

Trauerzeit

Trauerprogramm 2025 für die Region Mönchengladbach

Stand September 2024

Vorwort

Wenn jemand fehlt, ist alles anders: ein leerer Platz, ein verschwindender Duft, Erinnerung. An jedem neuen Tag begegnest du dieser Leerstelle, und niemals ist es leicht.

Wir begleiten trauernde Menschen jeden Alters in dieser Zeit, und unterstützen sie darin, die nächsten Schritte zu gehen. Sich gemeinsam der Trauer nähern und darüber reden oder schweigen, wütend sein oder verzweifeln, die Normalität in der Gruppe genießen oder laut lachen – alles ist möglich und erlaubt. So wie die Trauer ganz verschiedene Gesichter hat, haben auch trauernde Menschen unterschiedliche Wünsche und Bedürfnisse.

In der „Trauerzeit Mönchengladbach“ sind verschiedene Institutionen zusammen geschlossen, die trauernde Menschen ein Stück auf ihrem individuellen Weg begleiten.

Schauen Sie, was Sie anspricht. Wir freuen uns, Sie kennenzulernen.

Beatrix Hillermann

Seelsorgerin an der Grabeskirche St. Elisabeth
Kordinatorin der „Trauerzeit Mönchengladbach“

Impressum

Verantwortlich: Beatrix Hillermann, Beauftragte für die Trauerseelsorge in der Region Mönchengladbach.
Die vorliegende Broschüre ist eine gemeinsame Initiative von: Caritas, Deutsches Rotes Kreuz, Hospizinitiative Viersen, Kath. Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Mönchengladbach und Heinsberg, Krankenhausseelsorge in Mönchengladbach, Kolpingsfamilie Mönchengladbach, Nikolauskloster – Oblatenmissionare (Jüchen), Psychiatrieseelsorge LvR Kliniken, Netzwerkkirche Korschenbroich-Pesch, Verbund der kath. Grabeskirchen Mönchengladbach

Einzelbegleitungen	8
Waltraud Aengenvoort	8
Sr. Bettina Berens	8
Ute Errens	8
Beatrix Hillermann + Team	8
Sandra Hofer	9
Gerda Kretschmann	9
Pater Andreas Petith OMI	9
Offene Angebote ,Trauercafés und Trauerspaziergänge	9
„Das Liebessessen meines Verstorbenen“. Kochen und Erzählen	10
Elisabeth Café – ein Angebot für Menschen, die jemand verloren haben	10
Ansprechbar – Gesprächsangebot in der Grabeskirche	10
Trauerfrühstück	11
„Ort der Begegnung“	11
„Bewegung in der Trauer“ – Spaziergang für Trauernde	11
Trostpunkt – Offener Treffpunkt für trauernde Menschen	12
Benedikt-Café - „Ein Angebot für Trauernde“ ...	12
Trauerkaffee	12
„Matthiastreff“ – offener Treff für Trauernde	13
In der Trauer unterwegs – Trauerspaziergang ...	13
Gesprächsgruppen	14
Trauerwege 2024/25	14
TRAUER und AUFBRUCH – Trauergesprächskreis im Frühling 2025	15
Trauergruppe – „In der Trauer nicht allein sein“	15
Trauerwege 2025/26	16
Trauergesprächskreis – Impulse und Austausch in der Gruppe	16

Begleitangebote zum Thema Suizid	17
Gesprächsgruppe: Trauer nach Suizid	17
Angebote für trauernde Männer	17
Walk & Talk – Spaziergang durch den Wald in Korschenbroich	17
Einzelbegleitung für trauernde Männer	18
Angebote für junge Erwachsene	17
Offener Trauertreff für junge Erwachsene	17
Angebote für trauernde Kinder, Jugendliche und Familien	18
Kinder trauern!	18
Trauern – du bist nicht allein	19
Begleitung und Beratung trauernder Familien .	19
Trost-Zeit für trauernde Familien	19
Kinder-Trauer-Koffer: „Trostpflaster“	20
First-Aid-Kit	20
Angebote für Menschen, die um ein Tier trauern	20
Trauerspaziergang für Menschen, die um ein Tier trauern	20
Trost-Zeit für trauernde Familien	20
Trauerpodcast	21
„Für dich da“ – Podcast zur Begleitung und Unterstützung auf deinem Trauerweg	21
Gottesdienste und Weihnachtsangebote für trauernde Menschen	21
Weitere hilfreiche Adressen	23

Wir sind für Sie da!



