

**Wenn etwas uns  
fortgenommen wird,  
womit wir tief und wunderbar  
zusammenhängen,  
so ist viel von uns selber mit  
fortgenommen.**

**Gott aber will,  
daß wir uns wiederfinden,  
reicher um alles Verlorene  
und vermehrt  
um jeden unendlichen  
Schmerz.**

**R.M. Rilke**

Der Tod eines nahen Menschen löst  
bei denen, die zurückbleiben, fast  
immer eine tiefe seelische Krise aus.  
Diese Krise nennen wir Trauer.  
Mit ihr leben zu lernen, kostet Kraft.

Wir wollen Sie in Ihrer Trauerarbeit  
ermutigen und begleiten.

Sprechen Sie uns gerne an!

Christiane Bossel-Schwenck,  
Trauerbegleiterin, Bundesverband  
Trauerbegleitung ( BVT) e.V.

Maren Gottsmann, Pastorin

Ev. Kirchengemeinde Niendorf  
gottsmann@kirche-in-niendorf.de  
040/ 32 09 18 68

[www.kirche-in-niendorf](http://www.kirche-in-niendorf)

# Café für Trauernde

Mit dem Tod  
der anderen leben lernen



Termine 2020

## Plötzlich ist alles ganz anders

Der Tod eines geliebten Menschen stellt alle, die davon betroffen sind, vor enorme Herausforderungen.

Das Café für Trauernde ist ein Ort, an dem sich Menschen in solchen Lebenssituationen austauschen können und sich auf dem Weg in ihrer Trauer gegenseitig stärken.

Nach einem offenen Beginn bei Kaffee, Tee und Kuchen stehen in einem angeleiteten Gespräch Ihre Erfahrungen und verschiedene Aspekte von Trauer im Mittelpunkt. Bilder, Texte und andere gestalterische Elemente können uns dabei unterstützen. Bringen Sie gerne mit, was Ihnen gut tut.

Literatur zum Thema kann über einen Büchertisch ausgeliehen werden.

Wir freuen uns, wenn Sie kommen.

## Offene Trauergruppe 2020

Für Menschen, die um Angehörige, um Freunde, Freundinnen trauern

- Jeweils am ersten Samstag im Monat von 10 Uhr - 12 Uhr, Alte Schule, Tibarg 34  
4.1.; 1.2.; 7.3.; 4.4.; 2.5.; .6.;  
4.7.; 1.8.; 5.9.; 3.10.; 7.11.; 5.12.;
- Geleitete Gruppenvormittage

## Yoga für Trauernde

Ein Angebot von „Yoga für alle e.V.“ für Teilnehmende der Trauergruppe

- 14täglich
- Gegen Spende

**Ort: Alte Schule, Tibarg 34**



## Memento

Vor meinem eignen Tod  
ist mir nicht bang,  
nur vor dem Tode derer,  
die mir nah sind.  
Wie soll ich leben,  
wenn sie nicht mehr da sind?

Allein im Nebel tast ich todentlang  
und lass mich willig  
in das Dunkel treiben.  
Das Gehen schmerzt nicht halb so  
wie das Bleiben.

Der weiß es wohl,  
dem gleiches widerfuhr.  
Und die es trugen,  
mögen mir vergeben.  
Bedenkt:  
den eignen Tod, den stirbt man nur,  
doch mit dem Tod der andern  
muss man leben.

Mascha Kaléko