



TRAUER

NETZWERK HAMM

Du bist nicht allein ...

Der Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,

die mir jetzt nicht ausweichen.
Dankbar bin ich für jeden,
der mir einmal zulächelt
und mir seine Hand reicht,
wenn ich mich verlassen fühle.

Gesegnet seien die,
die mich immer noch besuchen,
obwohl sie Angst haben,
etwas Falsches zu sagen.

Gesegnet seien alle,
die mir erlauben
von dem Verstorbenen zu sprechen.
Ich möchte meine Erinnerungen
nicht totschrveigen.
Ich suche Menschen,
denen ich mitteilen kann,
was mich bewegt.

Gesegnet seien alle,
die mir zuhören,
auch wenn das,
was ich zu sagen habe,
sehr schwer zu ertragen ist.

Gesegnet seien alle,
die mich nicht ändern wollen,
sondern geduldig so annehmen,
wie ich jetzt bin.

Gesegnet seien alle,
die mich trösten
und mir zusichern,
dass Gott mich nicht verlassen hat .

SIE TRAUERN

um einen lieben Menschen und fühlen, dass seit seinem Tod nichts mehr ist wie es einst war. Obwohl das Leben um Sie herum weitergeht, ist für Sie doch alles anders. Sie suchen nach Antworten, Hilfen oder guten Gesprächen.

In Hamm gibt es vielfältige Angebote, die für trauernde Menschen entwickelt wurden. Das TRAUERNETZWERK HAMM fasst mit dieser Broschüre einen Großteil der örtlichen Möglichkeiten (Gruppen- und Einzelangebote) zusammen.

Bei Gruppenveranstaltungen können Sie, geleitet jeweils durch ausgebildete Trauerbegleiterinnen und -begleiter, mit anderen trauernden Menschen in Kontakt kommen. In den Einzelangeboten treffen Sie sich im vereinbarten Rhythmus zu Gesprächen unter vier Augen mit einer Trauerbegleiterin, einem Trauerbegleiter.

Bei allen Angeboten geht es darum, Sie in Ihrer individuellen Trauersituation zu begleiten, einen Austausch mit anderen Betroffenen zu ermöglichen und Ihnen Hoffnungswege aufzuzeigen. Denn Sie sind nicht allein! Auch wenn es nicht mehr so sein wird, wie es einst war.

Die aktuellen Termine zu den in diesem Heft aufgeführten Angeboten finden Sie entweder auf den jeweiligen Webpräsenzen der Netzwerkpartner, in der Tagespresse bzw. auf telefonische Nachfrage oder per Mail.

Alle Ansprechpartner*innen mit den Kontaktdaten finden Sie auf den letzten Seiten.

**TRAUER
NETZWERK HAMM**

INHALT

AMBULANTER HOSPIZ- UND PALLIATIV- BERATUNGSDIENST HAMM

Angebote für trauernde Erwachsene

- Einzeltrauergespräche 5
- Trauercafé „Am Roten Läppchen“ 6
- Trauergruppe 7
- Kleine Wanderungen mit Trauernden 8
- Yoga für Trauernde 9
- Grabschmuck anfertigen 10

Angebote für trauernde Kinder und Jugendliche

- Gespräche mit Kindern und Jugendlichen 11
- Beratung von Eltern- und Angehörigen 12
- Kindertrauergruppe „Hopi-Kids“ 13
- Workshop für trauernde Jugendliche 14
- Beratung in Schulen, Kindertagesstätten 15

KATHOLISCHE KIRCHE - PASTORALER RAUM HAMM

- Gottesdienst - Raum für Trauer 16
- Einzeltrauergespräche „Das Leben ist Veränderung“ 17
- Offener Treff „Lebens-Bar“ 18
- Trauerkurs „Ein Weg durch das Trauerlabyrinth“ 19

EVANGELISCHER KIRCHENKREIS HAMM

- Begleitung auf den Trauerwegen 20
- Ökumenische Trauerfeiern für Sternenkinder „Ein Hauch von Leben“ 21

INHALT

CARITAS HAMM

- Trauerkurs Trauer bei Demenz „Abschied auf Raten“ 22
- Einzelberatung „Der Trauer begegnen“ 23
- Angebote für Firmen, Teams, Führungskräfte „Trauer im Berufsalltag“ 24

BESTATTUNGSHÄUSER

- Frühstück für Trauernde - Ein offenes Gesprächsangebot 25
- Gemeinsam statt einsam - Stammtisch für Witwen und Witwer unter 67 Jahren 26
- Nettebrocks Sternstunden 27

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE

- „Du bist nicht allein“ - Hilfe bei der Gründung von Trauergruppen 28
- Trauergruppe Bockum-Hövel 28

TRAUERNETZWERK HAMM

- Ansprechpartner*innen 29-32

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Einzeltrauergespräche

Der Tod ordnet die Welt neu. Scheinbar hat sich nichts verändert. Und doch ist alles anders geworden.

