek, Ina Kasten-Kisling, Martina Pannekoike
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 30 44 00
Anmeldeschluss:	
Kosten:	80,00 € (Kind je Begleitperson) inkl. Seminar, Mittagsimbiss, Getränke und Materialkosten

Trauergruppen



Trauergruppe für Erwachsene

Trauern ist Abschiednehmen. Der Schmerz der Trauer bestimmt das Denken und Handeln. Die Trauer gehört zum Leben. Sie braucht Zeit und Raum, um sich entfalten zu können.

Die Zeit der Trauer gemeinsam erleben, den Weg der Trauer gemeinsam gehen, einander tragen und stützen, damit die Lebenskraft wieder wachsen kann, dazu lädt die Trauergruppe für Erwachsene ein.

Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Läppchen"
Termin:	Dienstags von 19.00 – 21.00 Uhr 06.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11./ 04.12. / 11.12. / 18.12.12 08.01. / 15.01.13 05.02.13 Abschluss mit Abendessen
Leitung:	Gabriele Boriesosdiek, Beate Drolshagen
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 5 44 73 0
Anmeldeschluss:	29.10.2012
Kosten:	80,00 € inkl. Seminar, Getränke und Materialkosten

Trauerseminare



Der Weg zum Licht Freie bildnerische Gestaltung (Malen) als Ausdruck der Trauer

Trauernde können ein Bild auf Leinwand / Aquarellpapier mit Acryl- oder Aquarellfarben frei und individuell gestalten. Es sind keinerlei künstlerische Vorkenntnisse oder besondere Begabungen erforderlich – haben Sie Mut und trauen Sie sich!

Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Lämpchen"
Termin:	Samstag, 17.03.12 09.00 – 17.00 Uhr
Leitung:	Beate Drolshagen Hans-Günter Behnke, Künstler
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 30 44 00
Anmeldeschluss:	09.03.2012
Kosten:	50,00 € inkl. Seminar, Mittagsimbiss, Getränke und Materialkosten

Fühlen in Stein Freie Gestaltung in Speckstein

Die Gefühle, die Trauernde in ihrer Trauer erleben, sind vielschichtig. Im Rahmen dieses Seminars haben die Trauernden die Möglichkeit, Gefühlen wie Liebe und Dankbarkeit, aber auch Wut und Einsamkeit eine Form – einen Ausdruck in Stein zu geben.

Trauerseminare



Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Läppchen"
Termin:	Samstag, 23.06.12 09.00 – 18.00 Uhr
Leitung:	Beate Drolshagen Dorothee Weber, Künstlerin
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 30 44 00
Anmeldeschluss:	15.06.2012
Kosten:	50,00 € inkl. Seminar, Mittagsimbiss, Getränke und Materialkosten

Wandern mit Trauernden

Beim Trauern neue Wege gehen. Entdecken, dass auch Umwege Sinn machen können. Die Natur mit allen Sinnen erfahren. Gleichgesinnte treffen, einen schönen Tag miteinander erleben.

Wir möchten Trauernde einladen, mit uns spazieren zu gehen, zu „wandern“ in heimischer Umgebung. Treffpunkt ist das Fachwerkhaus „Am Roten Läppchen“, von dort aus werden wir gemeinsam los laufen. Zwei ausgebildete Trauerbegleiterinnen werden mitwandern.

Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Läppchen"
Termin:	Samstag, 22.09.12 14.00 – 18.00 Uhr
Leitung:	Sylvie Blätgen, Ina Kasten-Kisling
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 30 44 00
Anmeldeschluss:	12.09.2012
Kosten:	keine

Trauerseminare



In Gedanken bei dir Grabschmuckbasteln

Dieses Seminar richtet sich an alle Hinterbliebenen, die ein ganz persönliches Geschenk zu Allerheiligen unter Anleitung einer Floristin anfertigen möchten.

Ort:	Fachwerkhaus "Am Roten Lämpchen"
Termin:	Montag, 29.10.12 19.00 – 21.00 Uhr
Leitung:	Sylvie Blätgen, Ina Kasten-Kisling Frau Franzmann, Floristin
Anmeldung:	Tel. 0 23 81 / 30 44 00
Anmeldeschluss:	22.10.2012
Kosten:	20,00 € inkl. Seminar, Getränke und Materialkosten

Kontakt



Unser Team

- **Sylvie Blätgen**
Trauerbegleiterin
Kordinatorin
Ambulanter Hospizdienst Hamm
Tel. 02381 – 30 44 00
Mail: Amb.Hospizdienst@hospiz-hamm.de
- **Gabriele Boriesosdiek**
Krankenschwester
Stationäres Hospiz „Am Roten Läppchen“
Tel. 02381 – 5 44 73 0
Mail: gaborie@web.de
- **Beate Drolshagen**
Trauerbegleiterin
Krankenschwester
Stationäres Hospiz „Am Roten Läppchen“
Tel. 02381 – 5 44 73 0
Mail: beate-drolshagen@gmx.de
- **Ina Kasten-Kisling**
Trauerbegleiterin
Kordinatorin
Ambulanter Hospizdienst Hamm
Tel. 02381 – 30 44 00
Mail: Amb.Hospizdienst@hospiz-hamm.de

Weitere Informationen über uns

www.hospiz-hamm.de

Spendenkonto 130 377
Sparkasse Hamm (BLZ 410 500 95)