

# **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 verzweifelt, 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, Krankenhauseelsorge in Mönchengladbach, Kolpingsfamilie Mönchengladbach, Nikolauskloster – Oblatenmissionare (Jüchen), Psychiatrieseelsorge LVR Kliniken, Netzwerkkirche Korschenbroich-Pesch, Verbund der kath. Grabeskirchen Mönchengladbach

# Inhalt

<b>Einzelbegleitungen</b> .....	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
<b>Offene Angebote ,Trauercafés und Trauerspaziergänge</b> .....	9
„Das Lieblingsessen 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
<b>Gesprächsgruppen</b> .....	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

<b>Begleitangebote zum Thema Suizid</b> .....	17
Gesprächsgruppe: Trauer nach Suizid .....	17
<b>Angebote für trauernde Männer</b> .....	17
Walk & Talk – Spaziergang durch den Wald in Korschenbroich .....	17
Einzelbegleitung für trauernde Männer .....	18
<b>Angebote für junge Erwachsene</b> .....	17
Offener Trauertreff für junge Erwachsene .....	17
<b>Angebote für trauernde Kinder, Jugendliche und Familien</b> .....	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
<b>Angebote für Menschen, die um ein Tier trauern</b> .....	20
Trauerspaziergang für Menschen, die um ein Tier trauern .....	20
Trost-Zeit für trauernde Familien .....	20
<b>Trauerpodcast</b> .....	21
„Für dich da“ – Podcast zur Begleitung und Unterstützung auf deinem Trauerweg .....	21
<b>Gottesdienste und Weihnachtsangebote für trauernde Menschen</b> .....	21
<b>Weitere hilfreiche Adressen</b> .....	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, gestaltthera-  
peutische Beraterin (IHP)  
Trauerseelsorge Grabeskirche St. Elisabeth



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



**Anja Hübner**  
Trauerbegleiterin  
Trauerzentrum St. Elisabeth Mönchengladbach



**Christina Kortmann**  
Seelsorgerin, Trauerbegleiterin  
GdG Mönchengladbach-Ost



**Gerda Kretschmann**  
Kordinatorin Hospizinitiative, Kinder-, Jugend - und  
Familientrauerbegleiterin, System. Therap.(DGSF)  
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**  
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](mailto:w-aengenvoort@online-de)  
: Telefon: 01 57 - 74 40 16 99  
: Ort: DRK, Louise Gueury-Straße 410, 41169 MG
- **Sr. Bettina Berens**  
: Kontakt: [sr.bettina.berens@pfarre-sankt-vitus.de](mailto:sr.bettina.berens@pfarre-sankt-vitus.de)  
: Telefon: 01 59 - 04 03 96 94  
: Ort: Mönchengladbach
- **Ute Errens**  
: Kontakt: [ute.errens@bistum-aachen.de](mailto:ute.errens@bistum-aachen.de)  
: Telefon: 021 66 - 94 25 92 oder 021 66 - 4 11 72  
: Ort: Trostraum St. Josef, Keplerstr. 75,  
: 41236 Mönchengladbach-Rheydt
- **Beatrix Hillermann + Team**  
: Kontakt: [beatrix.hillermann@bistum-aachen.de](mailto:beatrix.hillermann@bistum-aachen.de)  
: Telefon: 021 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 - 2991 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 Lieblingsessen 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 0 21 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 0 21 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 bis 13:00 Uhr

**Ort:** Grabeskirche St. Elisabeth, Bergstraße 65, 41063 Mönchengladbach

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung:** Nicht erforderlich

**Kontakt:** Beatrix Hillermann 0 21 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 Veran-  
 : staltung  
 : **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  
 : jeweils 15:00 bis 17:00 Uhr  
 : **Ort:** Hauptfriedhof Mönchengladbach  
 : **Treffpunkt:** Birkenallee 50, 41063 Mönchengladbach  
 : **Kosten:** kostenlos  
 : **Anmeldung:** Nicht erforderlich  
 : **Kontakt:** Kolpingsfamilie Mönchengladbach,  
 : Gudrun Grimpe-Christen, 021 61 69 83 342
  
- **„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., 06.10., 03.11., 01.12.25  
 : **Dauer:** 60 bis 90 Minuten  
 : **Treffpunkt:** Stadtwaldstraße 323,  
 : 41179 Mönchengladbach  
 : **Kosten:** kostenlos  
 : **Anmeldung:** Nicht erforderlich  
 : **Kontakt:** Sandra Hofer, 01 52 - 2991 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., 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 Veranstaltung 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

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, 0 21 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



## Begleitangebote zum Thema Suizid

- **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 021 61 - 24 89 212 oder [beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de](mailto: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](mailto:netzwerkkirche@gdg-korschenbroich.de)
  - **Kontakt:** Christoph Sochart, 01 72 - 21 58 31 4

- **Einzelbegleitung für trauernde Männer**
- : Zielgruppe: Männer jedes Alters
- : 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 dienstags, 17:30 bis 19:30 Uhr, 07.01., 04.02., 04.03., 08.04., 06.05., 03.06., 08.07., 12.08., 09.09., 07.10., 04.11., 02.12.25
- : 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 Begegnungsstätte, Rossweide 10 41199 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, 41169 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, 41169 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 - 290 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 0 21 61 - 24 89 212 oder 01 51 - 52 63 59 10  
 : Beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de  
 : **Kostenlose Ausleihe bei:** Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 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 0 21 61 - 24 89 212 oder 01 51 - 52 63 59 10  
 : Beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de  
 : **Kostenlose Ausleihe bei:** Trauerzentrum St. Elisabeth, Bökelstraße 178, 41236 Mönchengladbach

## Angebote für Menschen, die um ein Tier trauern

- **Trauerspaziergang für Menschen, die um ein Tier trauern**  
 : Leitung: Ehrenamtliche des Trauerztr. St. Elisabeth  
 : Termine: Samstags, jeweils 14:00 bis 15:30 Uhr am 23.11.24, 08.02.25, 26.04.25, 12.07.25, 25.10.25  
 : Treffpunkt: Franziskanerkirche St. Barbara, Bettrather Straße 79, 41061 Mönchengladbach a. d. Vorderseite d. Vogelvoliere gegenüber d. Kirche  
 : Kosten: kostenlos  
 : Anmeldung: nicht erforderlich  
 : Kontakt: Beatrix Hillermann 0 21 61 - 24 89 212 oder beatrix.hillermann@pfarre-sankt-vitus.de

## Trauerpodcast

- **„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

## 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](http://www.trauerseelsorge-elisabeth-mg.de)

[www.grabeskirche-st-matthias.de](http://www.grabeskirche-st-matthias.de)

[www.trostraum.de](http://www.trostraum.de)

### **St. Elisabeth**

Bergstraße 65, 41063 Mönchengladbach

[www.trauerseelsorge-elisabeth-mg.de](http://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,  
[buer0@grabeskirche-moenchengladbach.de](mailto:buer0@grabeskirche-moenchengladbach.de)

### **St. Matthias**

Stadtwaldstraße 323, 41179 Mönchengladbach

[www.grabeskirche-st-matthias.de](http://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](http://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: Krankenhausseelsorge Kliniken Maria Hilf 021 61 - 8921 211 oder Daniela.vitale@mariahilf.de

## **Kapelle des Elisabeth-Krankenhauses**

Hubertusstr. 100, 41239 Mönchengladbach

**Gedenkfeier für verstorbene Kinder** gestaltet von der ev. Krankenhausseelsorge 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](http://www.trauerbegleitung-im-bistum-aachen.de)

[www.VEID.de](http://www.VEID.de)

### **Telefonseelsorge**

kostenfreie Rufnummer: 0800-1110111

### **Betreute Chats**

[www.doch-etwas-bleibt.de](http://www.doch-etwas-bleibt.de)

[www.allesistanders.de](http://www.allesistanders.de)

Dieses Heft digital unter:

