



**Malteser**

*...weil Nähe zählt.*

# Veranstaltungskalender 2017

**Ambulanter Hospizdienst  
Palliative Beratung  
Trauerarbeit**

*Malteser in der Diözese Eichstätt*

Einleitung	4	Wieder festen Halt finden	26
<b>Beratungsangebot</b>		Erlebnistag für trauernde Kinder und Jugendliche	27
Patientenverfügung	6	<b>Sonntagsangebote</b>	
Palliative Beratung	7	Wandern	28
<b>Seminare und Vorträge zur Sterbebegleitung und Trauerarbeit</b>		Heilsame Lieder	29
Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter	8	Meditative Tänze	30
Abschied gestalten – Bestattungskultur heute	9	Gedenkgottesdienst	31
Sterben ist eine erhabene Sache	10	Oasentag	32
Mit Trauernden auf dem Weg	10	<b>Trauergruppen</b>	
Unterwegs im Trauerland	11	Sternenkindergruppe	33
Hospizbegleitung und palliative Beratung	12	Bestattung in Rebdorf	34
Achtsame Berührung in der Begleitung	13	<b>Geschlossene Trauergruppen</b>	
Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende	14	Trauergruppe Eichstätt	35
Vorsorgevollmacht und Betreuungsvollmacht	15	Trauergruppe Weißenburg	36
Homöopathie in der Sterbebegleitung	16	Trauergruppe Treuchtlingen	36
Erster Eichstätter Hospiz- und Palliativtag	17	<b>Besondere Angebote für Trauernde</b>	
Trauerberatung im Einzelgespräch	18	Yoga und Achtsamkeit	37
Ton und Trauer	39	Kreuzweg	38
<b>Erste Hilfe Kurse</b>		Walking und Entspannungsgymnastik	38
Erste Hilfe Grundkurs	19	Ton und Trauer	39
Erste Hilfe Training	20	<b>Weitere Informationen und Anmeldung</b>	40
Erste Hilfe bei Säuglings- und Kindernotfällen	21	Referenten	42
<b>Angebote für Trauernde</b>			
Unser Weg durch die Trauer	22		
Gesprächsangebot für trauernde Menschen	23		
Bärenstarkgruppe	24		
Regenbogengruppe	25		

## 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 49 (0) 8421-980715**

Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes, Fachkraft Palliativ Care, Trauerbegleiterin (M.I.T.) Pflegeberaterin § 7a, Altenpflegerin, Bürokauffrau

### **Regina Sterz 49 (0) 8421-980777**

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.

## Patientenverfügung und Wertvorstellungen

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

## Palliative Beratung

Unheilbare Erkrankungen wecken Ängste. Wie wird die Krankheit verlaufen? Was kommt auf mich zu? Wie hole ich mir Hilfe, wenn ich sie brauche? Wie kann ich meinen Angehörigen oder Freund unterstützen? Diese Fragen können in der Palliativen Beratung beantwortet werden.

Gerne informieren wir Sie auch über pflegerische und medizinische Möglichkeiten zur Linderung belastender Symptome und die Möglichkeiten einer palliativen Begleitung durch unsere Netzwerkpartner wie z.B. das Sapv Team, die Palliativstation und das Hospiz.

Termin	nach telefonischer Vereinbarung können Sie gerne einen Beratungstermin bei uns im Büro oder bei Ihnen vor Ort ausmachen
--------	---

## 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.

Die Ausbildung entspricht dem Konzept der Malteser und den Standards des Bayerischen Hospiz- und Palliativverbandes.

Für ein persönliches Gespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Der nächste Grundkurs wird voraussichtlich im Juni 2017 beginnen.

## Abschied gestalten – Bestattungskultur heute

*Vortrag*

Wie lange darf jemand nach dem Versterben zu Hause bleiben?

Gibt es Möglichkeiten, den Sarg selbst zu gestalten? Darf die Asche verstreut werden? Welche Bestattungsarten gibt es?

Diese Fragen beschäftigen uns, wenn wir an den Abschied denken. Herr Josef Huber Inhaber eines Bestattungsunternehmens in Ingolstadt wird uns diese und andere Fragen beantworten und uns über die heutigen Möglichkeiten der Bestattungskultur erzählen.

