

Programm Hospiz- und Palliativwoche 2023 vom 14. – 21. Oktober

Samstag, 14.10.2023

Infoveranstaltung zum Welthospiztag – Der Hospizverein Schwabach stellt sich vor. Infostand auf dem Königsplatz in Schwabach. **09:00-13:00 Uhr.** Vorbeikommen, Informieren und in Austausch treten. Wir freuen uns auf Ihr Kommen und stehen Ihnen für Fragen rund um die ambulante Hospiz- und Trauerarbeit im Hospizverein Schwabach e.V., zur Verfügung. Königsplatz/ Marktplatz, 91126 Schwabach.

„Als Pflegekraft – zwischen allen Stühlen?!“ 11:00-12:00 Uhr. Jürgen Schnierstein, Altenpfleger und BVP-Berater im Hospiz und Palliativberatungszentrum Nürnberg. Pflegebedürftige Menschen haben das Recht, ihre Entscheidungen zu treffen und ihre Pflege so zu gestalten, wie sie es möchten. So weit richtig und gut! Die Pflege befindet sich jedoch oft im Spannungsfeld zwischen Selbstbestimmung der Pflegebedürftigen und den bestehenden Strukturen, Erwartungen, der Fürsorgepflicht und der Interaktion mit anderen an der Pflege beteiligten Personen. Hier sind dann manchmal Spannungen vorprogrammiert. Kann man jemals jedem gerecht werden?“ Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, Haus D1, 4. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Auftaktveranstaltung mit Konzert und Information. Nur ein Katzensprung – ein Konzert über das Leben und den Tod. Information und Begegnung, 16:00-17:00 Uhr, Konzertbeginn 17:00 Uhr. Die Trauerarbeit des Hospiz-Team Nürnberg e.V. stellt ihre Beratungs- und Unterstützungsangebote auf dem Weg der Trauer vor. Bei einem Getränk möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen. Anschließend findet ein Konzert von und mit Annett Kuhr statt. Geschliffene Texte und Gitarren-Arrangements tragen ihren Teil ebenso bei, wie die natürliche Ausstrahlung der mehrfach ausgezeichneten Liedermacherin. In "Nur ein Katzensprung" mischt Annett Kuhr Chansons über menschliche Beziehungen und Alltagsszenen mit Liedern über den Tod – und eröffnet dabei überraschende Perspektiven auf das Leben. Mit feinsinnigem Humor hebt die Liedpoetin dabei Untergründiges an die Oberfläche, hält Flüchtliges fest und macht Unscheinbares sichtbar. In einer Mischung aus eigenen Werken sowie Liedern von Reinhard Mey, Friedrich Holländer u.a. gelingt ihr eine tiefgehende und zugleich federleicht berührende Hommage an das Jetzt. Katharinensaal in der Stadtbibliothek, Gewerbemuseumsplatz 4, 90403 Nürnberg. Eintritt frei.

Welthospiztag unter dem Zeichen der Everly Brothers im „Sozialen Netz im Nürnberger Osten“: Don & Phil: Eine außergewöhnliche und nostalgische Show für Freunde der Gitarren- und Vokal-Musik. Originaltreue wird großgeschrieben, wenn Uwe und Michael mit zweistimmigen Gesang und zwei Gitarren auf der Bühne stehen und die 50 er Jahre wieder zum Leben erwecken. Bye Bye Love, Wake up little Susie – Lieder, die eingängig sind und berühren. Es erwarten Sie viele interessante Anekdoten, Hintergrundinfos der Brüder mit Humor verpackt. Wo: Evangelische Kirche St. Nikolaus und St. Ulrich, Kirchenberg 15, 90 482 Nürnberg, **19 bis 21 Uhr** Eintritt 20 Euro – Alle Erlöse für die Hospizarbeit, Anmeldung unter karnast@diakonie-moegeldorf.de oder 0911/ 9 9541-20 (Bürozeit: Dienstag bis Donnerstag 13 – 16 Uhr).

Sonntag, 15.10.2023

Lesung „Mariannengraben“ – ein Roman von Jasmin Schreiber, 18:00-20:00 Uhr. Es lesen für Sie Bettina Renz, Hospizbegleiterin im Hospizverein Schwabach, Marcus Hecke Koordinator im Hospiz-Team Nürnberg e.V. und Thomas Mrotzek, Koordinator im Hospizverein Schwabach e.V. Jeder weiß: Der Mount Everest ist mit knapp 9.000 Metern die höchste Erhebung der Welt. Nicht ganz so viele kennen seinen tiefsten Punkt: Den Mariannengraben, gut 12.000 Meter tief. Paula braucht nicht viel zum Leben: ihre Wohnung, ein bisschen Geld für Essen und ihren kleinen Bruder Tim, der das Meer und das Wasser liebt. Aber Tim stirbt und stürzt Paula in eine 12.000 Meter tiefe Trauer. Erst die Begegnung mit Helmut, einem schrulligen alten Herrn, erweckt wieder Lebenswillen in ihr. Gemeinsam begeben sie sich auf einen ungewöhnlichen Road-Trip, der sie beide zu sich selbst zurückbringt – auf die eine oder andere, durchaus humorvolle Weise. Ein Roman übers Sterben – aber vor allem darüber, am Leben zu bleiben. Gönnen Sie sich zwei Stunden Vorlesegenuss. Im Anschluss wird sich ihr Blick auf das Thema Trauer verändert haben. Café Martha, MarthasträÙe 35, 90482 Nürnberg. Eintritt frei.

