

1996

2016

20 Jahre ambulanter Hospizdienst in der Diözese Eichstätt

 Malteser
...weil Nähe zählt.

Begegnen
Unterstützen
Begleiten

Ambulanter Hospizdienst
Palliative Beratung
Trauerarbeit

VERANSTALTUNGSKALENDER 2016



Malteser
... weil Nähe zählt.

- 4 Einleitung
- 6 20 Jahre ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst/Trauerbegleitung

Seminare und Vorträge zur Sterbebegleitung und Trauerarbeit

- 8 Spiritualität in der Hospizarbeit
- 9 „Jeder Mensch kann trösten“
- 10 Bewegtes Lagern – Bewegen statt heben
- 11 „Zeichen des Lebens“
- 12 Eigener Trauer begegnen, fremde Trauer begleiten
- 13 Homöopathie in der Begleitung von schwerkranken und trauernden Menschen
- 14 Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung
- 15 Patientenverfügung und Wertvorstellungen
- 16 Märchen in der Begleitung von schwerkranken Menschen
- 17 Achtsamkeit und Mitgefühl
- 18 Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter

Angebote für Trauernde

- 20 Lebenslinie – Eine Wegbeschreibung

Einzelberatung

- 21 Gesprächsangebot für trauernde Menschen

Angebote für trauernde Kinder und Jugendliche

- 22 Regenbogengruppe
- 23 Die vier Elemente
- 24 „Wir sitzen alle im gleichen Boot“

Sonntagsangebote

- 25 „Gemeinsam neue Wege gehen“
- 26 Meditatives Singen und Tanzen
- 27 Textiles Mosaik
- 28 Gedenkgottesdienst
- 29 „Der Umweg zum Glück“
- 30 Oasentag für Trauernde

Trauergruppen

- 31 Geschlossene Trauergruppe in Eichstätt
- 32 Sternenkinder
- 32 Bestattungen in Rebdorf
- 33 Geschlossene Trauergruppe in Treuchtlingen
- 34 Offener Trauertreff Weißenburg

Besondere Angebote für Trauernde

- 35 Die Kraft des Yoga
- 36 Kreuzweg
- 37 Walking und Entspannungsgymnastik

- 38 Weitere Informationen und Anmeldung
- 39 Referenten

ES GIBT SIE

ENTDECKE DIE MENSCHEN,
DIE WIE DIE SONNE SIND.
IN DEREN NÄHE DU DICH
RUNDUM WOHLFÜHLST.
WEIL SIE DICH NICHT BEWERTEN UND TAXIEREN
WEIL SIE EINFACH SAGEN:
DU KANNST SEIN.
IN DEREN OHREN DU SAGEN KANNST
ICH KOMME WIEDER
UND DIE DANN WARTEN
UND SICH FREUEN,
WENN DU ENDLICH ANKOMMST.

(SUSANNE SCHARRER)

Wie können Sie unsere Hilfe in Anspruch nehmen:

Rufen Sie uns einfach an, wir beraten Sie gerne am Telefon, oder vereinbaren einen Termin im Büro, bei Ihnen zu Hause, oder in einer stationären Einrichtung.

In einem ersten Gespräch klären wir, was Sie benötigen und wie wir Sie unterstützen können.

Nicht nur Betroffene selbst, auch Nahestehende, Angehörige und Pflegekräfte können uns zur Unterstützung rufen.

Wenden Sie sich bitte an die Ansprechpartnerinnen:

Carmen Pickl 08421-980715

Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes, Fachkraft Palliativ Care, Trauerbegleiterin i.A. Pflegeberaterin § 7a, Altenpflegerin, Bürokauffrau

Regina Sterz 08421-980777

Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes, Fachkraft für Palliativ Care, Trauerpädagogin (M.I.T.), Dipl.-Religionspädagogin, Heilpraktikerin



Weggefährten sein ...

Wir wollen Sie ein Stück auf Ihrem Weg begleiten. Wir können für einige Stunden zu Ihnen kommen. Kostenfrei, unabhängig von Ihrem Glauben und Ihrer Herkunft, bieten wir Ihnen durch unsere ehrenamtlichen Hospizbegleiter und unsere Koordinatorinnen auf vielfältige Weise Unterstützung an:

- › durch unsere Zeit und Zuwendung
- › durch Besuche zu Hause oder in einer stationären Einrichtung
- › durch die Entlastung Ihrer Angehörigen
- › durch kleine praktische Hilfen
- › durch Vermittlung weiterer Dienste
- › durch Sitzwachen
- › durch palliativ-pflegerische Beratung
- › durch psychosoziale Unterstützung
- › durch unsere Hilfe bei unerledigten Dingen
- › durch eine Begleitung bei Abschied und Trauer

Alle haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter sind qualifiziert und unterliegen der Schweigepflicht.

20 Jahre ambulanter Hospiz- und Palliativ-beratungsdienst/Trauerbegleitung

20 Jahre sind für andere Vereine kaum ein Grund zum Innehalten. Bedenkt man jedoch, dass die Hospizbewegung erst vor 30 Jahren in Deutschland Fuß gefasst hat, so sind zwei Jahrzehnte schon eine beträchtliche Zeit.

Eine Zeit, in der vielen Schwerstkranken und Sterbenden ein würdiges Leben bis zum Schluss ermöglicht wurde und die geprägt ist vom großen ehrenamtlichen Engagement unserer zahlreichen Hospizbegleiter.

