Christophorus Hospiz
Institut für Bildung und Begegnung
Christophorus Hospiz Verein e.V.
Effnerstraße 93
81925 München
Tel: 089 / 13 07 87-40
Fax: 089 / 13 07 87-53
bildung@chv.org
www.chv-ibb.org

Ansprechpartnerin:
Cornelia Rommé (Theologin, Palliativfachkraft, Trauerbegleiterin)
Tel: 089 / 13 07 87-0
romme@chv.org

Das **Christophorus Hospiz Institut für Bildung und Begegnung** gliedert seine Angebote in sieben Bereiche.

Zu diesen Angeboten schicken wir Ihnen gerne weiteres Material zu.

Bild: www.istockphoto.com (RafalStachura)

CHRISTOPHORUS HOSPIZ
INSTITUT
für Bildung und Begegnung

Trauer leben – Trauer ausdrücken

–

Angebote der Begleitung

Den eigenen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der anderen, muss man leben. Mascha Kaléko

Dieses Zitat der Dichterin Mascha Kaléko beschreibt kurz und prägnant, um was es geht: Diejenigen, die hier bleiben müssen, wenn ein geliebter Mensch stirbt, die sind gefordert mit dieser Situation zu leben. Trauer ist eine Fähigkeit, die wir Menschen grundsätzlich zur Verfügung haben, um mit Verlusten leben zu lernen. Doch muss diese Fähigkeit auch entwickelt und gefördert werden, um sie einsetzen zu können.

Trauer, die nicht ausgedrückt wird, wird zur Last.

So ist es gut, eine eigene Sprache und Form für den individuellen Trauerschmerz zu suchen, zu finden und zu leben. Dadurch können wir Trauergefühle ordnen, sie werden bewusster, sichtbar, hörbar und fassbar. Wir können mit ihnen umgehen und das Leben neu gestalten.

In diesem Prozess können verschiedene Methoden und Ausdrucksformen hilfreich sein, um die vielfältigen Gefühle der Trauer mit ihrem Schmerz klar und deutlich werden zu lassen. Das Experimentieren mit Farben, Stiften und Papier, mit Ton und Wasser, die Bewegung des Körpers im Tanz oder auch einfach nur gehen und wandern, all das sind Mittel des Ausdrucks, um aus Lähmung und Sprachlosigkeit herauszufinden.

Mit unseren Angeboten zur Begleitung hoffen wir, Ihnen auf Ihrem Weg hilfreich zu begegnen.

Ihre Cornelia Rommé

Beachten Sie bitte unsere Seminarangebote **TrauerLeben**, die jeweils aktualisiert auf unserer Webseite zu finden sind:

www.chv-ibb.org/angebote/abschied-und-trauer

Angebote der Begleitung

Einzelbegleitung

Wer trauert spürt häufig, dass er mehr denn je ein Gegenüber braucht, um sich mit seinen Gedanken und Gefühlen offen mitteilen zu können. Gerne können sie sich an uns wenden für ein Einzelgespräch oder eine Einzelbegleitung über einen längeren Zeitraum.

TrauerCafé im Hospiz

für die Angehörigen der Verstorbenen im stationären Christophorus Hospiz

In unserem TrauerCafé im Hospiz finden Trauernde, deren Angehörige in unserem stationären Hospiz begleitet wurden, ein offenes Ohr für ihre Gedanken und Gefühle in der Trauer. Außerdem ist es ein Ort, um sich zu begegnen und mit anderen Menschen auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Offener Gesprächskreis für Trauernde

Eine offene Trauergruppe ist ein Gesprächskreis für Menschen, die einen ihnen nahestehenden Menschen verloren haben. Ein Gesprächskreis eröffnet die Möglichkeit, Sorgen, Nöte, Gedanken und Gefühle miteinander zu teilen. Der Christophorus Hospiz Verein bietet bei Bedarf (mind. 6 Teilnehmer*innen) die Leitung einer Trauergruppe an.

Schmerz, der nicht spricht, erstickt das volle Herz und macht es brechen.
William Shakespeare

Diese Angebote sind für Sie mit keinen Kosten verbunden!
Eine Anfrage lohnt sich.