

# TRAUERBEGLEITUNG

Wir lassen Sie in Ihrer Trauer nicht allein!

Der Tod eines geliebten Menschen kann tiefe Trauer in uns auslösen. In dieser schweren Zeit beraten und begleiten Sie unsere erfahrenen Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleiter. In Einzelgesprächen können wir Ihre persönliche Situation in den Blick nehmen und versuchen gemeinsam, für Sie neue Orientierung zu finden. Dieses Angebot ist für alle kostenlos.

Nähere Informationen und Terminvereinbarung über:

Diakon Kurt Dohmen

(0212) 231400-33

0160 99510279

[kurt.dohmen@erzbistum-koeln.de](mailto:kurt.dohmen@erzbistum-koeln.de)

[www.sebastian-solingen.de](http://www.sebastian-solingen.de)



## 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, 1907-1975



### **Trauerbegleitung in Einzelgesprächen**

Trauer kann sehr schmerzhaft sein. Immer wieder bricht sie in den Alltag ein, und dies über lange Zeit. Es gibt kein festgelegtes Zeitmaß und jeder braucht seine eigene Trauerzeit. Sein Leben nach dem Tod des vertrauten Menschen neu zu gestalten, ist mitunter schwer. Fachliche Begleitung kann dies erleichtern.

Wir sind da. Wir hören zu. Wir sprechen miteinander. Wir suchen gemeinsam nach Trost und Kraftquellen. Wir geben praktische Hilfe. Wir informieren. Wir wissen um die unterschiedlichen und sich widerstreitenden Gefühle und Reaktionen in der Trauer. Wir unterstützen die Entwicklung neuer Lebensperspektiven.

Die Begleitung erfolgt in vereinbarten regelmäßigen Treffen über einen längeren Zeitraum oder kurzzeitig.

Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Die Begleitung ist kostenfrei.