

Ein Mensch ist gestorben	7
Trauer mit meinen Sinnen	17
Ich habe ein Recht auf meine Trauer	27
Ich darf traurig sein	31
Ich darf wütend sein	39
Ich darf Angst haben	47
Ich darf lachen	55
Ich darf mich erinnern	61
 Das hilft	 69
Die 10 Trauer-Rechte.....	71
Musik und Trauer	75
Kunst und Trauer	79
Das kann ich tun – Bausteine und Hilfen ...	85
Ich bin traurig – ich bete	91
 Wir bleiben verbunden	 97
 Autoren und Autorin	 103
Mitwirkende, Künstlerinnen und Künstler.....	107
Inhalt der CD	111