

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 an einigen Terminen, auch die Möglichkeit, die 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. Die Termine können einzeln wahrgenommen werden.

Termine: **Mittwoch, 30. Oktober 2024**, Tonkugeln gestalten
 Mittwoch, 27. November 2024, Plätzchen backen

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

Wir bitten um vorherige Anmeldung unter der genannten E-Mail-Adresse. Auch kurzfristige Anmeldungen sind möglich.

Trauertreff für Männer

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, 29. November 2024, 19.00 – 21.15 Uhr
Umgang mit Weihnachten und Jahreswechsel

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück

Leitung: Olaf Wischhöfer, Pastor und Coach
Stephan Förster, betroffener Vater

Trauertreff für Frauen

Durch und mit der Trauer um das eigene Kind verändert sich das Leben nachhaltig. Zunächst scheint die Welt stillzustehen. Doch im Laufe der Zeit findet sie wieder ihre eigene Geschwindigkeit. Es erfordert Aufmerksamkeit, um das Erlebte und das verstorbene Kind in das Leben zu integrieren und gleichzeitig im Berufsalltag, im familiären und freundschaftlichen Umfeld wieder teilnehmen zu können. Der Fokus richtet sich dabei wieder auf das Leben, das weitergeht. Wir möchten mit regelmäßigen, aktiven Treffen einen Rahmen für Austausch, gemeinsames Aktivsein und ein Gefühl der Verbundenheit bieten. Dieses offene Angebot richtet sich an alle Frauen, die um ein Kind trauern, unabhängig vom Zeitpunkt des Verlusts. Durch verschiedene Aktivitäten wird die stärkende Verbundenheit in der Gruppe gefördert und ein Austausch über die aktuelle Gefühlswelt und die eigene Trauer ermöglicht.

Termine: Samstag, 19. Oktober 2024, 10.00 bis 13.30 Uhr
Gefühle in der Trauerwelt

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück

Leitung: Taina Beulting, Leiterin der Beratungsstelle und Hebamme
Sandra Spielmann, Mitarbeiterin der Beratungsstelle und Kunsttherapeutin

Rückbildung und Fitness für Frauen nach Verlust

Die Schwangerschaft wird auch als Zeit der guten Hoffnung bezeichnet. Wenn dieser guten Hoffnung, durch eine Fehl- oder Totgeburt, ein jähes Ende gesetzt wird, oder das Neugeborene bereits kurz nach der Geburt verstirbt, weicht die Hoffnung auf ein Kind, der Trauer. Nicht nur körperlich, sondern auch emotional stellt die Situation eine Herausforderung dar.

Dieser Kurs beinhaltet Übungen für das Zurückerlangen einer gesunden Körperspannung durch die Kräftigung speziell der Beckenboden-, Rücken-, und Bauchmuskulatur. Neben gymnastischen Übungen, bietet der Kurs Gelegenheit mit anderen Frauen in ähnlicher Lebenssituation in Kontakt zu treten.

Termine: **Dienstag, 03. Dezember 2024**
 Dienstag, 10. Dezember 2024
 Dienstag, 17. Dezember 2024
 Dienstag, 07. Januar 2025
 Dienstag, 14. Januar 2025

Jeweils von 18.00 – 20.00 Uhr

Ort: **Beratungsstelle Bethanien Sternenkinder Münster/Osnabrück**
Leitung: **Kathrin Schneiderei, Hebamme**

Zwischen Zuversicht und Angst – Kurs für Paare in einer Folgeschwangerschaft

Wieder guter Hoffnung sein!

Mit einer erneuten Schwangerschaft stellen sich viele Gefühle und Gedanken ein. Die Freude über das werdende Leben ist groß. Doch auch Sorgen und Ängste begleiten eine Folgeschwangerschaft nachdem einmal ein Kind gestorben ist. In diesem Kurs steht die aktuelle Schwangerschaft, die Vorbereitung auf die Geburt und das kommende Wochenbett mit Kind im Mittelpunkt, mit Blick auf die möglichen Ängste, kommenden Triggersituationen und Befürchtungen der Eltern.

Es werden Möglichkeiten der Abläufe und Besonderheiten im Krankenhaus besprochen, hilfreiche Methoden zur Selbstregulation vermittelt, Mut und Zuversicht gestärkt und auch kreativ gearbeitet, um in schwierigen Situationen gut für sich sorgen zu können.