Referent	Josef Huber, Bestatter
Termin	9. März 2017 18.30 – 20.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis zum 3. März wird gebeten.

**„Sterben ist eine erhabene Sache“****Spirituelle Begleitung am Lebensende***Fortbildung*

Auf Fragen von Sterbenden nach den letzten Dingen können wir meist keine unmittelbare Antwort geben. Aber wir können dafür gerüstet sein, sie miteinander auszuhalten und auszutragen. Voraussetzung ist, dass wir uns selbst damit konfrontieren, was uns wirklich Halt gibt und trägt.

Referent	Guido Kreppold OFM Cap, Dipl.-Psychologe
Termin	18. März 2017 9.00 – 12.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	15,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 14. März wird gebeten.

**Mit Trauernden auf dem Weg****Wie kann ich trauernden Menschen begegnen?***Vortrag*

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	4. April 2017 18.30 – 20.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis zum 1. April wird gebeten.

**Unterwegs im Trauerland***Fortbildung für Trauerbegleiter*

Eine Reise ins Trauerland sucht man sich nicht aus, sie wird einem auferlegt. Nun muss man eine Zeit lang hier leben und seinen Weg durch dieses Seelengebiet finden. Aber wie ist die fremde Landschaft beschaffen? Welche Besonderheiten und Hindernisse gibt es? Wo sind Unwegsamkeiten und Gefahrenzonen, wo Ausblicke und Rastplätze? Welche notwendigen Schritte helfen bei der Durchquerung? Anschaulich und nachvollziehbar erschließen wir einzelne Aspekte des Trauerns und zeigen mögliche Wege und hilfreiche Trittsteine zu seiner Bewältigung.

Referentin	Michaela Grimminger
Termin	13. Mai 2017 9.00 – 16.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 8. Mai wird gebeten.

## Hospizbegleitung und Palliative Beratung

*Vortrag*

Der Vortrag informiert über die Arbeit des ambulanten Hospizdienstes der Malteser. Vorgestellt werden Angebote, Hilfestellungen und Unterstützung von Sterbenden und ihren Angehörigen. Außerdem werden Anregungen für den eigenen Umgang mit Sterben, Tod und Trauer gegeben.

Referentinnen	Carmen Pickl, Regina Sterz
Termin	30. Mai 2017 18.00 – 19.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis zum 26. Mai wird gebeten.

## Achtsame Berührung in der Begleitung

*Fortbildung*

In der Berührung orientieren wir uns am Craniosacralen Rhythmus, der wie ein sanftes An- und Abschwellen an vielen Stellen des Körpers tastbar ist. Dieses Tasten ist erlernbar. Dabei hilft die Haltung des inneren Lauschens und der achtsamen Berührung.

Nach einer kurzen theoretischen Einführung üben wir gegenseitig das Erspüren dieser fließenden Körper-  
rhythmen.

Durch diese craniosacrale Entspannungstechnik erleben schwerkranke und sterbende Menschen, wie tröstlich gerade in dieser begrenzten Zeit der gegenwärtige Augenblick sein kann. Durch sanfte Berührung können Ängste, Unruhe und Schmerzen gelindert werden.

Referentin	Regina Sterz
Termin	4. Juli 2017 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	20,00 €

Um eine Anmeldung bis 30. Juni wird gebeten.  
Teilnehmerzahl ist begrenzt.

## Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende

*Vortrag*

Schwerkranke und sterbende Menschen haben in der Regel deutlich weniger oder nicht mehr das Bedürfnis zu essen und zu trinken. Diese Situation macht Angehörigen oft Angst, dass jemand „verhungern oder verdursten“ könnte. Doch oft können eine künstliche Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr für sterbende eine große Belastung darstellen.

Die Fragen, die im Zusammenhang mit der Pflege, Betreuung und Versorgung schwerkranker und sterbender Menschen auftauchen, sind hochkomplex und häufig emotional sehr belastend. Dieser Vortrag klärt zu Fakten und Mythen zur Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende auf und bietet anhand von konkreten Fallbeispielen aus der Praxis Raum zur Diskussion.