Was unter dem Namen ambulante Hospizhilfe der Malteser 1996 als Nische in der Gesundheitsversorgung von Irene Stiegler begründet wurde, ist heute im Landkreis Eichstätt weder im ambulanten noch im stationären Bereich der palliativen Versorgung mehr wegzudenken. Auch die Trauerarbeit konnte im Laufe der Jahre immer mehr ausgebaut werden, so dass wir heute auf vielfältige Weise Menschen mit verschiedenen Verlusterfahrungen stärkend zur Seite stehen können.

So ist dieses Jubiläum für uns Anlass, in Dankbarkeit zurückzuschauen.

Daher laden wir Sie herzlich ein zu unserer Festveranstaltung am:

Termin	23.09.2016 ab 17.00 Uhr
Ort	Spiegelsaal der Residenz Residenzplatz 1, Eichstätt



Spiritualität in der Hospiz- und Trauerarbeit

Ganztagesseminar

Jeder Mensch besitzt eine ihm eigene Spiritualität. Spiritualität fragt nach dem Sinn und den Werten des Daseins, der Welt, der Existenz und der Selbstverwirklichung des Menschen in seinem Leben. Sie zeigt sich in der konkreten persönlichen Lebensgestaltung. Lebenskrisen wie Leid, Krankheit und Sterben fordern in besonderer Weise die spirituellen Dimensionen des Menschen heraus.

Schwerkranke, Sterbende und Trauernde lassen Pflegepersonal, Hospizbegleiter und Trauerbegleiter an ihren Gedanken zu Spiritualität oft teilhaben: sie erzählen, was ihrem Leben Bedeutung gibt und sie innerlich erfüllt. Es kommt vor, dass dem Helfenden offene Fragen gestellt werden.

Die Reflexion der eigenen Haltung und der Bedeutung von Spiritualität für das eigene Leben ist für den Begleiter wichtig und hilfreich. Das angebotene Seminar fördert den wertschätzenden Umgang mit den Themen und der Vielfalt individueller Spiritualität.

Referent en	Regine Rudert-Gehrke, Wolfgang Butz
Termin	30.01.2016 9.00 Uhr – 16.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35 € inkl. Getränke, Imbiss und Skript

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 05.01.2016.

„Jeder Mensch kann trösten“ Wie kann ich trauernden Menschen begegnen?

Vortrag

Wie begrüße ich die Kollegin, die nach dem Tod Ihres Partners zum ersten Mal wieder bei der Arbeit erscheint? Wie verhalte ich mich bei der Begegnung mit dem Nachbarn, dessen Tochter erst kürzlich starb?

Der Vortrag zeigt konkrete Schritte auf, wie wir ohne Angst auf Trauernde zugehen und wie wir diese Begegnungen gestalten können, um daraus Halt und Stütze für unsere Mitmenschen werden zu lassen.

Referentin	Angelika Gabler
Termin	12.04.2016 18.30 Uhr – 20.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Spende

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 07.04.2016.

Bewegtes Lagern – Bewegen statt heben

Abendveranstaltung

„Bewegtes Lagern bei schwerkranken Menschen“ – dieser Kurs vermittelt durch praktische Übungen, wie man Menschen rückschonend, nach dem kinästhetische Bewegungsmodell, im Bett dreht, im Bett nach oben bewegt, an die Bettkante und in den Rollstuhl zur Spazierfahrt setzt.

Frau Anke Thiede ist Leiterin des Elisabeth Hospiz. Auf die Wünsche der Kursteilnehmer wird natürlich eingegangen.

Referentin	Anke Thiede
Termin	25.04.2016 18.30 Uhr – 21.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Spende

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 19.04.2016.

„Zeichen des Lebens“

Möglichkeiten der Grabgestaltung

Gang über den Friedhof mit Vortrag

Der Steinmetzmeister und Bildhauer Rupert Fieger wird uns bei einem Gang über den Friedhof die Symbolik der Grabgestaltung näher bringen. Wir werden Grabmale betrachten und ihre Bildsprache entdecken.

Stein ist von Natur aus etwas Wesenhaftes. Durch das räumlich sehende Auge, kreative Hände und das Wissen der Tradition wird sein Wesen noch durch den Künstler vertieft. Vor allem deshalb, weil seine Bildsprache mit dem Leben in Zusammenhang gebracht wird.

Referent	Rupert Fieger
Termin	31.05.2016 18.00 Uhr – 20.00 Uhr
Ort	Friedhof Marienstein/Rebdorf Weinleite 13, Eichstätt
Kosten	Spende

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 27.05.2016.

Eigener Trauer begegnen, fremde Trauer begleiten

Fortbildung

Die Begleitung von Menschen mit Verlusterfahrungen ist eine bedeutsame Aufgabe. Sie stellt sich in der Begegnung mit Trauernden und deren Angehörigen, in Gemeinde und Schule, in der kollegialen Zusammenarbeit und im persönlichen Umfeld.

Sie erfordert fachliche und emotionale Kompetenz, die Bereitschaft, sich mit existenziellen Fragestellungen auseinander zu setzen und eine Begleit-Haltung zu entwickeln.

Ziel dieser Fortbildung ist es, eigene Betroffenheit und die Fähigkeiten zur Begleitung zu reflektieren, Trauerprozesse verstehen und kompetent begleiten zu können.

Referentin	Angelika Gabler
Termin	10.06.2016 13.00 – 18.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35 €

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 03.06.2016.

Homöopathie in der Begleitung von schwerkranken und trauernden Menschen

Abendvortrag

Homöopathie kann in der Begleitung Schwerkranker und sterbender Menschen und ihrer Angehörigen eine große Hilfe sein. An diesem Abend erfahren Sie etwas über die Grundlagen der Homöopathie und ihre Anwendungsmöglichkeiten bei Beschwerden, die am Lebensende auftreten können wie Angst, Unruhe, Übelkeit. Ebenso werden Kummermittel vorgestellt, die bei Trauer unterstützend wirken können.

