



AMALIE

Weggefährte

NEUIGKEITEN, TIPPS, ANREGUNGEN, GEDANKEN

DEZEMBER 2020

THEMENSCHWERPUNKT: ERINNERUNG

Für Eltern:
Erinnerungsräume schaffen - für jeden Tag, aber auch für besondere Tage

Für Kinder:
Raum für schöne Erinnerungen und Sorgenfresser für böse Erinnerungen

Für Jugendliche:
(Wie) Geht Trauer und Erinnerung digital?



„Ich bin überzeugt: die Liebe bleibt. Wenn wir Liebe zurücklassen, wird diese weiterwirken. Damit leben auch wir ein Stück weiter, bei anderen, mit anderen und durch andere.“

(aus: „Das Prinzip Apfelbaum“, Margot Käßmann)

AKTUELLES

NEUIGKEITEN AUS DEM BÜRO

Wer hätte gedacht...

- dass wir auch am Ende des Jahres immer noch Desinfektionsmittel, Masken und Zahlen wichtig finden würden?
- dass wir den Familienbrunch auch im November noch einmal auf unbestimmte Zeit verschieben mussten?
- dass wir uns Weihnachten dieses Jahr durch einen „Lockdown light“ verdienen müssen?

All das haben wir uns im AMALIE-Team nicht vorstellen können, und es ist doch so gekommen. Das Leben steckt eben voller Überraschungen. Wir sind aber überzeugt: auch diese Zeit war wichtig, hat sie uns doch gezeigt, dass es manchmal besser ist, Pläne zu verwirklichen, Chancen zu nutzen und immer optimistisch zu bleiben – mit Ruhe, Gelassenheit und Vertrauen auf das Miteinander.

Wir möchten uns bedanken bei Euch und Ihnen für Ihr Vertrauen in uns, für die vielen verständnisvollen Rückmeldungen auf Terminabsagen und Begleitungs-Lockdown, überhaupt dafür, auch in seltsamen Zeiten ein Stück Weg mitgehen zu dürfen. Wir schauen nach vorn und hoffen: bald gibt es wieder Ausflüge, Frühstücke und Gruppentreffen „IN ECHT“.

Wir wünschen allen für das besondere Jahr 2020 einen ruhigen Ausklang und erholsame Feiertage in der Familie. Passt gut auf euch auf!

Und außerdem: Im nächsten Jahr wird unsere Kollegin Sybille Wölfle in den wohlverdienten gemeinsamen Ruhezustand mit ihrem Mann gehen. Wir dürfen heute schon ihre Nachfolgerin Heike Lander ankündigen, die dann ab 1.1.2021 unter anderem Ansprechpartnerin für die Trauerangebote für Kinder und Jugendliche sein wird und das Team im Bodenseekreis ergänzt.



AMALIE

Weggefährte

NEUIGKEITEN, TIPPS, ANREGUNGEN, GEDANKEN

DEZEMBER 2020

ELTERN FÜR ELTERN

Erinnerungen sind Spuren, die Menschen oder Erlebnisse in unserem Gedächtnis, aber auch in unseren Herzen hinterlassen. Die Gefühle, die sie auslösen, können uns stärken, aber auch traurig machen. Rituale an besonderen Tagen können helfen, den Platz eines Menschen im Herzen auch für andere sichtbar zu machen und schöne Erinnerungen an gemeinsam Erlebtes zu teilen. So findet Erinnerung auch einen Platz in der Gegenwart.

Gerade in der Adventszeit haben wir ein lieb gewonnenes Ritual. Wir schreiben Wünsche an unsere verstorbene Linn auf und legen sie in eine Weihnachtsglaskugel. An einem Adventssonntag machen wir ein großes Feuer im Garten und übergeben die Wünsche den Flammen. Auch die Kinder empfinden dieses Ritual als zauberhaft und wohltuend.
(Dorothee)

Wie schafft man es, die Erinnerung an einen geliebten Menschen aufrecht zu erhalten? Was kann ich tun, damit die Erinnerung nicht verblasst? Auf der Suche nach Antworten fanden wir für uns Rituale.

Durch unsere Trauer hindurch haben uns gerade zu Weihnachten und Silvester Rituale sehr geholfen, die Erinnerung an unseren geliebten Robin aufrecht zu erhalten. Wir hörten von dem Brauch mit dem Christbaum und setzten ihn auch gleich in die Tat um.

