

4.3.26:

„trotzdem.weiter.machen“: Selbsthilfegruppe für Trauer nach Suizid gründet sich

Der Verein TrauerHalt eV möchte Trauernden, die den Suizid eines nahen Menschen erleben mussten, einen geschützten Raum bieten, um sich mit der eigenen Situation und den damit verbundenen Gefühlen auseinanderzusetzen.

Die Gruppe „trotzdem.weiter.machen“ bietet Gelegenheit für den Austausch mit anderen Betroffenen und das Erleben von Verständnis; sie wird regelmäßig am ersten Mittwoch im Monat stattfinden.

Start ist am 4. März 2026, 19.00 – 20.30h am Vereinssitz in 46348 Raesfeld-Erle, Osterholten 3 (1. OG, leider kein Aufzug).

Interessierte werden um eine vorherige Kontaktaufnahme / Anmeldung gebeten unter info@trauer-halt.de oder 0179 672 6590.

7.3.26:

Lesung: „Ein Stern findet sein Zuhause“

Das Buch ist gedacht für Sternenkinderfamilien. Es geht um Suchen, Finden und Ankommen; um Bleiben und Gehen; Verlieren und Verbunden-Bleiben.

Der Autor und Erzieher Lukas Spiekermann, selbst ein Sternenpapa, weiß, worüber er schreibt und hat ein kindgerechtes Bilderbuch zum Vorlesen für die ganze Familie geschrieben; von Tanja Talowski stammen die ansprechenden Illustrationen.

Auch selbst kreativ Werden und dadurch Verarbeiten ist möglich, im Buch gibt es dafür Anregungen und freie Seiten. (ISBN: 9783565071807)

Die Lesung des Autors findet statt am Samstag, 7. März 26 um 16.30h am Vereinssitz in 46348 Raesfeld-Erle, Osterholten 3 (1. OG, leider kein Aufzug).

Alle Interessierten sind eingeladen; es gibt an dem Tag sowohl die Möglichkeit, sich über das Buch auszutauschen sowie die Gelegenheit, sich über den Verein Trauerhalt eV und die Arbeit zu informieren.

Interessierte werden um eine Anmeldung gebeten unter info@trauer-halt.de oder 0179 672 6590.

9.3.26:

Keramik bemalen im Malstudio Farbenstolz

Die Keramikmalwerkstatt Farbenstolz ist ein Ort, an dem man in angenehmer Atmosphäre Keramikrohlinge bemalen kann. Schnell sind dabei Alltag, Stress und Hektik vergessen.

Wir bieten im März erwachsenen Trauernden die Möglichkeit, hier ihrer Trauer kreativ zu begegnen.

Das Studio öffnet an dem Tag nur für uns und in dieser geschützten Runde können sich Gespräche entwickeln, aber es darf auch jeder in Ruhe für sich arbeiten.

Es können dabei unterschiedliche Stücke bemalt werden, auch speziell zur Erinnerung an die verstorbene Person wie beispielsweise Gedenkkacheln oder kleine Schatzdosen.

Termin / Uhrzeit: 9.3.26, 18.00 – 21.00h

Die Materialkosten sind selbst zu tragen; eine Seminargebühr wird nicht erhoben.

Infos und Anmeldung: info@trauer-halt.de; 0179 672 6590

14.3.26:

Wanderung für Menschen in Trauer

Unterwegs sein: Die Trauer ist ein Weg, dazu passt Wandern gut.

Trauerbegleiterinnen vom Verein TrauerHalt eV bieten regelmäßig Wanderungen mit Impulsen an; dabei gibt es Raum für Gedanken, Gespräche oder auch Schweigen.

Am Borkener Fliegerberg finden diese bei jedem Wetter statt, daher sind wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk passend, zudem Proviant für eine kleine Pause.

Bitte keine Haustiere / Hunde mitbringen.

Termin: 14.03. 2026, ab 14.00 Uhr, ca. 3 - 4 Stunden / 4-5 km.

Treffpunkt: Parkplatz „Forellenhof“, Borken- Gemen, Zum Homborn 13

Kosten: 10,00 € pro TeilnehmerIn.

Anmeldungen unter info@trauer-halt.de oder 0179 672 6590