Referentin	Regina Sterz
Termin	04.07.2016 19.00 – 20.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Spende

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 30.06.2016.

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung Selbstbestimmung auch in schwierigen Lebensphasen Informationsabend

Durch Unfall, Krankheit oder Alter kann jeder in die Lage kommen, dass er seine Angelegenheiten nicht mehr selber regeln kann. Hier empfiehlt der Gesetzgeber eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung zu erteilen. Es ist nicht leicht eine Vorsorgevollmacht anzufertigen. Sie gibt dem Bevollmächtigten weitreichende Befugnisse und stellt den Vollmachtgeber als auch den Bevollmächtigten vor viele Fragen. Frau Dr. Philipp wird den rechtlichen Rahmen zur Erstellung einer Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung darlegen und die wichtigsten Punkte erläutern.

Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit für individuelle Fragen und Gespräche.

Wichtig: Auf die Patientenverfügung wird an diesem Abend nicht detailliert eingegangen.

Referentin	Notarin Dr. Ursula Philipp
Termin	26.09.2016 19.00 – 21.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 22.09.2016.

Patientenverfügung und Wertvorstellungen Selbstbestimmung auch in schwierigen Lebensphasen Beratungsangebot

Falls Sie aufgrund eines Unfalls, bei schwerer Krankheit oder im Alter nicht mehr in der Lage sein werden, Ihren Willen zu äußern, wer soll dann für Sie entscheiden? Ist Ihnen bekannt, dass selbst Familienangehörige wie Ehegatten oder Kinder eine Vollmacht brauchen, um Sie in Fragen zur Untersuchung, Behandlung oder Pflege vertreten zu können? In einer Patientenverfügung werden Krankheitssituationen beschrieben und Sie bestimmen, welche medizinischen Maßnahmen Sie in diesen Fällen wünschen oder nicht. Jedoch kann eine Patientenverfügung nicht alle möglichen Krankheitszustände erfassen und oft stimmt das aktuelle Krankheitsbild nicht hundertprozentig mit der in der Patientenverfügung beschriebenen Situation überein. Hier greifen die schriftlich niedergelegten ethischen oder religiösen Überzeugungen bzw. persönliche Wertvorstellungen, die helfen können Ihren mutmaßlichen Willen zu ermitteln. Durch eine Patientenverfügung bestimmen Sie auch in schwierigen Lebensphasen selbst und helfen Ihren Angehörigen und dem behandelnden Arzt, in Grenzsituationen nach Ihren Wünschen und subjektiven Wohl zu handeln.

Termin	nach telefonischer Vereinbarung können Sie gerne einen Beratungstermin bei uns im Büro ausmachen
Ort	Pater-Philipp-Jeningen-Platz 1, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Märchen in der Begleitung von schwerkranken Menschen

Abendvortrag

Brücken schlagen – Brücke sein

Trauer und Verzweiflung blockieren oftmals die Wege zu einem erfüllten Menschsein. Da wird es nötig, dass wir Menschen einander Wegbegleiter sind. Solche, mit denen leichter Brücken geschlagen werden oder vielleicht solche, die selbst eine Brücke sind. Lauschen Sie dabei dem keltischen Märchen „Der Brunnen am Ende der Welt“.

Sie werden überrascht sein und staunen, in welcher vielfältiger Weise das Leben dort „Brücken“ schlägt. So lädt diese Geschichte ein, dem Erzählen zu lauschen und im gemeinsamen Hinspüren manch reichhaltige Gnade des Lebens zu entdecken.

Dabei begleitet Sie die Märchenerzählerin und Gestaltpädagogin Christina Bamberger.

Referentin	Christina Bamberger
Termin	20.10.2016 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	7 €

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis 13.10.2016.

„Achtsamkeit und Mitgefühl“ Eine Quelle der Selbstfürsorge

Ganztagesveranstaltung für ausgebildete Hospizbegleiter

In der Arbeit mit Hospiz- und Palliativpatienten ist es ein wichtiges Anliegen, auf die Bedürfnisse von schwerkranken Patienten und deren Angehörigen einzugehen. Wer in diesem Bereich arbeitet – ob ehrenamtlich oder hauptamtlich – ist mit Extremsituationen konfrontiert. Wir bekommen in dieser Arbeit viel geschenkt, und oft wird uns viel abverlangt. Um immer wieder in die Balance zurückzufinden, ist es notwendig, auch auf uns selbst zu achten.

In der tibetischen Sprache steht das Wort Mitgefühl (Tsewa) sowohl für das Mitgefühl mit anderen als auch für das Mitgefühl, das wir uns selbst entgegenbringen.

In diesem Seminar lernen Sie Kraftquellen und -momente kennen, aus denen Sie schöpfen können, um auch sich selbst bei dieser oft herausfordernden Aufgabe mit Freundlichkeit und Wohlwollen zu begegnen und immer wieder in die Balance zurückfinden zu können. Wie Sie in Bezug auf Ihre Tätigkeit sinnvoll für sich selbst sorgen können, soll in diesem Seminar vermittelt, aber auch selbst erarbeitet werden.

Referentin	Sonja Hoffmann
Termin	05.11.2016 9.00 Uhr – 16.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	55 €

Voranmeldung ist bis 28.10.2016 möglich für ausgebildete Hospizbegleiter.

Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter

Blockseminar

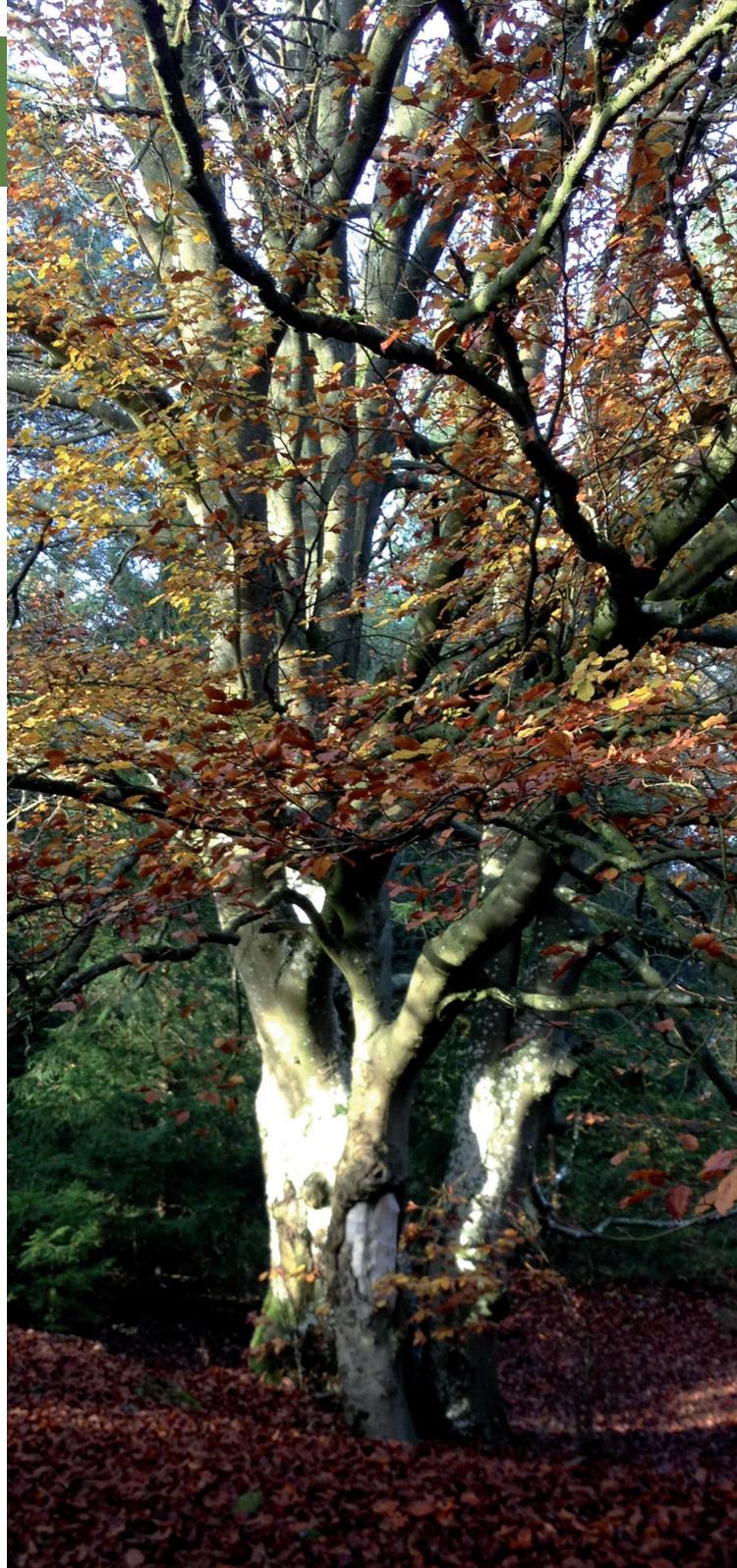
Für unseren Hospizverein der Malteser in Eichstätt suchen wir immer wieder Mitmenschen, die bereit sind, in unserem Team ehrenamtlich mitzuwirken. Interessierte benötigen keine besonderen Vorkenntnisse – wichtig ist aber Ihre Bereitschaft und Fähigkeit, sich mitfühlend auf einen anderen Menschen einzulassen und dabei dem zu Begleitenden und seinen Angehörigen bis zum Lebensende zur Seite zu stehen. In unserem Grund- und Aufbaukurs vermitteln wir fundiertes Wissen und ermöglichen die persönliche Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer.

Wir laden herzlich ein zu einem Infoabend:

Referentinnen	Regina Sterz Carmen Pickl
Termin	15.09.2016 18.30 – 20.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, wir bitten um eine Voranmeldung bis zum 12.09.2016.

Für ein persönliches Gespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Lebenslinie – Eine Wegbeschreibung

Zwar ist Trauer eine ganz persönliche Erfahrung: Jeder Mensch muss seinen eigenen Weg durch diese schmerzvolle Zeit finden. Dennoch kann es hilfreich sein, die Zeit der Trauer gemeinsam zu erleben. Gespräch und Austausch können helfen, dem eigenen Empfinden Raum zu geben und Gefühle auszudrücken. Vielleicht tut es gut, zu spüren, dass niemand allein in seiner Verzweiflung ist. Vielleicht kann gemeinsames Erleben neue Kraft und neuen Lebensmut geben.

Der Ambulante Hospiz- und Palliativberatungsdienst der Malteser in Eichstätt bietet verschiedene, geleitete Trauerangebote an – je nach Lebensphase und Situation der Trauernden. Kinder und Jugendliche haben andere Bedürfnisse und suchen andere Wege, ihre Trauer zu bewältigen, als trauernde Eltern. Wiederum verspüren junge Menschen, die ihren Partner verloren haben, andere Ängste als ältere Menschen, die um ihren Partner trauern.