Waltraud Aengenvoort
Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin
Deutsches Rotes Kreuz Mönchengladbach



Nicole Berchter
Kordinatorin für den Ambulanten Hospizdienst
Caritasverband Region Mönchengladbach



Sr. Bettina Berens
Seelsorgerin, Trauerbegleiterin, HP f. Psychotherapie
Mönchengladbach



Irmtrud Buffen
Kordinatorin im Ambulanten Hospizdienst
Caritasverband Region Mönchengladbach



Ute Errens
Gemeindereferentin, Trauerbegleiterin (TID)
Trauerseelsorge Trostraum St. Josef Grabeskirche



Beatrix Hillermann
Seelsorgerin, Trauerbegleiterin, gestalttherapeutische Beraterin (IHP)
Trauerseelsorge Grabeskirche St. Elisabeth



Sandra Hofer
Seelsorgerin, Trauerbegleiterin (TID)
Trauerseelsorge Grabeskirche St. Matthias Günhoven



Anja Hübner
Ehrenamtliche Trauerbegleiterin
Trauerzentrum St. Elisabeth Mönchengladbach



Christina Kortmann
Seelsorgerin, Trauerbegleiterin
GdG Mönchengladbach-Ost



Gerda Kretschmann
Kordinatorin Hospizinitiative, Kinder-, Jugend- und
Familientrauerbegleiterin, System. Therap.(DGFS)
Hospizinitiative Kreis Viersen e.V.

Beatrix Neuser-Pommernell
Trauerbegleiterin
Trauerzentrum St. Elisabeth Mönchengladbach



Pater Andreas Petith, OMI
Nikolauskloster Jüchen



Achim Sasse
Theologe und Ehe-,Familien- und
Lebensberater
Kath. Beratungszentrum Mönchengladbach



Jürgen Schmitz
Theologe, Pädagoge, Trauerberater



Pater Athanasius von Wedon, OMI
Nikolauskloster Jüchen



Sylke Seefeldt
Seelsorgerin
GdG Mönchengladbach-Giesenkirchen



Christoph Sochart
Trauerbegleiter
Korschenbroich und Mönchengladbach



Elke van Sintmaartensdijk
Evangelische Pfarrerin
Krankenhausseelsorge M'gladbach



Brigitte Vieten
Individualpsychologische Beraterin
Mönchengladbach



Bettina Wefers
Ehrenamtliche Trauerbegleiterin
Pfarrei St. Benedikt, Mönchengladbach



Daniela Zadrija
Palliativbegleiterin, Trauerbegleiterin
Kliniken Maria Hilf



Einzelbegleitungen

Die Einzelbegleitung ermöglicht Ihnen, im Kontakt mit einer Seelsorgerin/ einem Seelsorger in einem vertraulichen Gespräch, Ihre Trauersituation anzusehen und abzuklären, welche Unterstützung Sie konkret wünschen.

In der Regel sind diese Gespräche prozessorientiert, d. h. wir machen uns mit Ihnen auf einen Weg, entdecken die jeweils eigenen Ressourcen und wir begleiten Sie auf stärkende und ermutigende Weise.

Nach Absprache werden Termine vereinbart, Themen der Begleitung miteinander geklärt und die Dauer der Begleitung festgelegt. Gegebenenfalls wird an Trauergruppen, Therapeut:innen weiter verwiesen.