Antoine de Saint-Exupéry

Wir alle wissen, dass Sterben zum Leben gehört und dennoch trifft uns der Tod eines Menschen oft völlig unvorbereitet. Wenn ein vertrauter Mensch gestorben ist, verändert sich das Leben schlagartig. Menschen in Trauer kennen sich oft selbst nicht mehr und sind sehr verunsichert.

Das Umfeld erwartet zudem, dass man schnell wieder funktioniert. Trauernde fühlen sich vielfach nicht gesehen oder missverstanden.

Die Trauer erfasst den ganzen Menschen. Es geht darum, sich in der veränderten Welt zurechtzufinden und den ganz individuellen Weg durch die Trauer zu beschreiten. Das ist schwer, und immer wieder muss man neu hinschauen, was guttut und was nicht.

Es kann hilfreich sein, immer wieder über das Erlebte und die eigenen Gefühle sprechen zu können.

Wenn Sie eine Trauerbegleitung in Einzelgesprächen wünschen, nehmen Sie gerne Kontakt auf.

Ansprechpartnerinnen:

Ina Kasten-Kisling, Sylvie Blätgen,
Gabriele Gauch, Judith Schwieters,
Koordinatorinnen und Trauerbegleiterinnen

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Trauercafé „Am Roten Läppchen“

Das Trauercafé ist ein offener Treff, in dem Sie mit anderen Trauernden zusammen die Trauer erleben und nach Hoffnungswegen suchen können. Der Verlust sollte etwa acht Wochen zurückliegen.

Das Trauercafé wird von einer Gruppe haupt- und ehrenamtlicher Trauerbegleiter*Innen angeboten. Es richtet sich an alle Trauernden, unabhängig von ihrer Religion oder Nationalität. Es spielt keine Rolle, wo der Mensch, um den Sie trauern, gestorben ist (ein Aufenthalt in Stationären Hospiz „Am Roten Läppchen“ oder eine Begleitung durch den Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienst sind keine Voraussetzung).

Trauercafé-TeilnehmerInnen verpflichten sich zur Verschwiegenheit. Die Teilnahme ist kostenlos und eine Anmeldung **UNBEDINGT** erforderlich. Um eine Spende wird gebeten.

Das Trauercafé findet jeden ersten Mittwoch und dritten Donnerstag im Monat von jeweils 16.00 bis 18.00 Uhr im Gruppenraum des Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes Hamm (Neubau) statt.

Weitere Informationen sowie aktuelle Termine erhalten Sie in Faltblatt Trauercafé

Ansprechpartnerinnen:

Beate Drolshagen und Christine Böttcher

Anmeldung:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Trauergruppe

Der Trauer einen Platz im Leben geben

Trauern ist Abschiednehmen und der Schmerz bestimmt oftmals das Denken und Handeln. Doch die Trauer gehört zu unserem Leben und sie braucht oftmals Zeit und Raum, um sich entfalten zu können, damit der Mensch mit ihr leben lernt und die Lebenskraft zurückkehren kann.

Diese Trauergruppe lädt dazu ein, die Zeit der Trauer gemeinsam zu erleben und den Weg der Trauer miteinander zu gehen. Wir wollen einander tragen und stützen, damit das Leben wieder Raum in uns einnehmen kann.

Ansprechpartnerinnen:

Ina Kasten-Kisling, Sylvie Blätgen,
Gabriele Gauch, Judith Schwieters,
Koordinatorinnen und Trauerbegleiterinnen

Details:

jährlich ein Kurs über 10 Abendeinheiten, 8 bis 10 Teilnehmer*innen

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Trauer in Bewegung

Kleine Wanderungen mit Trauernden

Beim Trauern wollen wir mit Ihnen neue Wege gehen und dabei entdecken, dass auch Umwege Sinn machen können. Die Natur mit allen Sinnen zu erfahren, Gleichgesinnte zu treffen und einen schönen Nachmittag miteinander zu erleben, ist unser Anliegen.

Wir möchten Sie einladen, mit uns in heimischer Umgebung eher spazieren zu gehen als zu „wandern“. Treffpunkt ist der Parkplatz der Waldbühne Heessen. Von dort aus startet die Gruppe gemeinsam mit zwei ausgebildeten Trauerbegleiterinnen. Ratsam ist festes Schuhwerk und ggf. Regenkleidung. Die Strecke beträgt ca. 4-5 km und sollte im Spazierschritt zurückgelegt werden können.

