

Aktuelle Angebote und Veranstaltungen für Betroffene

Sternenkinder-Café

Das Sternenkinder-Café ist ein offenes Treffen zum Kennenlernen der Beratungsstelle, zum Austausch mit anderen Betroffenen, um Solidarität in einer außergewöhnlichen Situation zu finden oder sich mit seiner Trauer angenommen zu fühlen. Um der Trauer Ausdruck zu verleihen, bieten wir den Betroffenen auch die Möglichkeit ihre Trauer kreativ zu verarbeiten.

Das Angebot richtet sich an Männer und Frauen.

Unser Sternenkinder-Café findet immer **am letzten Mittwoch im Monat von 16.00 - 18.00 Uhr** statt.

Termine 27. Oktober 2021
 24. November 2021
 26. Januar 2022
 23. Februar 2022

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Zwei Trauerbegleiter/innen aus dem Team der Beratungsstelle

Angesichts der Corona-Beschränkungen bitten wir um vorherige Anmeldung unter der genannten E-Mail-Adresse.

Und es hat einfach nicht sollen sein!?

Gesprächskreis für Frauen nach einer oder mehreren Fehlgeburten in den ersten 16 Schwangerschaftswochen.

Der Verlust einer Schwangerschaft trifft uns Frauen auf verschiedenen Ebenen. Körperlich erleben wir Veränderungen und fragen uns, was falsch gelaufen ist. Seelisch geraten wir von einem ambivalenten und manchmal hoffnungs- und erwartungsvollen Zustand in einen Stillstand, Enttäuschung und manchmal Verzweiflung. Ein Kind zu wünschen und zu erwarten, verlangt Bereitschaft. Was nun, - wenn wir bereitstehen und einfach nicht „abgeholt werden“, unser Wunsch sich nicht erfüllt? In diesem geschlossenen Gesprächskreis mit fachlicher Begleitung tauschen Sie sich aus über Ihre Erfahrungen und Ihre Perspektiven auf das Thema frühe Verluste und Kinderwunsch. **Der Gesprächskreis findet immer von 19.00 – 21.00 Uhr statt.**

Termine: **Donnerstag, 04. November 2021**
 Donnerstag, 25. November 2021
 Donnerstag, 16. Dezember 2021
 Donnerstag, 06. Januar 2022
 Donnerstag, 27. Januar 2022

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Inka Mülstegen, Hebamme

Gesprächskreis für Paare, deren Kind verstorben ist. (geschlossene Gruppe über 6 Monate)

In diesem Gesprächskreis können sich betroffene Paare über den Verlust, der Trauer und über das Erlebte mit ihrem verstorbenen Kind austauschen. Das Gefühl, dass alle dasselbe Schicksal teilen, stärkt das Miteinander und das Vertrauen untereinander. Neue Impulse und die Verbundenheit in der Gruppe stützen die Eltern auf ihrem Trauerprozess.

Der Gesprächskreis richtet sich an Paare mit einem Verlust vor, während oder nach der Geburt und ist ein geschlossenes Gruppenangebot über sechs Monate. Ausgebildete Trauerbegleiter/innen aus der Beratungsstelle leiten den Gesprächskreis.

Die Uhrzeiten des Gesprächskreises sind jeweils **von 18.30 – ca. 21.15 Uhr.**

Termine: **Mittwoch, 03. November 2021**
 Mittwoch, 08. Dezember 2021
 Mittwoch, 19. Januar 2022
 Mittwoch, 16. Februar 2022
 Mittwoch, 16. März 2022
 Freitag, 29. April 2022 (Wanderung)

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Olaf Wischhöfer, Pastor und Coach
 Dorothee Brohl, Sozialarbeiterin

Gesprächskreis für Frauen nach einem notwendig erachteten Schwangerschaftsabbruch

Manchmal ist die Entscheidung für eine vorzeitige Beendigung der Schwangerschaft aufgrund einer schweren, manchmal sogar lebensbegrenzenden Erkrankung der einzig denkbare Weg. Dieser Gesprächskreis richtet sich an Frauen nach einem notwendig erachteten Schwangerschaftsabbruch.

Die Uhrzeit des Gesprächskreises ist jeweils von 18.00 bis ca. 20.30 Uhr.

Termine: Montag, 25. Oktober 2021
Montag, 15. November 2021
Montag, 06. Dezember 2021
Montag, 10. Januar 2022

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Uli Michel, Trauma-Fachberaterin und Leiterin der Bethanien Sternenkinder

Gruppe für trauernde Väter

Väter gehen manchmal etwas andere Wege in ihrer Trauer als Mütter.