Folgende Kolleginnen und Kollegen bieten Einzelbegleitungen an:

- **Waltraud Aengenvoort**
: Kontakt: w-aengenvoort@online-de
: Telefon: 01 57 - 74 40 16 99
: Ort: DRK, Louise Gueury-Straße 410, 41669 MG
- **Sr. Bettina Berens**
: Kontakt: sr.bettina.berens@pfarre-sankt-vitus.de
: Telefon: 01 59 - 04 03 96 94
: Ort: Mönchengladbach
- **Ute Errens**
: Kontakt: ute.errens@bistum-aachen.de
: Telefon: 0 21 66 - 94 25 92 oder 0 21 66 - 4 11 72
: Ort: Trostraum St. Josef, Keplerstr. 75,
: 41236 Mönchengladbach-Rheydt
- **Beatrix Hillermann + Team**
: Kontakt: beatrix.hillermann@bistum-aachen.de
: Telefon: 0 21 61 - 24 89 212 oder 01 51 - 52 63 59 10
: Ort: Seelsorge an der Grabeskirche St. Elisabeth,
: Bökelstraße 178, 41063 Mönchengladbach

- **Sandra Hofer**
: Kontakt: sandra_hofer@outlook.de
: Telefon: 01 52 - 29 91 28 12
: Ort: Büro Seelsorge neben d. Grabesk. St. Matthias,
: Günhovener Str. 95a, 41179 Mönchengladbach
- **Gerda Kretschmann**
: Kontakt: hospiz.viersen@t-online.de
: Telefon: 0 21 62 - 2 90 50
: Ort: Hildegardisweg 3, 41747 Viersen
- **Pater Andreas Petith OMI**
: Kontakt: petith@oblaten.de
: Telefon: 0 21 82 - 8 29 96 0
: Ort: Nikolauskloster, 41363 Jüchen-Damm

Offene Angebote

Offene Angebote sind eine Einladung, in einem geschützten Rahmen mit anderen Betroffenen über die Themen zu sprechen, die Sie berühren und bewegen. Die Themen entwickeln sich also durch die Teilnehmenden.

(Geistliche) Impulse können die Treffen bereichern und ergänzen.

Es gelten Gesprächsregeln, die den persönlichen Austausch ermöglichen (Verschwiegenheit, Respekt vor der Meinung anderer, ...). Die Gruppe wird begleitet von Trauerbegleiter:innen und/oder Seelsorger:innen.

- **„Das Lieblingessen meines Verstorbenen“.
Kochen und Erzählen**
Leitung: Beatrix Neuser-Pommernell, Judith Langenfeld Dohmen, Anja Hübner
Termine: Kennenlernertermin im Januar unter: www.trauerseelsorge-elisabeth-mg.de
Ort: Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178, 41063 Mönchengladbach
Kosten: Umlage der Lebensmittel
Anmeldung: erforderlich
Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de
Hinweis: Nach dem ersten Treffen werden weitere Termine vereinbart.
- **Elisabeth Café – ein Angebot für Menschen, die jemand verloren haben**
Leitung: Beatrix Hillermann
Termine: 1. Samstag im Monat (Ausnahme Juli 2025) 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr
Ort: Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178, 41063 Mönchengladbach
Kosten: kostenlos
Anmeldung: Nicht erforderlich
Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de
- **Ansprechbar – Gesprächsangebot in der Grabeskirche**
Leitung: Ehrenamtliche des Trauerzentrums St. Elisabeth
Termine: freitags 15:00 bis 17:00 Uhr und sonntags 11:00–13:00 Uhr
Ort: Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178, 41063 Mönchengladbach
Kosten: kostenlos
Anmeldung: Nicht erforderlich
Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de