Ansprechpartnerinnen:

Ina Kasten-Kisling, Sylvie Blätgen,
Gabriele Gauch, Judith Schwieters,
Koordinatorinnen und Trauerbegleiterinnen

Treffpunkt:

Parkplatz an der Waldbühne Heessen

Details:

Frühling / Herbst eines Jahres, 4 bis 8 Teilnehmer*innen

Kosten:

20 € inkl. Pausenverpflegung

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Trauer in Bewegung

Yoga für Trauernde

Yoga zentriert, bewegt den Körper und dabei kommen auch nicht gelebte Emotionen behutsam in Bewegung. Die achtsame Verbindung von Atmung und Bewegung, die Balance von Anspannung und Entspannung bringen Körper, Geist und Seele wieder in eine Einheit (Yoga = Einheit).

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bringen Sie ein kleines Kopfkissen, eine Decke und eine Matte mit. Bequeme Kleidung ist ratsam.

Ansprechpartnerin:

Claudia Jäschke, Yoga-Lehrerin

Details:

Einmal wöchentlich 19.00 – 20.00 Uhr, 10 Termine,
6 - 8 Teilnehmer*innen

Kosten/Anmeldung:

80 Euro, 10 Abende je 60 Minuten

Claudia Jäschke, Tel. 02381 944 343

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE ERWACHSENE

Trauer gestalten

Grabschmuck anfertigen

Dieses Seminar richtet sich an Hinterbliebene, die anlässlich der stillen Feiertage im November wie Allerheiligen oder Totensonntag einen persönlichen Blumenschmuck für ein Grab anfertigen wollen.

Unter Anleitung einer Floristin entstehen individuelle und einzigartige Arrangements, die eine persönliche Botschaft enthalten und nicht im Handel zu erwerben sind.

Ansprechpartnerinnen:

Sylvie Blätgen, Ina Kasten-Kisling und eine Floristin

Details:

an einem frühen Abend im Oktober 18.00 bis 20.00 Uhr,
4 bis 8 Teilnehmer*innen

Kosten:

20 Euro inkl. Getränke und Materialkosten

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERNDE KINDER UND JUGENDLICHE

Gespräche mit Kindern und Jugendlichen

Es wird alles wieder gut, aber nie mehr wie vorher!

Wenn du magst, reden wir über deine Trauer.

Junge Menschen trauern anders als Erwachsene. Jedes Kind findet dabei seinen individuellen Weg, mit dem Erlebten umzugehen. Auch Jugendliche scheinen manchmal „nur erwachsen“. Einige ziehen sich zurück, andere sind albern oder aggressiv und manche benehmen sich, als wäre nichts geschehen. Letztlich wollen sie ihre Eltern oft vor weiterem Kummer schützen.

Wir bieten Einzeltrauergespräche mit Kindern und Jugendlichen an, nehmen aber mit in den Blick, wenn Kinder/Jugendliche mehr als eine Trauerbegleitung benötigen und empfehlen gegebenenfalls eine therapeutische Unterstützung.

Weitere Informationen:

Faltblatt „Trauerarbeit mit Kindern und Jugendlichen“
oder www.hospiz-hamm.de/Trauerarbeit

Ansprechpartnerinnen:

Sylvie Blätgen, Gabriele Boriesosdiek

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOT FÜR TRAUERNDE KINDER UND JUGENDLICHE

Beratung von Eltern und Angehörigen

Trauer ist nicht das Problem, Trauer ist die Lösung!

Der Verlust eines Angehörigen oder gar eines Elternteils ist für Kinder und Jugendliche ein einschneidendes Erlebnis.

Der Tod wirft viele Fragen auf:

Was kann ich den Kindern an Informationen zumuten?

Wie sage ich „es“ ihnen überhaupt? Müssen sie nicht geschont werden?

Bei uns finden Sie Ermutigung, fachliche Beratung und Unterstützung, um den betroffenen Kindern und Jugendlichen in solch einer Ausnahmesituation gut begegnen zu können und ihnen zu helfen, die Realität begreifen zu lernen.

Ebenfalls können Sie uns ansprechen, wenn in der Familie jemand lebensverkürzt erkrankt ist und diese Situation kommuniziert werden soll. Kinder und Jugendliche sind darauf angewiesen, dass sie die Wahrheit erfahren und somit ihr Vertrauen in die Familie nicht verlieren.

Wir helfen Ihnen gerne dabei, die richtigen Worte zu finden, denn auch für Sie ist dies eine Ausnahmesituation.

Ansprechpartnerinnen:

Sylvie Blätgen, Gabriele Boriesosdiek

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE KINDER UND JUGENDLICHE

Kindertrauergruppe „Hopi-Kids“

In der Kindertrauergruppe Hopi-Kids lernen Kinder, ihre Trauergefühle auszudrücken und diese mit anderen betroffenen Kindern zu erleben.