Termine: **Donnerstag 10. Oktober 2024, 18.00 – 20.30 (nur Frauen)**
 Samstag, 12. Oktober 2024, 9.00 – 13.00 (Paare)
 Donnerstag 17. Oktober 2024, 18.00 – 20.30 (nur Frauen)

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Taina Beulting, Hebamme und Mitarbeiterin der Beratungsstelle

Atelier früh verwaister Eltern

Sichtbar machen, was mich bewegt.

Aus Gedanken, Gefühlen und
Körperempfindungen ein Bild entstehen lassen,
Pinselstrich für Pinselstrich...

Oft gibt es in der Zeit nach dem Versterben des eigenen Kindes keine Worte für das, was wir dann empfinden. Durch das malerische Sichtbarmachen, kann in kreativer Arbeit zum Ausdruck gebracht werden, wie wir uns erleben. Wir können unseren Stimmungen, Gefühlen und Gedanken eine Farbe und Form geben, sie versorgen und so eine Integration des Erlebten hilfreich unterstützen. In ruhiger, annehmender Atmosphäre, wollen wir ein Bild über einen längeren Zeitraum entstehen und sich weiterentwickeln lassen. Im Anschluss an die Mal-Zeit gibt es die Möglichkeit sich zu dem Gemalten auszutauschen. Das „Atelier früh verwaiste Eltern“ findet einmal im Monat statt. Es ist jederzeit, wenn Plätze frei sind, ein Einstieg und auch Ausstieg möglich. Zur Planung bitten wir um eine Anmeldung.

Das Atelier findet jeweils von 18.00 - 20.00 Uhr statt.

Termine: Dienstag, 29. Oktober 2024
Dienstag, 12. November 2024
Dienstag, 26. November 2024
Mittwoch, 11. Dezember 2024

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Leitung: Sandra Spielmann, Kunsttherapeutin, Mitarbeiterin der Beratungsstelle
und eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Fortbildungstag Sternenkinder

Das Angebot richtet sich an: Hebammen, Krankenpfleger*innen, Kinderkrankenpfleger*innen, Ärzt*innen, Seelsorger*innen, Mitarbeiter*innen der Schwangerenberatungsstellen und Bestatter*innen. **Anmeldungen sind zu einzelnen Terminen möglich.**

Übersicht Termine/Themen:

Montag, 21. Oktober 2024, 09.00 –
16.00 Uhr

Pränataldiagnostik – zwischen elterlicher
Fürsorge und der Suche nach Kontrolle –
ONLINE

mit Franziska Maurer Hebamme (M.Sc.) und
Therapeutin mit eigener Praxis in Bern in der
Schweiz

Ort: Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Kosten: Die Fortbildungstage sind für Sie kostenfrei. Für ein Mittagsimbiss ist gesorgt.
Herfür freuen wir uns über Spenden.

Fortbildungspunkte für Hebammen werden beantragt.

Bethanien Sternenkinder
Beratungsstelle Münster/Osnabrück
Kienebrinkstr. 15a
49525 Lengerich
Tel. (05481) 32 66 239
sternenkinder.ms-os@bethanien-stiftung.de
www.bethanien-sternenkinder.de

Bürozeiten

Dienstag: 10.00 - 14.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 - 14.00 Uhr
Freitag: 10.00 - 13.00 Uhr

Damit die Arbeit für die
Betroffenen kostenfrei
angeboten werden kann,
freuen wir uns über Ihre Spende.

Unser Spendenkonto
Evangelische Bank, Kassel
IBAN: DE90 5206 0410 0004 0040 00
Verwendungszweck:
Sternenkinder Münster/Osnabrück

Unser Team in der Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück

Festangestellte Mitarbeiter*innen



Taina Beuling Leiterin der Beratungsstelle, Hebamme



Olaf Wischhöfer Mitarbeiter der Beratungsstelle, Pastor und
Coach



Sandra Spielmann Mitarbeiterin der Beratungsstelle,
Kunsttherapeutin



Anna Hänzel Verwaltung/Koordination

Honorarkräfte

Norbert Mucksch

Diplom Sozialarbeiter, Supervisor (DGSv), Pastoralpsychologe
(DGfP) und Trauerbegleiter (BVT)

Ragna Vahlhaus

Kinder- und Jugendtrauerbegleiterin, Systemische Beraterin

Kathrin Schneiderei

Hebamme

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen

Stephan Förster

Alexandra Laarmann

Monika Wagner

Jacqueline Schneidt