

Laurentius  
Quartier



Contilia



Mit Trauer leben

Café für Trauernde

Für das Wichtige. Im Leben.

## Wir laden ein...

- ... in ruhiger Atmosphäre
- ... in geschütztem Rahmen
- ... bei Kaffee, Tee und Kuchen
- ... mit anderen Betroffenen
  
- ... ins Gespräch zu kommen
- ... Kontakte zu knüpfen
- ... sich auszutauschen
- ... Gemeinschaft zu erleben

## Wir bieten Raum für...

- ... Trauer und Freude
- ... Alltagserfahrungen
- ... Erinnerungen
- ... neue Gedanken und Ideen



## Ich will dir sagen, was dir hilft

*Weine, wenn du verlassen bist,  
denn du bist es.*

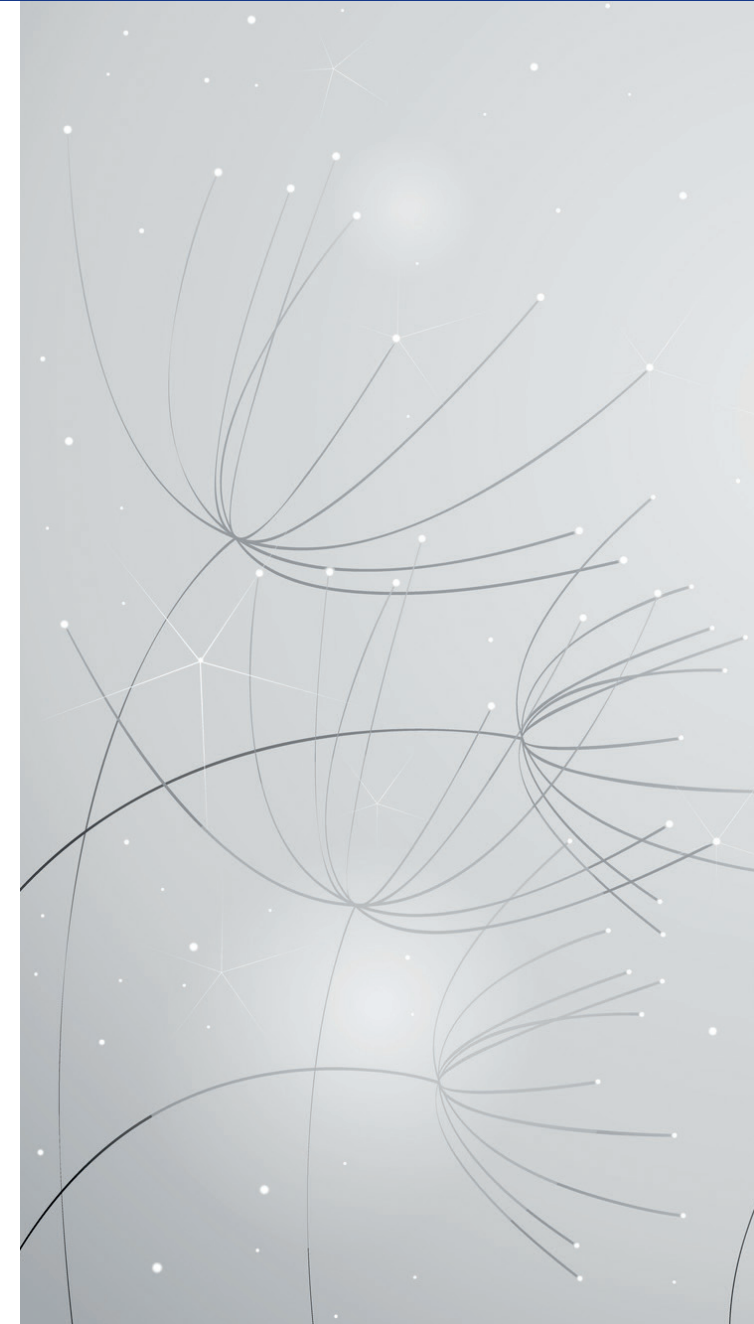
*Weil dir kalt ist. Es ist wirklich kalt.  
Weil dir das Weh das Herz zusammenzieht,  
mehr als irgendeiner von uns ermisst.*

*Schreien. Auch wenn es jemand hört.  
Ich verstehe es, wenn du zornig bist  
über das Unrecht, das dich getroffen hat.  
Wenn du wütend bist, auch auf Gott.*

*Verstumme, wenn du das Gefühl hast,  
der andere könne dich nicht verstehen.  
Wenn du zu müde bist, zu reden,  
oder wenn du dich, auf eine seltsame Weise,  
schuldig fühlst.*

*Eines Tages wird es nicht mehr so wichtig  
sein, zu weinen oder zu schreien.  
Aber jetzt ist es gut.*

Jörg Zink



# Segen

*Gesegnet seien alle,  
die mir jetzt nicht ausweichen.  
Dankbar bin ich für jeden,  
der mir jetzt zulächelt  
und mir seine Hand reicht,  
wenn ich mich verlassen fühle.*

*Gesegnet seien alle,  
die mir zuhören,  
auch wenn das,  
was ich zu sagen habe,  
sehr schwer zu ertragen ist.*

Marie-Luise Wölfig

## Laurentius Quartier

Laurentiusweg 49      Fon 0201 8518-0  
45276 Essen              Fax 0201 8518-199  
www.contilia.de        laurentiusquartier@contilia.de

### ■ Termine

Jeder 2. Mittwoch im Monat | 15.30 – 17.00 Uhr

Anmeldung nicht erforderlich

### ■ Ansprechpartner:



**Peter Hilpert**  
Theologe | Trauerbegleiter

Fon 0201 8518-100  
p.hilpert@contilia.de