Referent	Dr. Albrecht Kühnle
Termin	12. Juli 2017 18.30 – 20.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis 7. Juli wird gebeten. Teilnehmerzahl ist begrenzt.

## 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	Dr. Ursula Philipp
Termin	25. September 2017 19.00 – 21.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis zum 21. September wird gebeten. Teilnehmerzahl begrenzt.

## Homöopathie in der Begleitung von schwerkranken und trauernden Menschen

*Vortrag*

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	17. Oktober 2017 19.00 – 20.30 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	wir freuen uns über eine Spende für den Hospizdienst

Um eine Anmeldung bis zum 13. Oktober wird gebeten.

## Erster Eichstätter Hospiz- und Palliativtag

*Fortbildung*

Das multiprofessionelle Team des palliativmedizinischen Dienstes der Klinik Eichstätt und der ambulante Hospizdienst der Malteser laden das erste Mal zu einem gemeinsamen Hospiz- und Palliativtag nach Eichstätt ein.

Interessierte sind zu zwei Vorträgen von Prof. Dr. med. Christoph Ostgathe, Lehrstuhlinhaber für Palliativmedizin an der Universität Erlangen und Wolfgang Putz, Anwalt für Medizinrecht, eingeladen. Es gibt die Möglichkeit, verschiedene Workshops zu besuchen und sich fachlich auszutauschen. Nähere Informationen erhalten sie bei uns.

Termin	20. Oktober 2017 ab 14.00 Uhr
Ort	Wirtshaus zum Gutmann, Am Graben 36, Eichstätt
Kosten	werden noch bekannt gegeben

## Trauerberatung im Einzelgespräch

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, einen Leitfaden für Einzelgespräche mit Trauernden an die Hand zu geben.

Referentin	Angelika Gabler
Termin	10. November 2017 13.00 – 18.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 3. November 2017 wird gebeten.

*Wenn etwas von uns fortgenommen wird,  
womit wir tief und wunderbar zusammenhängen, so ist viel von uns  
selber mit fortgenommen.*

*Gott aber will, dass wir uns wiederfinden,  
reicher um alles Verlorene  
und vermehrt um jenen unendlichen Schmerz.*

(Rainer Maria Rilke)

## Kompakt. Sicher. Kompetent. Leben retten!

Erste Hilfe Grundkurs

Tagesveranstaltung für Helfer und alle Interessierten

Notfälle in allen Lebensbereichen machen es notwendig, dass möglichst viele Menschen in Erster Hilfe ausgebildet werden.

Da sich Verletzte in Notsituationen oft selbst nicht helfen können und auch selbst nicht in der Lage sind Hilfe herbeizuholen, ist deren Leben und Gesundheit ohne das sofortige Eingreifen von Ersthelfern in Gefahr.

In nur einem Tag lernen sie alles, was im Notfall wirklich wichtig ist. Kurz, prägnant und immer mit dem Blick auf die notwendigen Maßnahmen. Der Zeitaufwand für einen Grundkurs hat sich verringert, während die zuverlässige Durchführung und die noch praxisbetontere Ausrichtung unserer Kurse ihnen weiterhin die Sicherheit gibt, im Notfall wirksame Erste Hilfe zu leisten.

Referent	Ausbilder des MHD
Termine	14. Januar/ 11. März/ 8. April/ 20. Mai/ 24. Juni/ 29. Juli/ 9. September/ 7. Oktober/ 11. November/ 9. Dezember 2017 9.00 – 16.45 Uhr
Ort	Ausbildungszentrum Bahnhofplatz 14, Eichstätt
Kosten	35,00 € (aktive Helfer des MHD frei)

### Anmeldung

Christine Maier, Diözesanausbildungsreferentin

Telefon: 49 (0) 8421 9807-12

Handy: 49 (0) 160 90561917

E-Mail: christine.maier@malteser.org

# IN NUR EINEM TAG ERSTE HILFE LERNEN.

## Kompakt. Sicher. Kompetent. Leben retten!

### Erste Hilfe Training

*Tagesveranstaltung für Helfer und alle Interessierten*

Nahezu jeder hat schon einmal einen Erste-Hilfe-Kurs besucht; allerdings liegt dieser oft viele Jahre zurück. In der Ersten Hilfe hat sich einiges geändert bzw. vereinfacht. Dieser Kurs dient als Auffrischung und Fortbildung in Erster Hilfe für betriebliche Ersthelfer und alle Interessierten, damit sie in nur einem Tag lernen, was im Notfall wirklich wichtig ist.

Referent	Ausbilder des MHD
Termine	15. Januar/ 12. März/ 9. April/ 21. Mai/ 25. Juni/ 30. Juli/ 10. September/ 8. Oktober/ 12. November/ 10. Dezember 2017 9.00 – 16.45 Uhr
Kosten	35,00 € (aktive Helfer des MHD frei)

# IN NUR EINEM TAG ERSTE HILFE LERNEN.

## Erste Hilfe bei Säuglings- und Kindernotfällen

Lernen sie Erste Hilfe Maßnahmen bei Kindernotfällen. Helfen sie Unfälle zu vermeiden und tun sie etwas gegen ihre eigene Hilflosigkeit. Wir möchten, dass sie Kinder auf ihrem Lebensweg sicher begleiten. Kinder- und Säuglingsnotfälle lassen sich oft schon im Vorfeld verhindern. Damit erst gar nichts passiert, vermitteln ihnen qualifizierte Ausbilder vorbeugende Maßnahmen. Selbstverständlich lernen sie an diesem Tag aber auch neben verschiedenen Notfallsituationen die Vermittlung der am häufigsten auftretenden Krankheitsbilder bei Kindern.

Referent	Ausbilder des MHD
Termine	11. Februar/ 25. März/ 6. Mai/ 8. Juli/ 16. September/ 8. Oktober/ 2. Februar 2017
Ort	Ausbildungszentrum Bahnhofplatz 14, Eichstätt
Kosten	35,00 €, Paare 60,00 € (aktive Helfer des MHD frei)

### Anmeldung

Christine Maier, Diözesanausbildungsreferentin  
Telefon: 49 (0) 8421 9807-12  
Handy: 49 (0) 160 90 56 19 17  
E-Mail: christine.maier@malteser.org

## Unser Weg durch die Trauer

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, 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. Wer einen Nahestehenden durch Suizid verloren hat, geht andere Trauerwege als der, der einen lieben Menschen nach langer Krankheit verabschieden musste.

*„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
Kontakt	49 (0) 8421-8855
E-Mail	angelika.gabler@gmx.de

*Es gibt nichts, was uns die Abwesenheit eines lieben Menschen ersetzen kann, man muss es aushalten und durchhalten.*

*Das klingt zunächst sehr hart,  
aber es ist doch zugleich ein großer Trost,  
denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt,  
bleibt man durch sie miteinander verbunden.*

*Je schönes und voller die Erinnerungen, desto schwerer die Trennung.  
Aber die Dankbarkeit verwandelt die Qual  
der Erinnerung in stille Freude.  
Man trägt das vergangene Schöne nicht wie einen Stachel,  
sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.  
Eine dauerhafte Freude und Kraft wird von dem Verborgenen ausgehen.*

*(Nach Dietrich Bonhoeffer)*

## Bärenstarkgruppe

*Für Kinder von 6-9 Jahren*

Kinder brauchen nach dem Tod eines wichtigen Menschen besondere Zuwendung.

In der „Bärenstark“ Gruppe können sich Kinder in einem geschützten Rahmen kennenlernen und sich beim gemeinsamen Spielen, Toben oder Basteln austauschen. Die Kindertrauergruppe bietet die Möglichkeit sich mit anderen Kindern, die ähnliches erlebt haben auszutauschen. Kinder erfahren so Gemeinschaft und dass Sie nicht alleine sind mit ihren Gedanken, Gefühlen und Sorgen. Die Gruppe findet alle vier Wochen an einem Donnerstagnachmittag in den Malteserräumen im Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, in Eichstätt statt.

Leitung	Carmen Pickl Ingrid Bayer
Termin	einmal monatlich Donnerstagnachmittag
Zeit	15.30 – 17.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Wir bitten um eine Spende für den Hospizdienst.

Ein Vorgespräch ist nötig.

## Regenbogengruppe

*Kinder von 10-14 Jahren*

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
Zeit	17.00 – 19.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	Wir bitten um eine Spende für den Hospizdienst.

Ein Vorgespräch ist nötig.

### Wieder festen Halt finden

*Bouldern für trauernde Jugendliche*

„Das zieht mir den Boden unter den Füßen weg!“ Dieses Gefühl kann auftauchen, wenn Vater, Mutter, Bruder, Schwester oder eine nahestehende Person stirbt. Alles ist anders. Nichts ist mehr wie es war.

Dieses Angebot für Jugendliche kann helfen, mit dem Verlust umzugehen. Hier können eigene Grenzen erfahrbar gemacht und neues Vertrauen in sich selbst und in andere gewonnen werden.

Leitung	Angelika Gabler, Felix Sobietzki
Termin	21. Mai 2017 15.00 – 18.00 Uhr
Ort	AV-Kletterhalle am Blumenberg
Kosten	10,00 € plus Eintritt in die Kletterhalle

Um eine Anmeldung bis zum 16. Mai wird gebeten.

### 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.

Um ganz bewusst den Sonnenseiten des Lebens Raum zu geben, veranstalten wir jedes Jahr vor den Sommerferien einen „Abenteuertag“.

Seid gespannt, was euch dieses Jahr an Aktionen, Spielen und vor allem ganz viel Spaß erwartet!

Wir freuen uns einen lustigen und ungezwungenen Tag mit euch! Gerne dürfen auch Familienmitglieder teilnehmen!

Leitung	Veronika Reif Natalie Bayer
Termin	21. Juli 2017 Ab 16.00 Uhr
Ort	auf Anfrage
Kosten	10,00 € pro Familie

Um Anmeldung wird gebeten bis zum 15. Juli.

## „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.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Ausklang in einem Café.

Leitung	Trauerbegleiterinnen
Termine	29. Januar 2017 26. Februar 2017 30. April 2017 25. Juni 2017 30. Juli 2017 24. September 2017 29. Oktober 2017 Jeweils 14.00 -17.00 Uhr.
Treffpunkt	Auf Anfrage
Kosten	Wir bitten um eine Spende

Wir bitten um eine Anmeldung.

## Heilsame Lieder

In Zeiten der Trauer kann meditatives Singen unserer Seele guttun und unsere Selbstheilungskräfte stärken. Man braucht keine Kenntnisse und vor allem: Man muss nicht singen 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.

Leitung	Anita Wallner Martin Wallner
Termin	26. März 2017 14.00 – 17.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	5,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 22. März wird gebeten.

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

*(SirYehudi Menuhin)*

## Meditativer Tanz – Ein Tor zum Leben

Meditative Tänze unterstützen uns bei der Verarbeitung unserer Trauer. Ihre Symbolkraft, die Bewegung und die Struktur des Tanzkreises eröffnen neue Wege. Das Angebot richtet sich an Menschen, die Verluste erfahren haben und in schwierigen Umbruchsituationen stehen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung

Leitung	Sr. Hermine Ferber
Termin	28. Mai 2017 14.00 – 17.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	5,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 24. Mai wird gebeten.

*Legt eure Müdigkeit auf den Boden und tanzt,  
tanzt eure Heiterkeit und eure Trauer,  
tanzt eure Ausgelassenheit und tanzt eure Schwere,  
tanzt eure Hoffnung und tanzt eure Ängste,  
tanzt den Alltag und tanzt das Fest,  
tanzt alleine, tanzt mit den anderen...  
tanzt!*

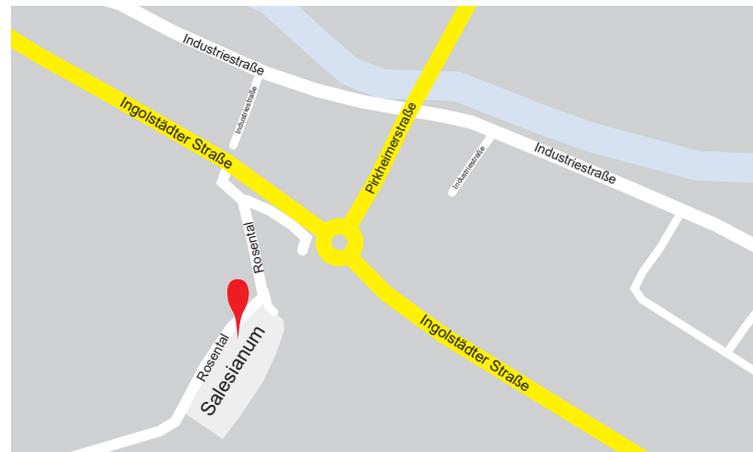
## Gedenkgottesdienst

„Meinen Frieden gebe ich Euch...“

Der Verlust eines lieben Menschen stellt die Welt auf den Kopf. Nichts ist mehr so, wie es vorher war. Wir müssen uns und unser Verhältnis zu den Menschen und der Welt, in der wir leben, neu ordnen. Dieser Gedenkgottesdienst lädt ein, neuen Frieden zu finden – mit mir, mit der Welt, mit meinem Glauben und mit meinem Gott. Dazu sind Sie herzlich eingeladen!

Termin	19. November 2017 17.00 Uhr Gottesdienst
Ort	Salesianum Rosental 1, Eichstätt

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



### Oasentag

#### Zeit zum Kraft schöpfen

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.

Leitung	Angelika Gabler
Termin	10. Dezember 2017
	14.00 – 18.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	20,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 6. Dezember wird gebeten.

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.

### 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 & Zeit	auf Anfrage
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	3,00 €

### 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 togeborene Kinder auf dem Friedhof in Rebdorf finden die Bestattungen statt am:

31. März, 28. Juli, 24. November 2017  
Jeweils um 16.00 Uhr

Zu den Abschiedsfeiern sind Sie und Ihre Angehörigen herzlich eingeladen.

### Geschlossene Trauergruppe

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 9 Abende in einem vertrauten Rahmen zusammen sein möchten, so sind Sie herzlich willkommen.

### Geschlossene Trauergruppe in Eichstätt

Leitung	Trauerbegleiterinnen
Termin	auf Anfrage
Ort	Heilig-Geist-Spital, Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35,00 €

Um eine Anmeldung wird gebeten.

### Geschlossene Trauergruppe in Weißenburg

Leitung	Cordula Klenk Robert Reif
Termin	ab Januar 2017, einmal monatlich,
Ort	Katholisches Pfarrzentrum Auf der Wied 9,
Kosten	35,00 €

Wir bitten um Voranmeldung.

Anfragen an: Cordula Klenk,  
49 (0) 8421 980788

### Geschlossene Trauergruppe in Treuchtlingen

Leitung	Cordula Klenk Robert Reif
Termin	ab Oktober 2017, 1 mal monatlich,
Ort	Katholisches Pfarrheim Elkan-Naumburg-Straße 1,
Kosten	35,00 €

Wir bitten um Voranmeldung

Anfragen an: Cordula Klenk,  
49 (0) 8421 980788

### Yoga und Achtsamkeit

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.

Wir werden eine Stunde üben. Anschließend besteht bei Bedarf die Möglichkeit zum Gespräch.

Leitung	Paula Vollnhals
Termine	6 x Montags, ab 16. Januar 2017 Yoga 1: 9.00 – 10.15 Uhr oder Yoga 2: 19.00 – 20.15 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	50,00 €

Um eine Anmeldung wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

## Kreuzweg

Wir laden Sie ein mit uns den Kreuzweg – Leidensweg Jesu Christi 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	13. April 2017 15.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt	Heilig Geist Spital Eichstätt

Um eine Anmeldung wird gebeten.

## 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
Termine	6 x Dienstag ab 25. April 2017 14.30 – 16.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	50,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 21. April wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

## Ton und Trauer

*Seminar für Trauernde und Trauerbegleiter*

Über die Arbeit mit Ton aber auch mit selbst tönen, kann man sich der Trauer auf neuen Wegen nähern.

Auch Ton kann vertrocknen, knochentrocken werden, spröde und brüchig, Staub. Er kann sich wieder auflösen, weich werden und formlos, Schlamm. Und daraus entsteht wieder formbarer Ton.

Wir wollen an diesem Tag die Trauer aufspüren und sie mit Ton materialisieren und mit Mantra-Singen begleiten. So wird die Trauer, aber auch die Kraft in mir damit umzugehen sichtbar und hörbar, für uns selber und auch für die Anderen in der Gruppe. Über die Kommunikation mit den Händen kann Unsagbares und Unsichtbares mitgeteilt werden, mit ein Teil der Welt werden. Im gemeinsamen Singen von einfachen Wiederholungsgesängen kann uns heilsamer Klang begleiten, den wir auch im Alltag immer wieder anklingen lassen können.

Um Trauer zu töpfeln sind keine keramischen Vorkenntnisse nötig und auch zum Singen gibt es keine Voraussetzungen. Singen kann jeder Mensch.

Referentinnen	Bernadette Raischl, Regula Kaeser- Bonanomi
Termin	25. November 2017 9.30 – 17.00 Uhr
Ort	Heilig-Geist-Spital Bahnhofplatz 3, Eichstätt
Kosten	35,00 €

Um eine Anmeldung bis zum 19. November wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

# WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

## Malteser Hilfsdienst e. V.

Ambulanter Hospiz- und  
Palliativ-Beratungsdienst,  
Trauerarbeit

Pater-Philipp-Jeningen-Platz 1  
85072 Eichstätt

Telefon 49 (0) 8421 9807-15 oder 77  
Fax 49 (0) 8421 9807-27  
E-Mail [hospizdienst.eichstaett@malteser.org](mailto:hospizdienst.eichstaett@malteser.org)  
Internet [www.malteser-eichstaett.de](http://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 der Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis  
Eichstätt statt.



**Ingrid Bayer**

*Trauerbegleiterin*

**Natalie Bayer**

*Erzieherin*

**Sr. Hermine Ferber MC**

*Hospizbegleiterin*

**Angelika Gabler**

*Diplom-Sozialpädagogin (FH), Supervisorin (DGsv),  
Business-Coach*

**Michaela Grimminger**

*Religionspädagogin*

**Ulrike dell'Orco**

*Co-Leitung Sternenkindergruppe*

**Patricia Hiemer**

*Trauerbegleiterin*

**Josef Huber**

*Bestatter*

**Regula Kaeser-Bonanomi,**

*Keramikerin*

**Cordula Klenk**

*Trauerbegleiterin, Diplom-Theologin*

**Guido Kreppold**

*OFM Cap, Diplompsychologe, Autor*

**Dr. Albrecht Kühnle**

*Akutgeriater, Palliativmediziner*

**Dr. Ursula Philipp**

*Notarin*

**Carmen Pickl**

*Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und  
Palliativberatungsdienstes, Fachkraft Palliativ Care,  
Trauerbegleiterin M.I.T., Pflegeberaterin § 7 a SGB XI,  
staatl. anerkannte Altenpflegerin*

**Bernadette Raischl,**

*Psychologin, Supervisorin*

**Robert Reif**

*Trauerbegleiter*

**Veronika Reif**

*Trauerbegleiterin*

**Regina Sterz**

*Koordinatorin des ambulanten Hospiz- und  
Palliativberatungsdienste, Trauerpädagogin (M.I.T.),  
psychosoziale Fachkraft Palliative Care,  
Diplom-Religionspädagogin (FH), Heilpraktikerin*

**Paula Vollnhals**

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

**Anita Wallner**

*Hospizbegleiterin*

**Martin Wallner**

*Lehrer*



**Malteser**

*...weil Nähe zählt.*

## **Malteser Hilfsdienst e.V.**

Ambulanter Hospiz- und Palliativ-

Beratungsdienst, Trauerarbeit

Pater-Philipp-Jeningen-Platz 1

85072 Eichstätt