„Die Trauer ist nicht für das stille Kämmerlein gedacht. Sie braucht Mitmenschen.“

(Jorgos Canacakis)

Gesprächsangebot für trauernde Menschen

Trauer erlebt jeder Mensch auf seine ganz besondere Art und Weise. Jeder muss seinen Weg durch diese schmerzvolle Zeit gehen. Manche Menschen erleben den Verlust als besondere Schwere und bedürfen in dieser Anfangszeit besonderer Unterstützung. Das Einzelgespräch kann dabei unterstützend wirksam sein, aber auch zur Abklärung dienen, wenn andere Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen sind.

Gerne können Sie dazu in einem persönlichen Gespräch Kontakt mit uns aufnehmen.

Ansprechpartner	Angelika Gabler
Termin	auf Anfrage
Kontakt	08421-8855
E-Mail	angelika.gabler@gmx.de

*Von einem Menschen, den du geliebt hast,
wird immer etwas in deinem Herzen zurückbleiben.*

*Etwas von seinen Träumen,
etwas von seiner Hoffnung,
etwas von seinem Leben,
alles von seiner Liebe.*

(Dietrich Bonhoeffer)

Regenbogengruppe

Angebote für trauernde Kinder und Jugendliche

Jemand, den du lieb gehabt hast, ist nicht mehr da! Papa, Mama, Oma, Opa, deine Schwester, dein Bruder ist gestorben! Du fühlst plötzlich Dinge, die du dir nicht erklären kannst. Vielleicht bist du sehr traurig, wütend, hast Angst. Und nicht immer ist jemand da, den du fragen kannst.

Mit Freunden sprechen ist auch schwierig geworden. Sie verstehen dich nicht oder verhalten sich dir gegenüber seltsam. In unsere Gruppe kommen Kinder, die Ähnliches erlebt haben wie du. Hier kannst du deine Gefühle zeigen, traurig oder wütend sein. Wenn du unsicher bist oder Angst hast, kannst du mit uns oder den anderen Kindern sprechen.

Du musst bei uns aber nicht nur reden. Du hast viele Möglichkeiten, Trauer anders zu zeigen und zu bearbeiten:

Bei uns kannst du malen, basteln, spielen und toben oder einfach nur da sein.

Leitung	Veronika Reif Natalie Bayer
Termin	alle drei Wochen, Freitagnachmittag
Datum und Zeit	auf Anfrage
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Wir bitten um eine Spende für den Hospizdienst. Wir bitten um eine Anmeldung

Die vier Elemente

Erlebnistag für trauernde Kinder und Jugendliche

Wenn ein geliebter Mensch aus unserem Familienkreis tritt, verlieren wir manchmal die schönen Dinge um uns herum aus den Augen. Hierfür steht der diesjährige Tag ganz unter dem Motto „Die 4 Elemente“. Mit verschiedenen Aktionen, Spielen und Basteleien rund um die Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft lernen wir die Sonnenseiten auf eine ganz andere Weise kennen. Natürlich sind alle anderen Familienmitglieder auch herzlich eingeladen.

Leitungen	Veronika Reif Natalie Bayer
Termin	22.07.2016 ab 16.00 Uhr
Ort	auf Anfrage
Kosten	10 € pro Familie

Wir bitten um eine Anmeldung bis 16.07.2016.

**„Wir sitzen alle im gleichen Boot“
Bootswanderung für trauernde Jugendliche**

„Warum musste das passieren?“

„Das Leben ist ungerecht!“

Vielleicht gehen dir solche oder ähnliche Gedanken durch den Kopf. Jemand ist gestorben, der dir sehr nahe war. Es kommen Gefühle auf, die du mit niemandem so richtig teilen kannst. Freunde oder Familie sind in dieser Situation nicht immer die richtigen Ansprechpartner.

Wir laden Dich ein, mit ähnlich betroffenen Jugendlichen ins Boot zu steigen und ein Stück flussabwärts zu treiben. Dabei wollen wir uns kennenlernen, Erfahrungen austauschen und Freude am gemeinsamen Rudern haben.

Leitung	Angelika Gabler
Termin	05.06.2016 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
Treffpunkt	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	10,00 €

Wir bitten um eine Anmeldung bis 30.05.2016.

**„Gemeinsam neue Wege gehen“
Wandern für Trauernde**

Das Angebot richtet sich an alle Frauen und Männer, die den Verlust eines lieben Menschen erfahren haben.

Nach dem Tod eines geliebten Menschen tritt oft eine Erstarrung der Seele ein, wo sich Menschen aus dem Leben zurückziehen und sich von ihrer Umwelt nicht verstanden fühlen. Hier ist es gut, wieder in die Bewegung zu kommen. So können Sie erfahren, dass die Lebendigkeit Ihrer Trauer Sie vor der Erstarrung bewahren kann, Ihre Gefühle wieder ins Fließen kommen, Sie lernen Ihre Trauer anzunehmen und ihr Ausdruck zu verleihen.

Bei einer Trauerwanderung erfahren wir die Verbundenheit mit dem Werden und Vergehen in der Natur und erkennen die Paralleltät zu Leben und Tod.

Begleitet und gestaltet wird die Wanderung von erfahrenen Trauerbegleitern. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Ausklang in einem Café.

Leitung	Trauerbegleiterinnen
Termine	31.01.2016 24.04.2016 29.05.2016 26.06.2016 31.07.2016 25.09.2016 30.10.2016 jeweils 14.00 Uhr – 17.00 Uhr.
Treffpunkt	Auf Anfrage
Kosten	3 €

Wir bitten um eine Voranmeldung.

