

# FÜR...

Kinder ab 5 Jahren und Jugendliche bis 18 Jahre aus dem Kreis Minden-Lübbecke und begleitende Angehörige.

## WIR SIND EIN TEAM

aus erfahrenen Trauerbegleitern. Viele von uns haben eigene Erlebnisse im Umgang mit Verlust und Tod. Wir stehen an deiner Seite.

## KOSTENLOSE ANGEBOTE

für dich und deine Familie. Die Angebote werden durch die „Stiftungsgemeinschaft Minden“ und Spenden ermöglicht.

\*Wegen der besseren Lesbarkeit des Textes wird auf eine gendergerechte Sprache verzichtet

# TRAUERHELDEN



## KONTAKT

Daniela Möller-Peck (Projektkoordination)  
Aktivitätszentrum am Goethepark  
Goethestraße 42, 32427 Minden  
Tel. 0157 31662111  
Mail: [info@trauer-helden.de](mailto:info@trauer-helden.de)  
[www.trauer-helden.de](http://www.trauer-helden.de)



Daniela Möller-Peck  
(Projektkoordination)

## TELEFONISCHE ERREICHBARKEIT

Dienstag von 15:00 bis 17:00 Uhr  
Donnerstag von 10:00 bis 12:00 Uhr

Das Projekt Trauerhelden ist initiiert und gefördert von:



Nähere Infos auf: [www.trauer-helden.de](http://www.trauer-helden.de)

# KINDER. TRAUERN. ANDERS.

Titelfoto: Addictive Stock | Foto innen: markuspsiske | photocase.de

[www.trauer-helden.de](http://www.trauer-helden.de)



# TRAURIG UND DOCH STARK.

## GEMEINSAM DURCH SCHWERE ZEITEN!

Du hast einen geliebten Menschen verloren und plötzlich ist nichts mehr wie es war. Vielleicht fühlst du dich allein oder unverstanden und Trauer, Wut oder Verzweiflung begleiten dich. Doch du bist nicht allein!

Bei den Trauerhelden findest du einen sicheren Ort für deine Gefühle, Menschen, die dich auffangen und eine Gemeinschaft, die dich stärkt. Bei uns darfst du traurig, wütend, still und einfach du selbst sein.

## UNSERE ANGEBOTE:

### EINZEL GESPRÄCHE

Wir hören dir zu, nehmen uns Zeit und überlegen mit dir, wie es weitergehen kann. Alles, was bei uns besprochen wird, bleibt unter uns.

### TRAUER GRUPPEN

In Gruppen von Gleichaltrigen kannst du über deine Erlebnisse sprechen, mit anderen Zeit verbringen, spielen oder kreativ sein. Hier ist Raum für deine Trauer, aber auch für neue Hoffnung und Kraft.

### GRUPPE FÜR ERWACHSENE

Vielleicht brauchen deine Familie oder Angehörige Unterstützung. In einer Gruppe für Erwachsene haben sie die Möglichkeit, ihre Trauer zu verarbeiten und sich auszutauschen. So können sie besser auch für dich da sein.

### BEGLEITUNG + UNTERSTÜTZUNG

Wir sind an deiner Seite, wenn du jemanden brauchst – sei es in Gesprächen, bei einem Krankenhausbesuch oder bei einer Beerdigung.

## DAS IST UNS WICHTIG!

### Religion

Egal, ob du gläubig bist oder nicht – du bist bei uns willkommen.

### Schweigepflicht

Du kannst dich darauf verlassen, dass wir die Schweigepflicht und Vertraulichkeit beachten.