Wir schnitten aus dem Baum einen Zweig heraus und brachten ihn Robin ans Grab. In diese sichtbare Lücke platzierten wir ein Foto von Robin. Zu Silvester sind wir um Mitternacht mit Sekt am Grab von Robin und lassen für ihn eine Rakete steigen. Nach inzwischen 18 Jahren praktizieren wir diese beiden Rituale immer noch und hangeln uns so durch diese schweren Tage.
(Bettina mit Robin im Herzen)

VERANSTALTUNGSHINWEIS

Am Sonntag, den 10.01.2021 findet um 17:00 Uhr in der Nicolai-Kirche in Friedrichshafen ein Erinnerungs-Gottesdienst für verstorbene Kinder statt. Dieser wird veranstaltet von den Verwaisten Eltern e.V. Hierzu sind Betroffene und Interessierte herzlich eingeladen. Ansprechpartnerin ist R. Erichsen.



FÜR JUGENDLICHE

(Wie) Geht Trauer und Erinnerung digital?

Es ist heute selbstverständlich stets online zu sein. Auf Facebook, Instagram, Snapchat, Twitter, WhatsApp oder Youtube wird das tägliche Leben gepostet und Gefühle mit anderen Usern geteilt. In Zeiten von Corona findet Begegnung noch häufiger als sonst digital statt.

- Geht das auch wenn in meiner Familie jemand schwer krank ist oder gestorben?-
- Kann ich digital trauern und kann ich mich auch im Internet erinnern?

Eine Möglichkeit ist, ein Video mit verschiedenen Erinnerungen zusammen zu stellen, zu dem jeder etwas beitragen kann. Es ist ein Teil der Trauerarbeit und beim Anschauen kann man sich gemeinsam erinnern.

Auch ist es möglich ein Facebookprofil über den Tod hinaus fort zu führen mit Erinnerungen.

Wie geht es euch damit? Tauscht ihr euch online über eure Trauer aus oder fühlt es sich von Mensch zu Mensch besser an?

Wir freuen uns, eure Erfahrungen kennen zu lernen und eure Ideen dazu aufzugreifen. Schreibt uns, wie ihr euch erinnert.



AMALIE

Weggefährte

NEUIGKEITEN, TIPPS, ANREGUNGEN, GEDANKEN

DEZEMBER 2020

ERINNERUNG BASTELN

Es gibt schöne Erinnerungen und auch schmerzhaftere Erinnerungen. Die schönen solltest du unbedingt behalten. Du kannst dir ein schönes Erinnerungsalbum kaufen oder basteln und es mit deinen schönen Erinnerungen bestücken durch zum Beispiel Malen, Schreiben oder Fotos.

Du brauchst aber auch einen Platz für deine schlechten und schmerzhaften Erinnerungen. Kennst du schon die kleinen Sorgenfresser? Die kannst du ganz leicht mit etwas Hilfe aus Stoff-Resten selber basteln. Du kannst diesen kleinen Sorgenfressern all deine Ängste und Sorgen mitteilen und wenn du den Reißverschluss schließt, schlucken sie alles Negative herunter. Du findest im Internet viele verschiedene Anleitungen, einen Sorgenfresser selbst zu basteln. Viel Spaß damit.

Gib deinen Erinnerungen Raum und Zeit und lass deine schönen Erinnerungen immer ein Teil von dir sein!



POST VON AMALIE

DEZEMBER 2020

AMALIE in Ravensburg/Weingarten
Ettishoferstraße 3, 88250 Weingarten
Tel.: 0751 3661333

AMALIE im Bodenseekreis
Margaretenstr. 41, 88045 Friedrichshafen
Tel.: 07541 388 75 88

... UND SONST NOCH

Weltgedenktag am 13.12.2020, 19.00 Uhr
Jedes Jahr am zweiten Sonntag im Dezember ist in Deutschland der Weltgedenktag für verstorbene Kinder und junge Erwachsene. An diesem Abend stellen viele Menschen weltweit um 19.00 Uhr eine brennende Kerze ins Fenster und somit geht ein Licht um die Welt. Durch dieses Licht zeigen wir den vorausgegangenen Kindern, dass wir sie nicht vergessen haben.
<https://www.veid.de/hinweise-fuer-trauernde/weltgedenktag/>

Büchertipps

- „Ich sterbe, aber die Erinnerung lebt“, H. Mankell, dtv, 2003
- „Memory Books. Damit du mich nie vergisst“, Christa Graf, Piper 2008 (für Jugendliche, auch als Film)
- „Der Baum der Erinnerung“, Britta Teggenrupp, Ars Edition 2018 (für Kinder)

Stiftung
Liebenau

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.