- **Trauerfrühstück**
Leitung: Sylke Seefeldt
Termine: 1. Sonntag im Monat 9.00 Uhr bis ca. 10.30 Uhr
Ort: Gereonshaus Giesenkirchen, Vikarienweg 2, 41236 Mönchengladbach
Kosten: kostenlos
Anmeldung: Bis spätestens Freitag vor der Veranstaltung
Kontakt: Sylke Seefeldt 021 66 - 9 70 26 70
- **„Ort der Begegnung“**
Leitung: Gudrun Grimpe-Christen, Ingrid Meißner, Brigitte Vieten
Termine: Jeden 2. und 4. Montag im Monat
Ort: Hauptfriedhof Mönchengladbach
Treffpunkt: Birkenallee 50, 41063 Mönchengladbach
Kosten: kostenlos
Anmeldung: Nicht erforderlich
Kontakt: Kolpingsfamilie Mönchengladbach, Gudrun Grimpe-Christen, 021 61 69 83 34 2
- **„Bewegung in der Trauer“ – Spaziergang für Trauernde**
Leitung: Sandra Hofer
Termine: Monatlich montags um 10:00 Uhr: 06.01., 03.02., (März entfällt), 07.04., 19.05., 02.06., 07.07., 04.08., 15.09., 06.10., 03.11., 01.12.25
Dauer: 60 – 90 Minuten
Treffpunkt: Stadtwaldstraße 323, 41179 Mönchengladbach
Kosten: kostenlos
Anmeldung: Nicht erforderlich
Kontakt: Sandra Hofer, 01 52 - 29 91 28 12, sandra_hofer@outlook.de
Hinweis: Bequemes Schuhwerk und etwas zu trinken wird empfohlen

- **Trostpunkt – Offener Treffpunkt für trauernde Menschen**

Leitung: Ute Errens

Termine: Monatlich montags, 15:30 bis 17:00 Uhr:
13.01., 10.02., 10.03., 14.04. 12.05., 14.07., 15.09.,
13.10., 10.11., 08.12.25

Ort: Trostraum St. Josef, Keplerstraße 75,
41236 Mönchengladbach-Rheydt

Kosten: kostenlos

Anmeldung: Nicht erforderlich

Kontakt: Ute Errens 021 66 - 94 25 92 oder
021 66 - 4 11 72, ute.errens@bistum-aachen.de

- **Benedikt-Café - „Ein Angebot für Trauernde“**

Leitung: Bettina Wefers

Termine: 4. Dienstag im Monat (Ausnahme: 3.
Dienstag im Dezember 2024), 15:00 bis 16:30 Uhr
Ort: Seniorentreff St. Michael, St.-Michael-Platz 2,
41069 Mönchengladbach

Kosten: kostenlos

Anmeldung: Nicht erforderlich

Kontakt: Bettina Wefers, 021 61 30 75 20 oder
pfarrbuero@st.benedikt-mg.de

- **Trauerkaffee**

Leitung: Pater Athanasius von Wedon, OMI

Termine: 2. Dienstag im Monat, 15.00 bis 17.00 Uhr
(kann im Einzelfall auf einen anderen Dienstag
fallen, daher vor Erstbesuch bitte anfragen)

Ort: Bibliothek im Nikolauskloster,
41363 Jüchen-Damm

Kosten: Spende erwünscht

Anmeldung: vor dem ersten Besuch

Kontakt: nikolauskloster@oblaten.de

- **„Matthiastreff“ – offener Treff für Trauernde**

Leitung: Sandra Hofer

Termine: Monatlich mittwochs, 16:00 bis 17:30 Uhr:
15.01., 19.02., 19.03., 16.04., 14.05., (Juni entfällt),
16.07., 13.08., 17.09., 15.10., 12.11., 10.12.25

Ort: Ehemaliges Pfarrhaus neben der Grabeskirche
St. Matthias, Günhovener Straße 95a,
41179 Mönchengladbach

Kosten: kostenlos

Anmeldung: erforderlich, zum Tag der Veranstal-
tung kurzfristig möglich

Kontakt: Sandra Hofer, 01 52 - 2991 28 12,
sandra_hofer@outlook.de

- **In der Trauer unterwegs – Trauerspaziergang**

Leitung: Nicole Berchter, Irmtrud Buffen

Termine: 2. Freitag im Monat, 14:00 bis 16:00 Uhr:
10.01., 14.02., 14.03., 11.04., 09.05., 13.06., 11.07.,
08.08., 12.09., 10.10., 14.11., 12.12.25

Ort: Konzertmuschel an der Kaiser-Friedrich-Halle,
Hohenzollernstraße 15, 41061 Mönchengladbach

Kosten: kostenlos, Spende möglich

Anmeldung: erforderlich

Kontakt: 021 61 - 82 38 144,
trauerarbeit@caritas-mg.net

Hinweis: Der Spaziergang findet bei jedem Wetter
statt.

Gesprächsgruppen und Gesprächskreise treffen sich in einem Rahmen, der durch vorherige Absprachen – zum Beispiel in Bezug auf die Anzahl der Gruppentreffen – vereinbart wird.

In der Regel wird erwartet, dass die Teilnehmenden regelmäßig zu den Treffen kommen, damit eine Vertrautheit untereinander aufgebaut werden kann.

Zum Teil richten sich die Einladungen an bestimmte Zielgruppen, d. h. die Gesprächsthemen richten ihren Fokus auf bestimmte Trauersituationen.

Zur Klärung der Erwartungen sind sowohl eine Anmeldung als auch ein Vorgespräch erforderlich.

- **Trauerwege 2024/25**

- **Zielgruppe:** Menschen in unterschiedlichen Trauersituationen
- **Leitung:** Jürgen Schmitz, Daniela Zadrija
- **Termine:** Mittwochs, 18.00 bis 20.00 Uhr, 27.11.24 (Informationsabend), 04.12.24, 11.12.24, 18.12.24, 08.01.25, 15.01.25, 22.01.25, 29.01.25, 05.02.25
- **Ort:** Haus der Regionen, Bettrather Straße 22, 41061 Mönchengladbach (Parkmöglichkeit direkt vor Ort)
- **Kosten:** 25 bis 50 Euro nach eigenem Ermessen und Möglichkeit
- **Anmeldung:** erforderlich
- **Kontakt:** Daniela Zadrija, 021 61 - 89 21 845 oder Daniela.Zadrija@mariahilf.de

- **TRAUER und AUFBRUCH –**

- **Trauergesprächskreis im Frühling 2025**

- **Zielgruppe:** Trauernde in unterschiedlichen Trauersituationen
- **Leitung:** Ute Errens
- **Termine:** dienstags, von 18.30 bis 20.30 Uhr. Kennenlernabend 11.03.25, dann 6 Treffen alle 14 Tage: 18.03., 01.04., 15.04., 29.04., 13.05., 27.05.25
- **Ort:** Trostraum St. Josef Grabeskirche Keplerstraße 75, 41236 Mönchengladbach-Rheydt
- **Kosten:** kostenlos
- **Anmeldung:** Erforderlich
- **Kontakt:** Ute Errens 021 66 - 94 25 92 oder 021 66 - 4 11 72, ute.errens@bistum-aachen.de

- **Trauergruppe – „In der Trauer nicht allein sein“**

- **Zielgruppe:** Trauernde in unterschiedlichen Trauersituationen
- **Leitung:** Christina Kortmann, Christoph Sochart
- **Termine:** 10 Treffen ab September 2025, 14-tägig, mittwochs abends
- **Ort:** Paul-Schneider-Haus, Charlottenstraße 16, 41065 Mönchengladbach
- **Kosten:** kostenlos
- **Anmeldung:** Bis August 2025
- **Kontakt:** christina.kortmann@bistum-aachen.de

- **Trauerwege 2025/26**

Zielgruppe: Menschen in untersch. Trauersituationen

Leitung: Jürgen Schmitz, Daniela Zadrija

Termine: Mittwochs, 18:00 bis 20:00 Uhr: 26.11.25 (Informationsabend), 03.12.25, 10.12.25, 17.12.25, 07.01.26, 14.01.26, 21.01.26, 28.01.26, 04.02.26, 11.02.26

Ort: Haus der Regionen, Bettrather Straße 22, 41061 Mönchengladbach (Parkmöglichkeit direkt vor Ort)

