

### Liebe Vereinsmitglieder!

Wir freuen uns, euch heute den Herbst-Newsletter schicken zu können. Wir haben in den vergangenen Monaten fleißig gearbeitet. Lest und seht, was dabei herausgekommen ist!

### Gedenktag „Ein Licht für dich“ am 28.10.2018

Im vergangenen Jahr haben wir den Gedenktag für früh Verstorbene ins Leben gerufen. Immer am letzten Sonntag im Oktober wollen wir unter dem Motto „Ein Licht für dich“ gemeinsam an all die Menschen denken, die viel zu früh sterben mussten: unsere Partnerinnen und Partner, Väter, Mütter, Freunde, Arbeitskollegen, ... Uns ist es wichtig, daran zu erinnern, dass vom Tod nicht nur alte Menschen betroffen sind.



Der Gedenktag für früh Verstorbene findet in diesem Jahr am 28.10. statt.  
Foto: Monika Niemöller.

Deshalb wird es am 28. Oktober um 18 Uhr einen Gedenkgottesdienst geben. Er findet statt in der Pfarrkirche St. Anna, Annaplatz 4 in Düren. Natürlich ist uns bewusst, dass ihr überall in Deutschland verteilt lebt und es deshalb für die meisten nicht möglich ist, ins Rheinland zu kommen. Unterstützen kann man den Gedenktag aber überall. Hier: [Ein Licht für dich!](#) [Teelicht-Banderole](#) könnt ihr eine Banderole ausdrucken, um ein Teelichtglas kleben und dies am Gedenktag ins Fenster stellen. Dieses Licht ist für euren geliebten Menschen. Vielleicht mögt ihr an dem Tag sogar jemanden einladen, der sich mit euch zusammen erinnert an die Personen, die unser Leben für immer reicher gemacht haben.

### Berichte - Informationen - Aktuelles

#### INHALT

Gedenktag „Ein Licht für dich!“

Selbsthilfegruppen-Starterkit

Neue Vereinsflyer

Zu guter Letzt

### Selbsthilfegruppen-Starterkit

In unserer Arbeit kam in der Vergangenheit immer wieder die Frage auf, was Trauernde tun können, die keine VIDU-Gruppe in ihrer Nähe haben. Aus eigener Erfahrung wissen wir, wie wichtig es ist, Kontakt mit Menschen zu knüpfen, die dasselbe Schicksal teilen. Oft gibt es aber kein passendes Angebot für Trauernde, die mitten im Berufsleben stehen und/ oder noch kleine bzw. in Ausbildung stehende Kinder haben.

Aus diesem Grund haben wir ein "Starterkit" zusammengestellt, das es interessierten Betroffenen erleichtert, eine eigene Selbsthilfegruppe zu gründen. Unser Angebot richtet sich auch an engagierte Menschen aus dem sozialen Bereich, die sich vorstellen können, Betroffenen bei der Organisation einer Selbsthilfegruppe zu helfen.



Das neue "VIDU-Starterkit" soll den Aufbau von Selbsthilfegruppen vereinfachen.  
Foto: Monika Niemöller.

Das "VIDU-Starterkit" enthält eine Broschüre, in der wir viele Tipps zusammengestellt haben, z.B. mögliche Themen für Gesprächsrunden und Informationen darüber, wie man eine Pressemitteilung für die örtliche Zeitung schreibt. Es gibt außerdem ein Plakat, das man am Versammlungsort aufhängen kann, eine Anregung für den Gesprächseinstieg sowie „Ermutigungskarten“, die die Teilnehmenden mit nach Hause nehmen, Kaffee, Tee und Kekse für das erste Treffen u.v.m. Den Inhalt findet ihr im Downloadbereich unserer Homepage <https://www.verein-verwitwet.de/download> Anfordern könnt ihr es per E-Mail [starterkit@verein-verwitwet.de](mailto:starterkit@verein-verwitwet.de)