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

Ansprechpartnerinnen:

Sylvie Blätgen, Gabriele Boriesosdiek

Details:

Ein Kurs besteht aus zehn Gruppennachmittagen mit zweiwöchentlichen Treffen von 16.00 bis 18.00 Uhr sowie einem Abschlusstreffen mit den Kindern und deren Angehörigen im Neubau des Ambulanten Hospizdienstes.

Kontakt:

Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE KINDER UND JUGENDLICHE

Workshop für trauernde Jugendliche

Trauer ist mehr als traurig sein

Wenn du einen geliebten Menschen verloren hast, ist nichts mehr wie es war. Deine Gedanken drehen sich im Kreis, du fühlst dich vielleicht hilflos, wütend und manchmal auch schuldig.

Du erlebst, dass deine Familie auch trauert und willst sie schonen. Manchmal denkst du, du bist allein, weißt nicht wie es weitergehen soll. An anderen Tagen ist alles wieder völlig normal. Deine Freunde wissen nicht, was mit dir los ist und du selbst kennst dich nicht mehr.

In diesem Workshop erfährst du gemeinsam mit anderen Jugendlichen, dass es ok ist, wie du dich mit deiner Trauer erlebst.

Im Austausch mit anderen erkennst du, dass du damit nicht alleine bist und es viele Möglichkeiten gibt, sich mit seiner Trauer auseinanderzusetzen, um ihr irgendwann einen Platz in deinem Leben geben zu können.

Sei gespannt, trau dich, rufe uns an...

Ansprechpartnerinnen:

Sylvie Blätgen, Gabriele Boriesosdiek

Kontakt:

**Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hamm**

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE KINDER UND JUGENDLICHE

Beratung in Schulen und Kindertagesstätten

So wie wir Kindern das Laufen, Sprechen und Lernen näherbringen, sollten wir sie auch an den Umgang mit Abschied und Trauer herañführen.

Trauer trifft Menschen in allen Bezügen ihres gesellschaftlichen und beruflichen Lebens; und Trauer macht auch vor Kindern nicht halt.

Pädagogen*innen und Erzieher*innen finden sich in diesem Zusammenhang manchmal in unvorhersehbaren Situationen wieder, für dessen Bewältigung sie sich Rüstzeug bzw. akute Hilfe und Unterstützung wünschen.

Wie begegnet man einem Kind, dessen Mama/Papa gerade gestorben ist? Ob und wenn ja wie thematisiert man das im Klassenverband oder in der Kita-Gruppe. Wie geht man mit auffällig veränderten Jugendlichen um? Wie kann Fachpersonal in Schulen und Kindertageseinrichtungen Angehörige angemessen unterstützen?

Fragen, die wir im Rahmen von Fortbildungen mit Teams, bei Elternabenden oder auch in Einzelgesprächen bzw. im Klassen- oder Gruppenverband beantworten. Wie das gelingen kann, sprechen Sie uns an.

Ansprechpartnerinnen:
Sylvie Blätgen

Kontakt:
Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst Hamm

Raum für Trauer - Gottesdienst

Trauer braucht Raum. Auch in der Kirche, auch im Gottesdienst. „Raum für Trauer“ sind Gottesdienste für und mit Angehörigen oder Hinterbliebenen.

Jede*r trauert anders. Es gibt kein richtig oder falsch. Trauer muss sich nicht verstecken. Sie darf ins Leben und in den Gottesdienst.

Musik und einfühlsame Texte, Gebete, ein Bibelwort und Stille bieten neben dem Kirchenraum selbst einen Anknüpfungspunkt für die Trauer, egal wie lange sie schon währt.

Details:

Die Gottesdienste finden jeweils um 19.00 Uhr in der Kirche St. Agnes (Brüderstr. 45, Hamm) an jedem letzten Freitag im Februar, April, Juni, August, Oktober und Dezember statt.

Für letzteren kann, je nach den Feiertagsterminen, auch ein anderer Freitag benannt werden.

Ansprechpartner:

Pfr. Bernd Mönkebüscher,
Leiter Pastoralverbund Hamm - Mitte - Osten

Kontakt:

Pastoraler Raum Hamm - Katholische Kirche
Pastoralverbund Hamm - Mitte - Osten

Das Leben ist Veränderung

Und Veränderungen müssen nicht nur über uns hereinbrechen. Veränderungen können wir gestalten. Die Erfahrung zeigt, dass ein Gespräch bei Trauer immer gut tut. Deshalb bieten wir von der Katholischen Kirche auch eine professionelle Einzelbegleitung an. Dabei wird die eigene Trauer in den Blick genommen, um daraus neue Perspektiven zu entwickeln. Jeder Mensch ist einzigartig, wie auch jede Trauer und jede Krise individuell ist. Deshalb wird die Begleitung ganz individuell nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen gestaltet.

