

### Liebe VIDU-Freunde!

pünktlich zu unserem Gedenktag „Ein Licht für dich“ am 27.10. findet sich der Herbst-Newsletter in euren Postfächern. Darin berichten wir über diesen Tag, eine Selbsthilfegruppe in Gründung, den Fortgang unserer Ausstellung, unsere Mitgliederversammlung und unser neues Forums-Projekt.

### 27.10: "Ein Licht für dich!"

Den bundesweiten Gedenktag für früh Verstorbene "Ein Licht für dich!" begehen wir in diesem Jahr zum dritten Mal. An diesem Tag denken wir gemeinsam an unsere Lieben, die uns viel zu früh verlassen mussten. Am 27.10., 18.00 Uhr gibt es dazu einen Gottesdienst in der St.-Anna-Kirche in Düren. Wir beschäftigen uns in diesem Jahr mit der Frage nach dem „Warum“, die eine der vielen quälenden Fragen ist. Gibt es darauf überhaupt eine Antwort, und wenn ja, wie findet man sie? Kann man auch ganz anders auf diese Frage schauen, als mit quälender Verzweiflung? Im Gedenkgottesdienst möchten wir Trauernden einen Funken Zuversicht mitgeben. Besonders der Moment, wenn die Kerzen durch die Bänke weitergegeben werden und unsere Teelicht-Banderolen leuchten, ist warm und hoffnungsvoll.

Weitere Informationen zum Gedenkgottesdienst gibt es hier: <https://www.verein-verwitwet.de/aktuelles> Teelicht-Banderolen, um sie an diesem Tag ins Fenster zu stellen und um mit Familie und Freunden zusammen zu gedenken, könnt ihr bei uns bestellen. Dazu genügt eine E-Mail mit der Angabe der Adresse und wie viele Banderolen ihr haben möchtet an [vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)

### VIDU-Gruppe "Bremen"

Im November geht es los: in Bremen startet eine neue Selbsthilfegruppe für jünger Verwitwete! Nicole, die sie gründet, ist Trauerbegleiterin und steht nicht nur Menschen im Raum Bremen zur Seite, sondern hat sich auch auf unserer Homepage als Trauerbegleiterin registrieren lassen. Vielen Dank dafür! Wir unterstützen ihre Gruppe mit unserem Starterkit, einer Presseerklärung und anderen Materialien. Alle Informationen zu der neuen Gruppe gibt es hier: <https://www.verein-verwitwet.de/wir-sind-vidu/regionalgruppen/bremen>

### Berichte - Informationen - Aktuelles

#### INHALT

Gedenktag "Ein Licht für dich" am 27.10.

Neue VIDU-Gruppe "Bremen"

Ausstellung

Wir suchen Mitmacher

Forum-Projekt "Advent"

### Ausstellung



VIDU-Ausstellung "Das Problem sind die Sonntage", Foto: Jann Höfer.

Unsere Foto-Ausstellung braucht länger als gedacht. Der junge Kölner Fotograf Jann Höfer, der die Ausstellung innerhalb seiner Studienarbeit erarbeitet, ist Vater geworden, neben dem Studium muss Geld für die Familie verdient werden und ein Schicksalsschlag im engsten Familienkreis hat die zeitliche Planung für die Ausstellung nach hinten verschoben. Auch die Interviews brauchen sehr viel mehr Geduld als vermutet. Wir finden es schön, dass Jann sich diese Zeit für uns und unser Anliegen nimmt und bleiben gespannt!

## Wir suchen Mitmacher!

Einmal jährlich findet unsere **Mitgliederversammlung in Köln** statt. In **2020** ist sie für **Samstag, den 14. März** geplant. Nachdem wir uns einige Jahre am frühen Nachmittag getroffen haben, überlegen wir nun, die Mitgliederversammlung auf den Vormittag zu verlegen. Dann könnte man danach (so eine Versammlung dauert ca. drei bis dreieinhalb Stunden) noch irgendwo gemütlich zusammensitzen und dennoch die Heimreise ganz entspannt antreten.

Im kommenden Jahr stehen Vorstandswahlen an. Der amtierende Vorstand wird sich gerne für zwei weitere Jahre wählen lassen. Aktuell suchen wir aber noch jemanden, der sich vorstellen könnte, uns mit ca. zwei Stunden in der Woche bei der Vorstandsarbeit zu unterstützen. Wer das leisten könnte und mit netten Menschen zusammen an der Verbesserung der Lebensbedingungen für Verwitwete und ihre Kinder arbeiten möchte, melde sich gerne bei uns:

[vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)

Übrigens kommt das auch für Vereinsmitglieder außerhalb Kölns in Frage: Vorstandssitzungen halten wir meistens (im Abstand von ca. 2 Monaten) per Skype ab.



"Herbstspaziergang", Foto: Adolf Kraft.

## Forum-Projekt "Advent"

Die Tage kommen uns dunkel, kalt und leer vor. „Heute war ein schrecklicher Tag“, sagen wir und manchmal fragen wir uns, ob der nächste Tag überhaupt besser werden kann. Als meine Kinder klein waren, habe ich, um der Resignation vorzubeugen, vor dem Schlafengehen mit ihnen überlegt, was gut an diesem Tag war. Drei gute Dinge sollten sie nennen. Die waren im Alltagsgrau schon wieder aus dem Bewusstsein verschwunden und mussten mühsam vor dem Vergessen gerettet werden. Die Fleischwurst an der Metzgerstheke. Die Sonnenstrahlen, die sich kurz durch die Wolken gekämpft hatten. Der höchste Legoturm, den das Kinderzimmer je gesehen hat.

Dieses Nachdenken über den Tag tut auch uns Erwachsenen gut. Deshalb eröffnen wir am 1. Dezember einen neuen Forumsbeitrag, in dem wir jeden Tag im Advent über unsere drei besten Erlebnisse, aber auch Freuden, Gedanken, Gefühle oder Erkenntnisse des Tages berichten werden. Es sollen kleine Ermutigungen sein für Trauernde. Wie ein Zuruf: jeder Tag hat nicht nur seine eigene Last, sondern auch seine eigenen Momente der Zuversicht. Manchmal sogar die des Glücks. Wer mag, kann uns gerne dabei unterstützen, kleine Mutmacher in die Welt zu senden. Treffen wir uns ab 1. Dezember hier: <https://www.verein-verwitwet.de/forum> ?

Euer VIDU-Vorstand

*Ellen, Sabine und Adolf*

[vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)