Kosten: 25 bis 50 Euro nach eigenem Ermessen und Möglichkeit

Anmeldung: erforderlich

Kontakt: Daniela Zadrija, 0 21 61 - 89 21 845 oder Daniela.Zadrija@mariahilf.de

- **Trauergesprächskreis
– Impulse und Austausch in der Gruppe**

Zielgruppe: Männer und Frauen, die einen nahestehenden Menschen verloren haben

Leitung: Waltraud Aengenvoort

Termine: 10 aufeinander aufbauende Treffen

Ort: DRK Begegnungsstätte, Rossweide 10, 41199 Mönchengladbach

Anmeldung: erforderlich

Kosten: ca. 25,- Euro Bewirtungskosten

Kontakt: Waltraud Aengenvoort, 01 57 - 74 40 61 99 oder w-aengenvoort@online.de

- **Gesprächsgruppe: Trauer nach Suizid**

Details: Die Gruppe gibt Angehörigen nach Suizid die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Betroffenen. Sie können sich auf dem Trauerweg gegenseitig unterstützen, Halt geben und Perspektiven für den eigenen Weg durch die Trauer finden.

Leitung: Beatrix Hillermann und Achim Sasse

Termine: Monatlich jeweils mittwochs

Ort: Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178, 41063 Mönchengladbach

Kosten: kostenlos

Anmeldung: erforderlich

Kontakt: Beatrix Hillermann 0 21 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de

Hinweis: Einstieg nach Vorgespräch ist jederzeit möglich

Angebote für trauernde Männer

- **Walk & Talk – Spaziergang durch den Wald in Korschenbroich**

Details: Du kannst über deine Trauer reden und dabei Männer kennenlernen, denen es ähnlich geht. Du darfst dich frei bewegen, jederzeit den Gesprächspartner wechseln oder auch zwischendurch aussteigen.

Leitung: Christoph Sochart

Termine: Erstes Treffen am 28.04.25, 18:00 Uhr. An diesem Abend besprechen wir auch mögliche weitere Treffen.

Kosten: kostenlos

Anmeldung: netzwerkkirche@gdg-korschenbroich.de

Kontakt: Christoph Sochart, 01 72 - 21 58 31 4

- **Einzelbegleitung für trauernde Männer**
 Zielgruppe: Junge Erwachsene von 18 bis 30 Jahren
 Kontakt: Christoph Sochart, 01 72 - 21 58 31 4,
 netzwerkkirche@gdg-korschenbroich.de
 Termine: Nach Vereinbarung
 Ort: Korschenbroich
 Kosten: kostenlos

Angebote für junge Erwachsene

- **Offener Trauertreff für junge Erwachsene**
 Zielgruppe: junge Erwachsene von 18 bis 30 Jahren
 Leitung: Anja Hübner und N.N.
 Termine: Monatlich 1. Dienstag, 17:30 bis 19:00 Uhr
 Ort: Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178,
 41063 Mönchengladbach
 Kosten: kostenlos
 Anmeldung: erforderlich
 Kontakt: junge-Erwachsene-trauern@web.de
 Hinweis: Einstieg nach Vorgespräch jederzeit mögl.

Angebote für trauernde Kinder, Jugendliche und Familien

- **Kinder trauern!**
 Zielgruppe: Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren die einen Elternteil, ein Geschwisterkind, einen nahen Angehörigen oder Freund verloren haben
 Leitung: Waltraud Aengenvoort
 Termine: 10 aufeinander aufbauende Treffen, jeweils 2 Stunden
 Ort: DRK Heim, Carl-Diem-Straße 2,
 41065 Mönchengladbach
 Kosten: Umlage für Bastelmaterial
 Anmeldung: erforderlich
 Kontakt: Tel. 01 57 - 74 40 61 99
 w-aengenvoort@online.de

