



Hallo!

Wie schön, dass du unsere Seite gefunden hast.

Wahrscheinlich liest du diese Zeilen, weil eine Person, die dir nahestand, gestorben ist. Vielleicht bist du aber auch auf unserer Website gelandet, weil ein Freund oder eine Freundin eine nahestehende Person durch den Tod verloren hat.

Wir vom Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V. bieten Jugendlichen wie dir und deinen Freund\*innen die Möglichkeit, in unseren Jugend-Trauergruppen mit anderen zusammen zu sein, die alle ein ähnliches Schicksal teilen wie du oder dein\*e Freund\*in. Bei einer Jugendlichen ist der Vater gestorben, bei einem anderen Jugendlichen die Mutter oder die Schwester. Auch könnt ihr zu uns kommen, wenn ein Freund oder eine Freundin gestorben ist.

Hier bei uns treffen sich alle 2 Wochen die Jugendgruppen am Dienstag in unseren Räumen. Dort lernt Ihr Euch kennen und erfahrt, was die anderen beschäftigt und wie sie sich fühlen. Hier bei uns habt Ihr die Möglichkeit, ganz offen miteinander und mit unserem Team zu sprechen. Jedes Gruppentreffen hat einen festen Ablauf und es ist wichtig, dass ihr pünktlich zum Beginn des Treffens da seid und absagt, wenn ihr einmal nicht kommen könnt. In einem ersten persönlichen Gespräch bei uns mit jemandem aus unserem Team, erzählen wir euch, wie die Gruppentreffen ablaufen, so dass Ihr euch darauf einstellen könnt.

Wichtig ist uns, dass ihr wisst, dass bei uns alles auf freiwilliger Basis geschieht und keiner mitmachen oder über sich und seine Gefühle sprechen muss.

Was erzählt wird bleibt in unseren Räumen und ist vertraulich. Deshalb sprechen wir hier immer von einem „geschützten Raum“, den wir den Jugendlichen anbieten. Bei uns hat alles seinen Platz: Ihr dürft bei uns traurig, fröhlich oder auch wütend sein. Es wird auch nicht nur geredet. Wir planen auch gemeinsame Aktionen und überlegen uns zusammen, was die Gruppe einmal zusammen machen möchte.

Jugendliche, die in unserer Gruppe waren, haben es so beschrieben: "Hier kann ich so sein wie ich mich gerade fühle - ich muss nicht lachen, wenn mir eigentlich zum Weinen ist" - "Ich bin nicht alleine mit dem was passiert ist, das hilft mir am meisten".



Gruppen-Termine: immer dienstags von 16.15 Uhr bis 18.15 Uhr/alle 14 Tage

Wenn ihr mehr über unsere Gruppentreffen oder andere Unterstützungsmöglichkeiten erfahren möchtet, dann meldet Euch bitte per Telefon oder Mail bei uns. Wir können Euch dann zeitnah einen Gesprächstermin anbieten, in dem Ihr die Möglichkeit habt zu erzählen, was passiert ist und welche Unterstützung ihr euch wünscht. Wir werden euch in dem Gespräch über die Trauergruppen informieren, aber auch über die Möglichkeit, erst einmal zu Einzelgesprächen zu kommen.

Ihr könnt euch gerne eigenständig bei uns melden und einen Termin vereinbaren. Für eine feste Anmeldung müssen dann eure Eltern, bzw. Erziehungsberechtigten unterschreiben.

Telefonische Sprechzeiten:

**Montags bis donnerstags von 10.00-12.00 Uhr unter Tel.: 0431-260 20 51**

Außerhalb der Sprechzeiten könnt ihr uns eine Nachricht auf unserem Anrufbeantworter hinterlassen. Bitte teilt uns euren Namen und eine Telefonnummer mit, dann rufen wir euch zurück.

Schickt uns auch gerne eine Mail an: [info@trauernde-kinder-sh.de](mailto:info@trauernde-kinder-sh.de) oder nutzt unser Kontaktformular auf der Website.

Wir sind für euch auch über WhatsApp zu erreichen unter: 0174- 8399584. Bitte beachtet, dass das Handy nur an ist, wenn wir im Büro sind. Wir schreiben euch dann gerne zurück.