Unser Angebot ist kostenlos für Betroffene. Trauerbegleiter und andere Interessierte bitten wir um eine Spende, für die wir gerne eine Spendenbescheinigung ausstellen. Unsere Kontoverbindung lautet: VIDU verein-verwitwet e.V., Volksbank Köln-Bonn e.G., IBAN: DE17 3806 0186 8102 3060 16

## Neuer Vereinsflyer

Da sich unser Angebot seit dem Erscheinen unseres Vereinsflyers 2015 weiterentwickelt hat, haben wir uns an dessen Aktualisierung gemacht:



Den kompletten Flyer könnt ihr im Downloadbereich unserer Homepage ansehen: <https://www.verein-verwitwet.de/download>

In den nächsten Wochen schicken wir euch einen aktuellen Flyer per Post. Bitte gebt ihn weiter, wenn ihr ihn nicht selber behalten wollt. Viele Einrichtungen freuen sich über die Möglichkeit, jünger Verwitweten ein Hilfeangebot machen zu können. Mögliche Einrichtungen sind z. B. Bestattungsinstitute, Hospize, Krankenhäuser, Trauerbegleiter. Gerne schicken wir euch eine größere Anzahl Flyer zu. Ihr könnt sie anfordern unter [vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de) Auch den Regionalgruppenleitern schicken wir in den nächsten Wochen die neuen Flyer zu.

## ... zu guter Letzt

Die folgende Geschichte haben wir im "Ein Licht für dich!"-Gedenkgottesdienst 2017 verwendet. Wir hoffen, sie gefällt euch.

*Eines Tages kam eine gute Fee zu einer jungen Frau. „Ich sehe“, sagte die gute Fee, „dass du Spaß hast im Leben. Du hast dein Auskommen, nette Freunde und abends noch genügend Energie, um auszugehen. Ein hübsches Leben.“ „Oach jaaaaa“, sagte die junge Frau. „Geht so.“ „Fehlt denn etwas?“, fragte die Fee. „Ich fühle mich so leer. Ja, irgendwas fehlt.“ „Hm“, sagte die gute Fee. „Ich könnte dir da vielleicht helfen.“ „Ja?“, fragte die junge Frau neugierig. „Wie denn?“ „Also pass auf: du bekommst den Mann, der genau zu dir passt. Du wirst eine Liebe empfinden wie noch nie zuvor und er wird dich genau so lieben. Ihr werdet nach einer Weile sogar heiraten und ein Kind bekommen. Ein absolutes Wunschkind.“ „Ja, ja, das will ich!“, rief die junge Frau begeistert.*

*„Warte, bevor du dich entscheidest“, sagte die Fee. „Die Sache hat nämlich einen Haken. Nach den elf glücklichsten Jahren deines Lebens wird dein Mann sterben. Du wirst sehr verzweifelt sein. Aber du hast ein gesundes, fröhliches Kind. Und du wirst für den Rest deines Lebens diese große Liebe in dir tragen. Auf Dauer macht dich das stark und selbstsicher.“ Oder du behältst dein jetziges Leben. Ganz nett. Ohne die große Liebe, aber dafür auch ohne Schmerz. Also: was wählst du?“ „Ich wähle die Liebe. Mit dem Schmerz werde ich schon fertig“, sagte die junge Frau. Und so kam es. Die junge Frau lernte einen ganz besonderen Mann kennen, sie heirateten, bekamen ein Kind – und als der Mann nach elf Jahren starb, war die Trauer so groß, dass die Frau dachte, nie wieder glücklich werden zu können. Da erinnerte sie sich an die gute Fee und sogar in ihrem Schmerz wusste sie, dass sie genau das richtige Leben gewählt hatte.*

Vielleicht fällt euch auch eine Geschichte zu eurer Trauer ein, oder ein Gedicht, ein Bild. Was auch immer es ist: schickt es uns, so dass wir es vielleicht hier oder auf unserer Webseite für euch und andere veröffentlichen können.

## Euer VIDU-Vorstand

Ellen Peiffer (V.i.S.d.R.)  
[vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)