Nehmen Sie gerne Kontakt auf. Dann kann kurzfristig ein Termin zu einem unverbindlichen Gespräch vereinbart werden. Auf Wunsch kann auch ein Besuch bei Ihnen zu Hause in Ihrer vertrauten Umgebung stattfinden.

Sie entscheiden dann, wie es für Sie weitergeht.

- Einzelgespräche
- Seelsorge
- Hausbesuche
- Begleitung zwischen aktuellem Trauerfall und Beerdigung
- Familienbegleitung

Ansprechpartnerin:

Hildegard Goclik, Gemeindereferentin

Kontakt:

Pastoraler Raum Hamm, Katholische Kirche
Pastoralverbund Hamm - Mitte - Westen

Lebens-Bar

„Der Tod kann uns von dem Menschen trennen, der zu uns gehörte, aber er kann uns nicht das nehmen, was uns mit ihm verbindet.“

Unsere Gesellschaft fühlt sich oft hilflos angesichts des Verlustes und der Trauer um einen lieben Menschen. Bekannte und Freunde ziehen sich zurück, weil sie unsicher im Umgang mit Trauernden sind. Der trauernde Mensch fühlt sich verlassen, allein und unverstanden. Er weiß seine Gefühle selbst nicht einzuordnen. Da ist es gut, mit anderen ins Gespräch zu kommen, die sich in der gleichen Situation befinden.

Bei jedem Treffen werden Impulse zum Umgang mit der eigenen Trauer gegeben, auch ist Raum für Fragen und andere Themen rund um die Trauer. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ansprechpartnerin:

Hildegard Goclik, Gemeindereferentin

Details:

Jeden ersten Montag im Monat 19.30 – 21.30 Uhr

Pfarrheim St. Marien Wiescherhöfen

Kamener Str. 79a, Eingang von hinten

Kontakt:

Pastoraler Raum Hamm, Katholische Kirche

Pastoralverbund Hamm - Mitte - Westen

Ein Weg durch das Trauerlabyrinth

„Antworten stehen am Ende, nicht am Anfang unseres Weges.“ (Ida Friederike Görres)

Trauer ist eine ganz normale Reaktion. Vergleichbar ist sie mit einem Labyrinth. In der Mitte steht ein großer Verlust, ein Schmerz, der alles überwältigt. Und doch geht der Lebensweg weiter. Es gibt viele Windungen und uneinsichtige Kurven. Immer wieder kommt einem auf dem Lebensweg die Trauer sehr nahe. Trauerarbeit ist ein individueller Weg. Trotzdem laden wir Sie dazu ein, ein Stück des Weges durch das Labyrinth gemeinsam mit uns zu gehen.

Unsere Gruppe ist gedacht für Menschen, die um einen Verstorbenen trauern. Verschiedene Impulse geben Kraft und lassen die eigenen Ressourcen erkennen. Eine Gruppe und der Austausch mit anderen, die Ähnliches erleben, können helfen und gut tun.

Ansprechpartnerin:

Hildegard Goclik, Gemeindereferentin

Details:

montags je 18.00 bis 19.30 Uhr (Änderungen nach Vereinbarung) 6 - 8 Treffen ca. alle 14 Tage im Pfarrheim St. Bonifatius, Langestr. 195 | Teilnehmerzahl begrenzt auf ca. 10 Personen, Materialkosten ca. 10 – 20 € | Mindestalter 18 Jahre | Anmeldung mit kurzem Vorgespräch

Kontakt:

Pastoraler Raum Hamm und Caritas Hamm
Pastoralverbund Hamm - Mitte - Westen

Begleitung auf den Trauerwegen

Ob plötzlich oder nach langem Leiden: Wann immer ein Mensch stirbt, verändert sich das eigene Leben. In den zwölf Gemeinden unseres Kirchenkreises begleiten wir Hinterbliebene auf ihren Trauerwegen. Pfarrerinnen und Pfarrer geben in ausführlichen Gesprächen Raum zum Erzählen – vom Sterben und vom Leben. Sie berücksichtigen Ihre persönlichen Wünsche bei der Gestaltung des Trauergottesdienstes und tragen mit ihren Worten zu einem ganz persönlichen Abschied bei, der Ihnen hilft, Ihren Weg ins Leben wiederzufinden und weiterzugehen. Wenn Sie es wünschen, besuchen die Gemeindepfarrerinnen und -pfarrer Sie gerne auch nach der Beerdigung und laden Sie später im Jahr zu einem Gottesdienst ein, in dem aller Verstorbener eines Jahres gedacht wird.

