

**Termine:**  
**Aktiv in meiner Trauer**

Einmal im Monat  
Samstags in der Zeit von  
15:00-17:00 Uhr

- |          |                               |
|----------|-------------------------------|
| 10.11.10 | Kennenlernen                  |
| 13.11.10 | gemeinsamer<br>Spaziergang    |
| 11.12.10 | Kalligrafie<br>Schönschreiben |
| 08.01.11 | Lesung                        |
| 12.02.11 | Filmvorführung                |
| 12.03.11 | Entspannung                   |
| 09.04.11 | Raclette<br>Gemeinsames Essen |

**Trauerbegleiter :**

Manfred Gerlach  
Martina Wittersheim

**Anmeldung bei:**

Kerstin von Rappard,  
Kordinatorin,  
Trauerberaterin (TID)

Telefon: 02263 / 90 37 33  
Mobil: 0175 / 267 33 20

## Aktiv in meiner Trauer

Ein Angebot  
für junge Witwen und Witwer  
bis 50 Jahre



Malteser Hospizdienst Aggertal

Alter Markt 17-19  
51766 Engelskirchen

Ein Trauerangebot  
des Malteser Hospizdienstes Aggertal

Trauer ist eine Grunderfahrung  
menschlichen Lebens.  
Es gibt kein Leben ohne Trauer.

Die Trauer ist die natürliche Reaktion  
auf den Verlust eines geliebten  
Menschen und ergreift Leib, Seele und  
Geist.

Wir bieten die Möglichkeit , in einer ge-  
schlossenen Gruppe, gemeinsam mit  
anderen Trauernden, aktiv die  
gemeinsame Zeit zu gestalten.

Es besteht Schweigepflicht.

Es begleiten sie ausgebildete  
Trauerbegleiter.

Das Angebot ist kostenfrei.

Aufhebung

Sein Unglück ausatmen können,  
tief ausatmen,  
sodass man wieder einatmen kann.  
Und vielleicht auch  
Sein Unglück sagen können,  
in Worten,  
in wirklichen Worten ,  
die zusammenhängen und Sinn  
haben  
und die man selbst noch verstehen  
kann  
und die vielleicht sogar  
irgendwer sonst versteht  
oder verstehen könnte –  
und weinen können.  
Das wäre schon fast wieder Glück.

(Erich Fried, Beunruhigungen)

Begegnung,  
Austausch und aktives  
Miteinander in gemütlicher,  
vertrauensvoller und geschützter  
Umgebung.



Haben wir ihr Interesse geweckt,  
vereinbaren Sie doch bitte einen  
Termin zu einem Vorgespräch  
mit unserer Koordinatorin  
Kerstin von Rappard

Mobil: 0175 / 267 33 20