- **Trauern – du bist nicht allein**
 Zielgruppe: Jugendliche und junge Erwachsene von 12 bis 19 Jahren, die einen nahen Angehörigen oder Freund verloren haben
 Leitung: Waltraud Aengenvoort
 Termine: Nach Vereinbarung
 Ort: DRK, Louise Gueury-Straße 410, 41669 MG
 Kosten: kostenlos
 Anmeldung: erforderlich
 Kontakt: Tel. 01 57 - 74 40 61 99
 w-aengenvoort@online.de
- **Begleitung und Beratung trauernder Familien**
 Zielgruppe: Familien mit Kindern und Jugendlichen (Einzelgespräch und Familiengespräch)
 Leitung: Waltraud Aengenvoort
 Termine: Nach Vereinbarung
 Ort: DRK, Louise Gueury-Straße 410, 41669 MG
 Kosten: kostenlos
 Anmeldung: erforderlich
 Kontakt: Tel. 01 57 - 74 40 61 99
 w-aengenvoort@online.de
- **Trost-Zeit für trauernde Familien**
 Erläuterung: Ein Tag um im Austausch, im Spielen oder im Basteln der Trauer Raum zu geben und so gestärkt und getröstet den eigenen Weg weitergehen zu können.
 Zielgruppe: Trauernde Familien m. Kindern jd. Alters
 Leitung: Sr. Bettina Berens, Beatrix Hillermann, Britta Jartwig, Gerda Kretschmann
 Termin: Samstag, 15.11.25, 9:30 bis 17:00 Uhr
 Ort: Hildegardisweg 3, 41747 Viersen
 Kosten: 15,- € pro Familie für Essen
 Anmeldung: erforderlich
 Kontakt: Gerda Kretschmann, Hospizinitiative Kreis Viersen e.V.
 021 62 - 2 90 50, hospiz.viersen@t-online.de

- **Kinder-Trauer-Koffer: „Trostpflaster“**
: Erläuterung: Mediensammlung für Kinder zum Thema Sterben, Tod und Trauer (Neuaufgabe 2020)
: Zielgruppe: Kinder in KiTas, Grundschulen, Kindergr.
: Termine: Nach Vereinbarung
: Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder 01 51 - 52 63 59 10
: Beatrix.hillermann@pfarre-sankt- vitus.de
: **Kostenlose Ausleihe bei:** Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstr. 178, 41236 Mönchengladbach
- **„First-Aid-Kit“**
: Erläuterung: Medientasche für Jugendliche zum Thema Sterben, Tod, Trauer und Suizid
: Zielgruppe: Jugendliche in Schulen, Jugendgruppen, etc.
: Termine: Nach Vereinbarung
: Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder 01 51 - 52 63 59 10
: Beatrix.hillermann@pfarre-sankt- vitus.de
: **Kostenlose Ausleihe bei:** Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstr. 178, 41236 Mönchengladbach

- **„Für dich da“ – Podcast zur Begleitung und Unterstützung auf deinem Trauerweg**
: Erläuterung: In diesem Podcast der Seelsorgerin und Trauerbegleiterin Gabriele Thönnessen erwarten dich Informationen rund um Abschied und Trauer. Es geht darum, was Trauer ist, wie vielfältig Trauer erlebt wird und welchen Sinn sie hat. Ob Impulse durch Texte, Lieder, Filme oder Hinweise auf Trauergruppen und Beratungsangebote, du erhältst Anregungen zur persönlichen Trauerbewältigung, die du in aller Freiheit ausprobieren kannst. Als Ergänzung zu weiteren Trauerangeboten kannst du diesen Podcast hören, wann immer dir danach ist. Du kannst frei entscheiden, ob die Anregungen zu dir passen und inwieweit du sie umsetzt.
: Termine: Neue Folgen jeweils freitags
: Ort: Podcast „Für dich da“ auf Spotify, Deezer, podcast.de oder Amazon Music
: Kosten: kostenlos
: Kontakt: Gabriele Thönnessen
: thoennessen@kirche-selfkant.de