Im Evangelischen Krankenhaus Hamm stehen die Seelsorgerinnen Kranken und Sterbenden auf ihrem letzten Weg zur Seite. Mit den Trauernden gestalten sie Abschiedsfeiern und vermitteln den Kontakt, um auch zuhause Seelsorge in Anspruch nehmen zu können. Mit besonderer Sorgfalt begleiten sie Eltern, die ein Kind verloren haben.

Ansprechpartner*innen:
Seelsorgerinnen am EVK Hamm

Kontakt:
Evangelischer Kirchenkreis Hamm

ÖKUMENISCHE TRAUERFEIERN FÜR STERNENKINDER

Nur ein Hauch von Leben

„Wie klein unsere Babys auch gewesen sein mögen – sie waren richtige Menschen! Wir können stolz auf sie sein. Wir werden sie immer lieben und im Herzen bei uns tragen. Sie sind unsere Kinder.“

Auf dem Kommunalfriedhof Birkenallee gibt es in der Nachbarschaft der Kindergräber ein Bestattungsfeld eigens für Sternenkinder – erkennbar an einem besonderen Gedenkstein. Betroffenen Familien wird hier ein Ort zum Trauern, zum Loslassen und zum Frieden finden gegeben.

Zweimal jährlich findet für die Angehörigen, die um ein Kind trauern, eine ökumenische Trauerfeier statt. Danach werden die Sternenkinder gemeinschaftlich bestattet.

Informationen sind über das Evangelische Krankenhaus, die St. Barbara-Klinik, die Kirchengemeinden und die Tagespresse erhältlich.

Ansprechpartner*innen:

Seelsorger*innen EVK Hamm/ St. Barbara-Klinik Hamm-Heessen

Details:

zweimal jährlich im Frühjahr und Herbst auf dem Kommunalfriedhof Birkenallee Hamm

Kontakt:

Evangelischer Kirchenkreis Hamm

Trauer bei Demenz „Abschied auf Raten“

Ein Angebot für Menschen mit einem an Demenz erkrankten Angehörigen.

Erkrankt ein Angehöriger an Demenz, verändert sich für die Familie oft das gesamte Gefüge. Die Pflege und Betreuung erfordert von allen viel Aufmerksamkeit, Kraft und Zeit. Hinzu kommen Gefühle von Abschied und Trauer, wenn enge Angehörige nicht mehr erkannt werden sowie Gewohnheiten und Fähigkeiten immer weiter verloren gehen.

Dies stellt einen besonderen Trauerprozess dar: Weil der Mensch mit Demenz noch am Leben teilnimmt und sich dennoch dem Empfinden nach „schrittweise“ verabschiedet.

Der sechsteilige Kurs dient der Unterstützung und des Austauschs mit Gleichgesinnten und bietet in geschütztem Rahmen Informationen und Impulse zur Wahrnehmung der eigenen Situation und zu neuen Blickwinkeln für den persönlichen Weg.

Ansprechpartnerin:

Britta Kock, Seelsorgerin in der stationären Altenhilfe

Details:

Der Kurs wird zwei- bis dreimal im Jahr an sechs Abenden angeboten. Termine in der örtlichen Presse bzw. www.caritas-hamm.de.

Kontakt:
Caritas Hamm

Der Trauer begegnen

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die aktuell oder länger zurückliegend einen Verlust erlitten haben. Der Tod eines lieben Menschen, aber auch der Verlust von Heimat oder Arbeit, der Auszug aus den vertrauten vier Wänden oder die Trennung von Partner*in kann schmerzvoll sein und Trauerprozesse auslösen.

Wer nach einer Möglichkeit sucht seiner Trauer in einem persönlichen und vertrauten Rahmen zu begegnen, kann eine Einzelberatung bei uns wahrnehmen. Das erste Gespräch kann Orientierung über die aktuelle Situation bieten und mögliche Formen der Unterstützung aufzeigen. Oftmals genügen wenige Gespräche, um den Trauerprozess zu unterstützen, Gefühle wie Schmerz oder Leere, Schuld, Wut, Ratlosigkeit, Perspektivlosigkeit oder die Frage nach dem Sinn anzusprechen und einen Raum für die Trauer in der aktuellen Lebenssituation zu finden.

Ansprechpartnerinnen:

Britta Kock, Seelsorgerin

Rita Laukötter, Trauerbegleiterin

ANGEBOTE FÜR FIRMEN, TEAMS UND FÜHRUNGSKRÄFTE

Trauer im Berufsalltag

Trauer trifft uns nicht nur im privaten Rahmen, sondern auch im Berufsalltag. Sie beeinflusst die Arbeitswelt, fordert kollegiale Beziehungen genauso heraus wie die zu Vorgesetzten.