Meditatives Singen und Tanzen

In Zeiten der Trauer kann meditatives Singen und Tanzen unserer Seele guttun und unsere Selbstheilungskräfte stärken. Man braucht keine Kenntnisse und vor allem: Man muss nicht singen oder tanzen können. Denn es gibt kein Richtig oder Falsch und deshalb keinen Leistungsdruck. Der Verstand kann Pause machen. Wir singen kurze einfache Lieder, meditativ, kraftvoll und tröstlich – Lieder, die die Seele berühren. Tänze eröffnen uns mit ihrer Symbolkraft und Bewegung neue Wege in unserer Trauer.

„Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt.“

(Sir Yehudi Menuhin)

Leitungen	Paula Vollnhals Regina Sterz
Termin	28.03.2016
	14.00 – 17.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	3 €

Wir bitten um eine Voranmeldung.

Textiles Mosaik

Vernähte Erinnerungen aus besonderen Stoffen

Stoffe begleiten uns zeitlebens. Kleidungsstücke, Spitzen, alte Wäsche, Omas Schürze bergen persönliche Erinnerungen an liebe Verstorbene. Daher geben wir sie nicht weg, obwohl sie nicht mehr benutzt werden. Aus diesen Schätzen gestalten und nähen Sie Ihr textiles Bild.

Wie bei einem Mosaik kombinieren Sie Ihre ausgewählten Erinnerungstoffe in kleinen Teilen aneinander und steppen sie auf ein spezielles Vlies. Mit dieser einfachen Technik entsteht ein transparentes Bild.

Der Kurs ist auch für Anfängerinnen und wenig geübte Näherinnen gut möglich, eine eigene Nähmaschine ist erwünscht, aber nicht Bedingung. Die Materialliste erhalten sie nach der Anmeldung. Alle weiteren nötigen Werkzeuge stellt die Kursleiterin zur Verfügung.

Leitung	Franziska Braun-Wiedmann
Termin	13.03.2016
	14.00 – 18.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Kurs: 20,00 € Vlies, Kleber: 5,00 €

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen begrenzt. Wir bitten um eine Voranmeldung bis zum 07.03.2016.

Gedenkgottesdienst

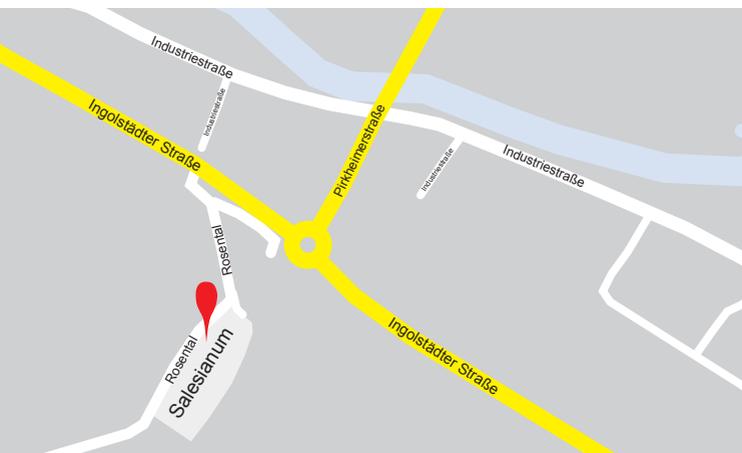
„Alle unsere Quellen entspringen in Dir...“

Der Monat November stellt für trauernde Menschen eine besondere Herausforderung dar. In der tiefen Trauer ist uns der Blick auf Hoffnung und Trost oft verstellt.

Es kann wohltuend sein, mit ähnlich betroffenen Menschen zusammen zu kommen, den persönlichen Trauerschmerz vor Gott zu tragen und zugleich der Hoffnung Ausdruck zu verleihen, dass wieder neue Lebenskraft wächst. So soll der Gottesdienst einladen, ihrer Trauer Raum zu geben, dem Durst nach Leben nachzuspüren und neue kraftspendende Quellen zu entdecken.

Termin	13.11.2016 17.00 Uhr Gottesdienst
Ort	Salesianum Rosental 1, Eichstätt

Im Anschluss laden wir Sie herzlich zu einem Gespräch bei Punsch und Gebäck ein.



„Der Umweg zum Glück“

Märchennachmittag

Besonders in Zeiten von Trauer und Verzweiflung bleibt das Glück sozusagen „auf der Strecke“. Doch damit finden sich die Märchen nicht ab. Sie glauben daran, dass das Glück jedem Menschen zu steht. Und sie zeigen Wege auf, die trotz aller Hindernisse zum Glück führen. Lauschen Sie an diesem Nachmittag einem Märchen der Indianer Nordamerikas mit dem Titel „Sie war eine Tochter der Sterne“.

Für die indianische Kultur gehören Erde und Himmel zusammen. Gemeinsam tragen diese beiden zum Glück bei. Durch den Austausch in vertrauensvoller Atmosphäre wollen wir die Schätze dieser Geschichte entdecken. Denn diese möchte Mut und Zuversicht wecken.

Dabei begleitet Sie die Märchenerzählerin und Gestaltpädagogin Christina Bamberger.

Leitung	Christina Bamberger
Termin	27.11.2016 14.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	5 €

Wir bitten um eine Voranmeldung bis zum 23.11.2016.

Oasentag für Trauernde

Gruppenangebot

Die Zeit der Trauer ist vergleichbar mit einer Wüste, in der Menschen Gefühle des Verlassenseins, der Erschöpfung und der Hoffnungslosigkeit erfahren. Doch immer wieder finden sich in Wüsten auch Oasen, die dazu einladen, Ruhe zu finden, Kraft zu schöpfen und sich mit anderen Menschen auszutauschen. Alle Erwachsenen, die um einen lieben Menschen trauern, sind eingeladen, an einem solchen Oasentag teilzunehmen.

Dieser Tag bietet die Möglichkeit, mit ähnlich betroffenen Menschen ins Gespräch zu kommen, den eigenen Bedürfnissen von Körper und Seele nachzuspüren und persönliche Ressourcen zu entdecken, die auch im Alltag als heilsam erfahren werden können.

Referentin	Angelika Gabler
Termin	04.12.2016 14.00 – 18.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	20 €

Wir bitten um eine Voranmeldung bis zum 30.11.2016.

Gruppenangebote für Frauen und Männer, Kinder und Jugendliche, die einen wichtigen Menschen in ihrem Leben verloren haben.

Wir laden Sie und Euch herzlich ein, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen, die in einer ähnlichen Lebenssituation sind.

Die Trauergruppen sind Angebote, die einen geschützten Rahmen für einen Austausch bieten. Begleitet werden sie von ausgebildeten Trauerbegleiterinnen.

Geschlossene Trauergruppe in Eichstätt

Sie haben den schmerzlichen Verlust eines nahen Menschen erfahren? In einer Trauergruppe kann eine vertraute Atmosphäre entstehen, um eine Strecke des Trauerweges gemeinsam zu gehen. Dazu gehören der Austausch über die erlebten Verluste und Abschiede, über Unterschiede und Gemeinsamkeiten im Umgang damit und das Erkunden von Lebensquellen, aus denen wir schöpfen können.

Wenn Sie mit Weggefährten für 8 Abende in einem vertrauten Rahmen zusammen sein möchten, so sind Sie herzlich willkommen.

Leitung	Trauerbegleiterinnen
Termin	auf Anfrage
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	40 €

Wir bitten um eine Anmeldung.

Sternenkindergruppe

Wenn Kinder während der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt sterben, geht für die Eltern im wahrsten Sinne des Wortes eine Welt unter. Gesprochen wird über das Thema meistens selten – Sie tragen oft schwer an dem Verlust ihres Kindes.

Ein monatlicher Gesprächskreis bietet Eltern Beistand, Trost und die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Betroffenen. Die gemeinsam erlebte Trauer in der Sternenkindergruppe kann dabei helfen, besser damit umzugehen und zu einem erfüllten Leben zurückzufinden.

Leitung	Patricia Hiemer und Ulrike Dell' Orco
Termin	einmal monatlich
Datum und Zeit	auf Anfrage
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	3 €

Bestattungen in Rebdorf

Ihr Kind war noch zu klein oder zu krank, um leben zu können. Damit die Trauer um Ihr Kind nicht nur in Ihrem Herzen, sondern auch in dieser Welt einen Platz findet, ist es gut, den Ort zu kennen, an dem Ihr Kind beerdigt ist. An der Grabstelle für totgeborene Kinder auf dem Friedhof in Rebdorf finden die Bestattungen statt am:

18.03.2016
29.07.2016
25.11.2016

Zu den Abschiedsfeiern sind Sie und Ihre Angehörigen herzlich eingeladen.

Geschlossene Trauergruppe in Treuchtlingen

Sie haben einen Menschen verloren und trauern um ihn. Wir möchten Ihnen einen Raum anbieten, in dem Sie Menschen in ähnlicher Situation kennen lernen, mit einem festen Personenkreis in einem geschützten Rahmen regelmäßig zusammenkommen, reden und lachen, weinen und zuhören dürfen, erfahren, dass sich im Austausch stärkende Möglichkeiten zur Bearbeitung der eigenen Trauer finden lassen.

Wenn Sie mit Weggefährten für neun Abende zusammen sein wollen und zwischen 30 und 60 Jahre alt sind, so sind Sie herzlich eingeladen zum geschlossenen Trauerkreis.

Leitung	Cordula Klenk Robert Reif
Termin	9 Abende ab März 2016, Alle vier Wochen, jeweils mittwochs 18.00 Uhr – 19.30 Uhr genauer Termin auf Anfrage
Ort	Katholisches Pfarrheim Elkan-Naumburg-Straße 1, Treuchtlingen
Kosten	45 €
Anfragen an	Cordula Klenk, 0151 18428717

Offener Trauertreff Weißenburg

Der Trauertreff ist ein offenes Angebot, um der eigenen Trauer Raum im Alltag zu geben und Trost und Kraft auf dem Weg der Trauer zu finden. Im Kontakt mit anderen Trauernden ist möglich, Sorgen und Ängste auszusprechen, zu weinen und zu lachen.

Der Trauertreff findet im geschützten Rahmen statt.

Leitungen	Cordula Klenk Robert Reif
Termin	einmal monatlich, auf Anfrage
Zeit	18.00 – 19.30 Uhr
Ort	Katholisches Pfarrzentrum Sankt Willibald Auf der Wied 9 Weißenburg
Kosten	2,50 €
Anfragen an	Cordula Klenk, 09141-959596

Die Kraft des Yoga

Die Trauer ist eine ganz normale Reaktion auf einen Verlust. Trauer ist eine tiefgreifende Kraft, die zum menschlichen Dasein gehört, und sie bildet einen wesentlichen Teil unseres Gefühlshaushalts.

Unser Körper ist zutiefst in den Trauerprozess involviert und unendlich viel weiser als der Verstand.

Durch die Bewegung verbinden wir uns mit dieser Körperweisheit. Damit, dass wir unsere Aufmerksamkeit und Achtsamkeit nach innen richten, verfeinern wir unsere Wahrnehmung für Empfindungen und Gefühle im Körper und gewinnen so einen tieferen Kontakt zu uns selbst. Einzigartig im Yoga ist, dass hier der Mensch als Ganzes, Körper, Geist und Seele anerkannt und gemeint ist.

Leitung	Paula Vollnhals
Termin	6 x Montags ab 11.01.2016 Yoga 1: 9.30 Uhr – 10.45 Uhr oder Yoga 2: 19.00 Uhr – 20.15 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	50 €

Wir bitten um eine Voranmeldung, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Kreuzweg

Wir laden Sie ein mit uns den Kreuzweg – Leidensweg Jesu Christi – am Kalvarienberg in Greding zu gehen.

Beim Gehen, Ruhigwerden und Stehenbleiben versuchen wir durch besinnliche Texte einerseits Kraft für unser Leben, ohne den geliebten Menschen, zu schöpfen und andererseits neue Sichtweisen zu gewinnen.

Leitung	Angelika Gabler
Termin	24.03.2016
	15.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt	Basilika St. Martin, Am Kirchberg 4, Greding

Um eine Anmeldung bis zum 21.03.2016 wird gebeten.

*Viele Menschen sind überzeugt davon,
dass Stark- und Tapfer-Sein bedeutet,
an „etwas anderes“ zu denken, nicht über Trauer zu sprechen.
Aber wir wissen, nicht wahr,
dass ehrlich Stark- und Tapfer-Sein bedeutet,
an das Geschehene zu denken, über das Gewesene zu sprechen,
bis unsere Trauer beginnt, erträglich zu werden.
Das ist wirkliche Stärke.
Das ist wirklicher Mut.
Und nur so wird Stark- und Tapfer-Sein
uns zur Heilung tragen.*

(Sascha Wagner)

Walking und Entspannungsgymnastik

Bewegung und Entspannung sind wesentliche Elemente, um in der Zeit der Trauer sich selbst wieder zu spüren und das Wohlbefinden zu verbessern. Durch Bewegung bringen wir etwas ins Fließen, was bisher vielleicht nicht zum Ausdruck gebracht werden konnte und beeinflussen dadurch positiv unseren Trauerprozess.

Bitte Gymnastikmatte und Walkingstöcke mitbringen.

Leitung	Angelika Gabler
Termin	6 x Montags ab 04.04.2016
	14.30 – 16.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	50 €

Wir bitten um eine Voranmeldung, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Malteser Hilfsdienst e. V.
Ambulanter Hospiz- und
Palliativ-Beratungsdienst,
Trauerarbeit

Pater-Philipp-Jeningen-Platz 1
 85072 Eichstätt

Telefon 08421 9807-15 oder 77
 Fax 08421 9807-27
 E-Mail malteser.hospiz@bistum-eichstaett.de
 Internet www.malteser-eichstaett.de

Veranstaltungsort

Heilig-Geist-Spital
 Erdgeschoss, Altbau
 Bahnhofplatz 3
 85072 Eichstätt

Ansprechpartnerin

Carmen Pickl und Regina Sterz,
Koordinatorinnen des ambulanten Hospiz- und Palliativ-
Beratungsdienstes / Trauerarbeit

Spendenkonto/Bankverbindung

Liga-Bank eG Eichstätt
 IBAN DE58 7509 0300 0007 6122 22
 BIC GENODEF 1M05
 Stichwort: „Hospizarbeit“

Ein Teil der Veranstaltungen findet in Zusammenarbeit
 mit dem Katholischen Bildungswerk statt.

Martin Alsheimer

Diplom-Pädagoge, Diplom-Trauerberater, Socialmanager, Systemischer Berater

Christine Bamberger

Trauerrednerin, Märchenpädagogin

Natalie Bayer

Trauerbegleiterin, i.A. Erzieherin

Wolfgang Butz

Evang. Dekan i.R.

Franziska Braun-Wiedmann

Hospizbegleiterin, Dipl. Designerin, Gestaltpädagogin

Angelika Gabler

Diplom-Sozialpädagogin (FH), Supervisorin (DGSv), Business-Coach

Ulrike dell'Orco

Industriekauffrau

Patricia Hiemer

Trauerbegleiterin, Med. Fachangestellte

Sonja Hofmann

Dipl. Psychologin, MBSR-Lehrerin i.A.

Cordula Klenk

Trauerbegleiterin, Diplom-Theologin, Pastoralassistentin

Dr. Ursula Philipp

Notarin

Carmen Pickl

Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes, Fachkraft
Palliativ Care, Trauerbegleiterin i.A., Pflegeberaterin § 7 a SGB XI,
staatl. anerkannte Altenpflegerin, Bürokauffrau

Robert Reif

Trauerbegleiter, Gruppenleiter in einer therapeutischen Werkstatt, Schreinermeister

Regine Rudert-Gehrke

Pfarrerin, Trauerpädagogin M.I.T., BVT, Leiterin des Trauerinstituts der Hospizakade-
mie Nürnberg, Koordinatorin im Hospiz-Team Nürnberg e. V.

Veronika Reif

Trauerbegleiterin i.A., Maschinenbautechnikerin

Regina Sterz

Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes, Trauerpäda-
gogin (M.I.T.), psychosoziale Fachkraft Palliative Care, Diplom-Religionspädagogin
(FH), Heilpraktikerin

Anke Thiede

Dipl. Pflégewirtin, Leitung des Elisabeth Hospiz Ingolstadt

Paula Vollnhals

Trauerpädagogin (M.I.T.), Yogalehrerin (BDY) Altenpflegerin



Malteser

... weil Nähe zählt.

Malteser Hilfsdienst e.V.

Ambulanter Hospiz- und Palliativ-

Beratungsdienst, Trauerarbeit

Pater-Philipp-Jeningen-Platz 1

85072 Eichstätt