Angebote für Menschen, die um ein Tier trauern

- **Trauerspaziergang für Menschen, die um ein Tier trauern**
: Leitung: Ehrenamtliche des Trauerztr. St. Elisabeth
: Termine: Samstags, 14:00 bis 15:30 Uhr: 23.11.24, 08.02.25, 26.04.25, 12.07.25, 25.10.25
: Treffpunkt: Franziskanerkirche St. Barbara, Bettrather Straße 79, 41061 Mönchengladbach
: Kosten: kostenlos
: Anmeldung: nicht erforderlich
: Kontakt: Beatrix Hillermann 021 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt- vitus.de

Gottesdienste und Weihnachtsangebote für trauernde Menschen

In Krankenhäusern oder/und Grabeskirchen werden besonders zu den Festtagen und zu kirchlichen Gedenktagen Gottesdienste gestaltet, die der Lebenswirklichkeit von Trauernden besondere Beachtung schenken.

Sie finden die aktuellen Gottesdienst- und Begleitangebote für Trauernde in der Region Mönchengladbach unter den Internetauftritten der jeweiligen Grabeskirchen.

Tröstende Orte zur Weihnachtszeit

Die drei Grabeskirchen St. Elisabeth, St. Matthias und St. Josef haben gemeinsam ein Angebot für die Weihnachtszeit entwickelt. Es liegt in den drei Kirchen aus oder ist herunterzuladen unter:

www.trauerseelsorge-elisabeth-mg.de

www.grabeskirche-st-matthias.de

www.trostraum.de

St. Elisabeth

Bergstraße 65, 41063 Mönchengladbach

www.trauerseelsorge-elisabeth-mg.de

Gedenkmesse für Verstorbene

Wir nehmen Ihre Verstorbenen ins Gebet und entzünden eine Kerze zum Gedenken, die Trauerseelsorgerin gestaltet den Gottesdienst.

Jeder 1. Samstag im Monat, 17:00 Uhr

Auch für die anderen Samstage (Messe um 17:00 Uhr) können Gedenken für Verstorbene im Büro der Grabeskirche bestellt werden: 021 61 - 24 89 20, bueroe@grabeskirche-moenchengladbach.de

St. Matthias

Stadtwaldstraße 323, 41179 Mönchengladbach

www.grabeskirche-st-matthias.de

Kleine Andacht mit Gedenken an Verstorbene

Egal, ob diese in der Grabeskirche oder sonst irgendwo auf der Welt beigesetzt sind. Wir feiern diese kleine Andacht mit Musik, Stille, Gebet und gedenken mit einem Symbol unserer Lieben.

Freitags, 18:30 Uhr: 21.03., 06.06., 19.09., 19.12.25

St. Josef

Keplerstraße 75, 41236 Mönchengladbach

www.trostraum.de

Kapelle der Kliniken Maria Hilf

Viersener Str. 450, 41063 Mönchengladbach

Ökumenische Gedenkgottesdienste für Angehörige von Verstorbenen Patienten der Kliniken Maria Hilf. Konkrete Termine werden in der Presse angekündigt oder Anfrage unter: Krankenhauseelsorge Kliniken Maria Hilf 021 61 - 89 21 211 oder Daniela.vitale@mariahilf.de

Kapelle des Elisabeth-Krankenhauses

Hubertusstr. 100, 41239 Mönchengladbach

Gedenkfeier für verstorbene Kinder gestaltet von der ev. Krankenhauseelsorge und dem Team der Kinderintensivmedizin. Sonntag, 24.11.2024 und 23.11.2025, 15:00 Uhr
Kontakt: Elke van Sintmartensdijk, 01 51 - 14 23 29 75, Elke.vanSintmaartensdijk@sk-mg.de

Weitere hilfreiche Adressen

www.trauerbegleitung-im-bistum-aachen.de

www.VEID.de

Telefonseelsorge

kostenfreie Rufnummer: 0800-1110111

Betreute Chats

www.doch-etwas-bleibt.de

www.allesistanders.de

Dieses Heft digital unter:

