

Unsere Veranstaltungen von September bis November 2018

Schwere Wege nicht alleine gehen

Eine Veranstaltung zum Welttag der Suizidprävention.

Wenn mitten am Tag die Sonne vom Himmel fällt.

Der Anruf kam gegen Mittag. Das konnte nicht sein. Sie war doch abends mit ihr zum Essen verabredet, es gab Pläne für den nächsten gemeinsamen Urlaub. Das musste ein Irrtum sein! Fassungslosigkeit macht sich breit, ein Sich-verlassen-Fühlen. Wut, Enttäuschung und Schuldgefühle kommen hoch. „Warum habe ich nichts gemerkt?“ „Hätte ich etwas tun können?“

Jährlich sterben in Deutschland etwa 10.000 Menschen durch Suizid. Statistisch weit mehr als durch Unfälle, illegale Drogen oder Gewalttaten zusammen. Und doch ist Suizid immer noch ein Tabuthema. Hinterbliebene sind von einer Mauer des Schweigens umgeben, bauen selbst eine Mauer um sich auf. Sie machen sich Vorwürfe, haben die widersprüchlichsten Gefühle gegenüber den Verstorbenen. Und das Umfeld ist ratlos, wie die Hinterbliebenen unterstützt werden können. Doch auch Freunde und Kolleginnen brauchen unter Umständen Unterstützung: Die WHO schätzt, dass von jedem Suizid im Schnitt mindestens sechs Personen betroffen sind. Meist mehr.

Die Bestatterinnen Monika Noller und Lindy Ziebell laden am diesjährigen Welttag der Suizidprävention Betroffene und Interessierte ein, über das Thema Suizid ins Gespräch zu kommen. Was macht es so schwer, darüber zu reden? Welche Berührungspunkte gibt es? Was kann ich tun, wenn ich befürchte oder weiß, dass ein mir nahestehender Mensch Suizidgedanken hat?

Pia Hamann und Anne Wiebusch, Trauerbegleiterinnen in Bielefeld, berichten aus Ihrer Arbeit mit Betroffenen und geben kleine kreative Impulse, wie man auch in Krisenzeiten gut für sich sorgen kann.

Termin: Montag, 10. September 2018, 18.30 – 20.30 Uhr • Der Eintritt ist frei.

Tankstelle für die Seele mit dem Chor für Trost-, Kraft- und Heilung

Tanken Sie auf mit Musik! Erfahren Sie die heilsame Kraft des Singens und Tönens, wie es ist, besungen zu werden oder andere zu besingen. Wir singen Lieder aus verschiedenen Ländern und Kulturen der Welt, die einfach zu erlernen sind. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin: Donnerstag, 13. September 2018, 18.30 – 20 Uhr

Eintritt frei – Austritt erwünscht

Besuch bei Laika – Trost auf vier Pfoten

Laika e.V. bietet tiergestützte Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und ihre Familien an. Der Verein ist in diesem Jahr auf den **Gnaden- und Begegnungshof Sentana** gezogen. Damit hat sich das tierische Projektteam vergrößert: neben den Therapiehunden Kanela und Joker gehören jetzt auch das Schaf Gertrud, die Kuh Elsa, die Schweinedame Carla und andere dazu. Im Kontakt mit den Tieren, im Gespräch miteinander, durch Rituale, Spiel und kreatives Tun kann die Trauer Ausdruck und Trost finden. „Das Berühren und Streicheln der Tiere, das Spielen mit ihnen, aber auch schon ihre bloße Anwesenheit mindern Stress und Angst, fördern Ruhe und Entspannung“, sagt Ingrid Littmann. Und dass gerade Tiere, die selbst ein trauriges Schicksal haben, den Trauernden helfen, sei noch einmal besonders.

Termin: 9. Oktober 2018, 16 Uhr – Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung mitgeteilt.

Die Zahl der TeilnehmerInnen ist auf 10 beschränkt. Wir bitten um Anmeldung bis zum 8.10. unter Tel. 0521 – 380 22 80. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Spende ist willkommen.

Offenes Trauercafé

An **jedem ersten Dienstag im Monat, von 16 – 18 Uhr** laden die Trauerbegleiterinnen **Pia Hamann** und **Anne Wiebusch** dazu ein, bei einer Tasse Tee/Kaffee zu reden, sich zu erinnern, sich auszutauschen. Sie können spontan und ohne Voranmeldung teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Unsere aktuelle Ausstellung: **laublos bunt** - Überraschend kolorierte Fotografien von **Pia Hamann**

Die Ausstellung ist bis Ende Oktober 2018 zu sehen.

Sofern nicht anders angegeben, finden alle Veranstaltungen in unseren Räumen statt.

Wenn Sie sich die Ausstellung anschauen wollen, ist eine vorherige telefonische Absprache ratsam.

Unsere Öffnungszeiten sind i.d.R. Montag bis Freitag von 9 - 17 Uhr.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite www.noller-ziebell.de

Hinweise auf Veranstaltungen Dritter:

- **Digitalen Nachlass frühzeitig regeln**

Diana Böhler-Bachmann von der *Verbraucherzentrale NRW, Beratungsstelle Bielefeld* wird zum Thema referieren und anhand von Beispielen Ratsuchenden Tipps geben, um schon zu Lebzeiten die richtigen Vorkehrungen im Hinblick auf den digitalen Nachlass treffen zu können.

Termin: 20. September 2018, 16 Uhr im Wohncafé am Pfarracker, Am Pfarracker 39/Liethstück 2 in Bielefeld-Schildesche. Der Vortrag ist kostenfrei.

- **Ukuthula - Lieder und Texte für den Frieden** mit dem *Chor für Trost, Kraft und Heilung*

Termin: Donnerstag, 11. Oktober 2018, 19 – 20.30 Uhr im Haus Wellensiek, Wellensiek 108 A, 33619 Bielefeld. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Eintritt frei - Austritt erwünscht.

Wenn wir Ihnen unser Veranstaltungsprogramm zukünftig per E-Mail zusenden können/sollen, schicken Sie uns bitte eine entsprechende Mail an: info@noller-ziebell.de

Und wenn Sie jemanden kennen, der oder die sich für unser Angebot interessieren könnte, können Sie diese Einladung gerne weitergeben!

Mit herzlichen Grüßen

Monika Noller und **Lindy Ziebell**

* * *

Bitte lassen Sie uns wissen, wenn Sie unsere Veranstaltungshinweise nicht mehr erhalten möchten.

Unsere Datenschutzerklärung finden Sie auf unserer Internetseite.