Die Caritas Hamm steht Unternehmen und Einrichtungen als Ansprechpartner zur Verfügung und unterstützt sie in vielfältiger Weise im Umgang mit Abschied, Tod und Trauer.

Das Angebot

- Coaching von Führungskräften bei Trauerfällen und Abschiedsprozessen
- Einzelberatung für Menschen, die beruflich mit Trauerprozessen konfrontiert sind und sich Unterstützung wünschen
- Teamfortbildungen zum Umgang mit Abschied, Tod und Trauer
- Unterstützung bei der Entwicklung eines betrieblichen Trauermanagements

Ansprechpartnerin:

Britta Kock, Seelsorgerin

Rita Laukötter, Trauerbegleiterin

Kosten:

Auf Anfrage

Kontakt:

Caritas Hamm

Frühstück für Trauernde - Ein offenes Gesprächsangebot

Begegnen, austauschen, beisammen sein. Hier treffen sich Menschen, die einen Menschen verloren haben, der ihnen fehlt.

Ansprechpartnerin:

Sandra Kleineweischede-Makiol, Trauerbegleiterin
Lyra - Makiol Bestattungshaus

Details:

Am 3. Montag im Monat von 9.30 bis 11.30 Uhr,
Vorsterhauser Weg 56, 59067 Hamm
Kosten 4,00 € pro Person
Anmeldung erbeten

Gemeinsam statt einsam - Stammtisch für Witwen und Witwer unter 67* Jahren

Ein offenes Angebot für Verwitwete *im berufstätigen Alter

Sie würden gerne mal wieder essen gehen? Aber alleine macht es Ihnen keine Freude? Ihr Freundeskreis besteht nur aus Paaren? Ihre alten Freunde und Bekannten melden sich nicht mehr? Sie hätten einfach mal gerne jemanden zum Reden?

Es gibt in Hamm und Umgebung Menschen, denen es wie Ihnen geht. Sie treffen sich im Januar, Mai und September an verschiedenen Orten, um gemeinsam in einem schönen Restaurant á la Carte essen zu gehen.

Ansprechpartnerin:

Sandra Kleineweischede-Makiol, Trauerbegleiterin
Lyra - Makiol Bestattungshaus

Details:

Aktuelle Termine und geplante Restaurants erfragen Sie bitte telefonisch. Gerne wird ein Platz für Sie reserviert.

Nettebrocks Sternstunden

Mit den „Sternstunden“ hat das Bestattungshaus Nettebrock eine Veranstaltungsreihe auch für Angehörige und Hinterbliebene ins Leben gerufen. Im Rahmen von Lesungen, Konzerten oder Themenabenden wird es in der ruhig-angenehmen Atmosphäre der Trauerhalle für manchen Trauernden langsam und behutsam möglich, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

Sechsmal im Jahr finden Nettebrocks Sternstunden statt. Der Eintritt ist frei. Das aktuelle Programm wird gerne übersandt bzw. ist auf Facebook ersichtlich.

Zudem bietet das Bestattungshaus allen Angehörigen vor und nach einer Beerdigung Trauergespräche an und ist auch darüber hinaus immer ansprechbar für alle Angehörigen.

Ansprechpartner*in:

Jana Nettebrock und Torsten Nettebrock-Krings,
Geschäftsleitung Bestattungshaus Nettebrock

„Du bist nicht allein“ Trauer-Erfahrungen austauschen, für einander da sein und sich helfen

Trauergruppen gibt es auch in Form von Selbsthilfegruppen. Trauernde brauchen einen Ort, wo sie ihren Gefühlen und Gedanken Ausdruck geben können und wo ihnen zugehört wird. Sie möchten Familienangehörige, Nachbarn und Freunde nicht zu sehr belasten und schließen sich gern Trauergruppen an. Im Austausch mit anderen finden Trauernde Verständnis, denn sie treffen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist behilflich bei der Gründung neuer Trauergruppen. Sie unterstützt und berät Gruppen beispielsweise bei organisatorischen Fragen, der Öffentlichkeitsarbeit oder der Raumsuche.

Die Selbsthilfegruppen werden in der Anfangszeit von der Selbsthilfe-Kontaktstelle begleitet. Für die weiteren Treffen und die Inhalte der Gespräche sind die Gruppen selbst verantwortlich.

Trauergruppe Bockum-Hövel

Im Oktober 2019 wurde die Trauergruppe für Erwachsene gegründet. Sie bietet einen geschützten Raum für verständnisvolle Gespräche. Sie trifft sich alle 14 Tage in Bockum-Hövel.

Ansprechpartner*in:

Monika Dirks, Nikolas Hattenhauer

Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm

TRAUER NETZWERK HAMM ANSPRECHPARTNER*INNEN

Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst | Trauerzentrum

Anmeldung:

Sylvie Blätgen
Ina Kasten-Kisling
Judith Schwieters
Gabriele Gauch
Trauerbegleiterinnen

Dolberger Straße 57, 59073 Hamm
Tel. 02381 30 44 00 Fax: 02381 30 44 02
ambulant@hospiz-hamm.de

Trauercafé

Beate Drolshagen
Christine Böttcher
Trauerbegleiterinnen

Anmeldung zum Trauercafé:

Marion Kleditzsch
Tel. 02381 544 73-25 (AB)
info@hospiz-hamm.de

www.hospiz-hamm.de

Hildegard Goclik
Ergänzende Trauerbegleiterin in Kooperation

TRAUER NETZWERK HAMM ANSPRECHPARTNER*INNEN

Pastoraler Raum Hamm - Katholische Kirche

Pastoralverbund Hamm - Mitte - Osten

Pfr. Bernd Mönkebüscher, ltd. Pfarrer

Nordenwall 27, 59065 Hamm

Tel. 02381 49 15 401 Fax: 02381 49 15 402

moenkebuescher@katholisch-hamm.de

www.pv-hamm-mitte-osten.de

Pfarrei St. Franziskus von Assisi

Renate Gromnitza, Seelsorgerin

kath. Krankenhausseelsorgerin EVK

Tel. 02381 13733

renate-gromnitza@t-online.de

www.franziskus-hamm.de

Pastoralverbund Hamm - Mitte - Westen

Hildegard Goclik, Gemeindereferentin, Seelsorgerin,

Trauerbegleiterin (im BVT), Lebens- und Gestaltberaterin

Büro: Kamener Str. 79a, 59077 Hamm

Tel. 02381 30 47 680

goclik@katholisch-hamm.de

www.pvhmw.de

TRAUER NETZWERK HAMM ANSPRECHPARTNER*INNEN

Evangelischer Kirchenkreis Hamm

Ev. Seelsorge am EVK Hamm

PfarrerIn Ulrike Melloh

PfarrerIn Cornelia Piskorz

Tel. 02381 589-1209

seelsorge@evkhamm.de

www.kirchenkreis-hamm.de

Caritas Hamm

Angebote für Menschen in Trauer

Koordination und Trauerbegleitung

Britta Kock

Tel. 02381 / 378960-16

kock@caritas-hamm.de

Rita Laukötter

Tel. 02381 / 144-300

laukoetter@caritas-hamm.de

Telefonische Trauerbegleitung

Tel. 02381 / 144-300

www.caritas-hamm.de

TRAUER NETZWERK HAMM ANSPRECHPARTNER*INNEN

Makiol Bestattungshaus GmbH

Sandra Kleineweischede-Makiol
Trauerbegleiterin

Wielandstraße 190, 59077 Hamm
Tel. 02381 40 43 40
lyra@makiol.de
www.makiol.de

Bestattungshaus Nettebrock,

Jana Nettebrock und Torsten Nettebrock-Krings
Geschäftsleitung

Goethestraße 20, 59065 Hamm
Tel. 02381 5 09 28
mail@bestattungen-nettebrock.de
www.bestattungen-nettebrock.de

Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm

Monika Dirks, Nikolas Hattenhauer

Bahnhofstr. 4, 59065 Hamm
Tel. 0 23 81 12 028
selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-hamm.de





Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst Hamm
 Dolberger Straße 57
 59073 Hamm
 Telefon (0 23 81) 30 44 00
ambulant@hospiz-hamm.de
www.hospiz-hamm.de



**Katholische Kirche -
 Pastoraler Raum Hamm**

www.katholisch-hamm.de



Evangelischer Kirchenkreis Hamm

Martin-Luther-Str. 27 b
 59065 Hamm
 Telefon (0 23 81) 142 142
infoham@kirchenkreis-hamm.de
www.kirchenkreis-hamm.de



Caritas Hamm

Brüderstraße 70
 59065 Hamm
 Telefon (0 23 81) 144 610
info@caritas-hamm.de
www.caritas-hamm.de



Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm

Bahnhofstraße 4
 59065 Hamm
 Telefon (0 23 81) 120 28
selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-hamm.de



Makiol Bestattungshaus GmbH

Wielandstraße 190
 59077 Hamm
 Telefon (0 23 81) 40 43 40
inof@makiol.de
www.makiol.de



Bestattungshaus Nettebrock oHG

Goethestraße 20
 59065 Hamm
 Telefon (0 23 81) 5 09 28
mail@bestattungen-nettebrock.de
www.bestattungen-nettebrock.de