

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