Häufig stehen Väter vor weiteren Aufgaben und Belastungen – neben der eigenen Trauer. Sie wollen Familie und besonders die eigene Frau schützen und unterstützen. Dennoch trauern Väter ebenso um den Verlust ihres Kindes. Die Trauertreffen sollen den Vätern einen Raum und Zeit für ihre Trauer geben. Gespräche, Wandern, Kanufahren, Zeit am Feuer schaffen Raum, das Erlebte zu teilen und neue Perspektiven zu eröffnen. Die Trauertreffen werden von zwei Trauerbegleitern geleitet und richten sich ausschließlich an betroffene Männer.

Die Termine können einzeln wahrgenommen werden.

Termine: Freitag, 15. Oktober 2021, 18.30 – ca. 21.00 Uhr
Freitag, 19. November 2021, 19.00 – 21.15 Uhr

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Olaf Wischhöfer, Pastor und Coach
Stefan Förster, betroffene Vater

Bei Fragen stehen wir telefonisch unter (05481) 32 66 239 oder per E-Mail an sternenkinder.ms-os@bethanien-stiftung.de gerne zur Verfügung.

Der Trauer Ausdruck geben

Kreativ-Tag auf dem Kunsthof - Der Spur des bildhauerischen Arbeitens folgen

Wir freuen uns Euch in das bildhauerische Arbeiten, des intuitiven Werkprozesses einführen zu dürfen. Das Material Ytong wird unser zu bearbeitender Werkstoff sein. Das weiche Material bietet gute Möglichkeiten, den künstlerischen Prozess in den Vordergrund zu stellen. Einmal eingetaucht in das Abtragen des Steins und dem individuellem Flow jedes Einzelnen, wird der wohltuende Effekt spürbar. Die Ergebnisse sind meist divers und schenken uns abschließend eine schöne Ausstellung und Betrachtung der entstandenen Skulpturen. Optional können die Arbeiten koloriert werden. Wir empfehlen den lasierenden Farbauftrag. Mit dieser Vorgehensweise wird die dünne Acrylfarbe Schicht auf Schicht aufgetragen. Mulden, Kanten, tieferliegenden Ebenen folgen wir farblich mit dem natürlichen Schattenverlauf. Wölbungen, höher liegende Bereiche können, dem natürlichen Licht folgend, hell gestaltet werden.

In der intuitiven Arbeit, finden Gefühle ihren Ausdruck und das Fokussieren auf die Gestaltung lässt die innere Unruhe, von denen Trauernde oft berichten, weichen.

Wir hoffen auf gutes Wetter und freuen uns mit Euch in dem typischen mediterranen Ambiente des Kunsthofs einen kleinen Werk- und Urlaubstag erleben zu können.

Termin: 13. November 2021, 10.00-16.00 Uhr (inklusive Mittagspause)

Ort: Kunsthof Herten, Am Bungert 19, 45701 Herten-Westerholt

Leitung: Monika Knoop-Tausch und Achim Tausch, Uli Michel, Trauma-Fachberaterin und Leiterin der Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei und wird vom Förderverein Kunsthof Westerholt e.V. und der Bethanien Diakonissen Stiftung getragen.

Stabilisierende Körperarbeit

Durch verschiedene Übungen wird ein Kontakt mit dem Körper, ein Ankommen im Hier und Jetzt ermöglicht. Es geht um die Wahrnehmung innerer Vorgänge, die Verbindung von Körper, Geist und Seele über Bewegung und Atem.

Stabilisierende Körperarbeit hilft dabei die Selbstregulation wieder zu erlangen und zu erweitern. Du lernst dich selbst wieder zu spüren und erlebst Verbundenheit mit dir selbst. Im Prozess der Auseinandersetzung mit sich selbst gelingt es zunehmend in Kontakt mit dem eigenen Körper zu kommen, so dass gesunde Anteile mehr ins Bewusstsein treten und wieder als Ressource genutzt werden können. Das Angebot findet immer **von 10.30 Uhr bis 11.45 Uhr statt.**

Termine: **Mittwoch, 20. Oktober 2021**
 Mittwoch, 03. November 2021
 Mittwoch, 17. November 2021
 Mittwoch, 01. Dezember 2021
 Mittwoch, 15. Dezember 2021

Die Termine können **einzel**n gebucht werden.

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Therapeutin: Sandra Helf, Fachberaterin für Psychotraumatologie und Yogatherapeutin

Bei Fragen stehen wir telefonisch unter (05481) 32 66 239 oder per E-Mail an sternenkinder.ms-os@bethanien-stiftung.de gerne zur Verfügung.

WWCL - Worldwide Candle Lighting

Am zweiten Sonntag im Dezember findet das Worldwide Candle Lighting (Weltweite Kerzenleuchten) statt. In diesem Jahr gedenken am **12. Dezember 2021** weltweit Angehörige und Freunde ihrer verstorbenen Kinder. Wir laden Sie an diesem Tag herzlich zu einer Gedenkfeier ein. Weitere Informationen zu unserer Veranstaltung folgen in Kürze.