Montag, 16.10.2023

Das „Soziale Netz im Nürnberger Osten“ bietet jeweils um **10:00** und um **16:00 Uhr** eine Führung durch das stationäre Hospiz und durch das Tageshospiz an. Ziegenstraße 30, 90482 Nürnberg/ Mögeldorf.

Was passiert eigentlich in einer Kindertrauergruppe? „Muss ich da nur weinen“? 15:00-18:00 Uhr. Referentinnen: Marion Langfritz, Koordinatorin und Kinder- und Jugendtrauerbegleiterin und das Team der Kindertrauergruppe im Hospiz-Team Nürnberg e.V.. In unserer Kindertrauergruppe teilen wir Erinnerungen, lachen, weinen und haben Spaß. Im Spiel, beim Malen oder bei anderen kreativen Impulsen können Kinder ihre Gefühle und ihre Trauer ausdrücken. Dabei werden sie von ausgebildeten Trauerbegleiter:innen unterstützt, ihren eigenen Weg in der Trauer zu finden. An diesem Nachmittag geben wir Einblicke, wie so eine Gruppenstunde aussehen kann und für Kinder und Erwachsene wird es die Möglichkeit geben, sich selbst kreativ auszuprobieren. Außerdem gibt es bei Waffeln und Getränken auch Raum für Gespräche, Fragen und Informationen. Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, 3. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Eat&Talk: Stärkung in der Trauer finden, 19:00-21:00 Uhr. Der etwas andere Stammtisch unter Männern. Zwei Stunden Stärkung für Leib und Seele mit Jürgen Kaufmann und Helmut Unglaub. Wir backen Flammkuchen. Wir stärken uns beim Essen. Wir hören wie Campino (Tote Hosen) trauert. Wir entlarven platte Trauersprüche. Wir stoßen auf das Leben an. Katholische Hochschulgemeinde, Königstraße 64, 90402 Nürnberg. Anmeldung unter unglaub@hospiz-team.de (Leitung Trauerberatungszentrum) oder unter 0911 891205-10 bis Freitag, 13.10.2023. Eintritt frei.

Dienstag, 17.10.2023

Wer trauert um Wen? Beginn: 18:00 Uhr. Referentin: Wilma Pfeifer, Koordinatorin Palliative Care im Wohnung- und Obdachlosenbereich des Hospiz-Team Nürnberg e.V.. Umgang mit Verlust und Trauer entwickelt sich durch unser aller Erfahrung und somit unserer Prägung. Was kann dies für Menschen am Rande unserer „Normal-Gesellschaft“ bedeuten? Fahrradcafé Eddy would attack, Frauentormauer 18, Ecke Vordere Sterngasse, 90402 Nürnberg. Eintritt frei.

„Nicht essen, weil man muss, sondern kochen, weil es guttut!“ Kochen für die Seele, 17.00 – ca. 20.00 Uhr. Wir laden Trauernde ein, gemeinsam zu kochen, das Essen (vegetarisch) zu genießen und miteinander über das momentane Erleben ins Gespräch zu kommen. Teilnehmerzahl: max. 10 Personen, Anmeldung: bitte bis 12.10.2023. Veranstaltungsort: SIGENA Langwasser (Nachbarschaftstreff), Neusalzer Straße 4, 90473 Nürnberg. Veranstalter: Ambulanter Hospiz- und palliativer Beratungsdienst Nürnberg der Rummelsberger Hospizarbeit, 0911/393 63 4390, hospizdienst-nuernberg@rummelsberger.net. Ansprechpartnerin: Angela Barth (Hospizkoordinatorin)

Trauer bei Hochbetagten und Menschen mit Demenz, Beginn 18:00-19:30 Uhr. Referentin: Martina von der Weth, Trauerbegleiterin (BVT), Freie Trauerrednerin, Seniorenbetreuung, Betreuung von Menschen mit Demenz. Hochbetagte Frauen und Männer können auf eine lange Biografie zurückblicken. Beim Rückblick auf vergangene und längst vergessen geglaubte Lebenserinnerungen- und Erfahrungen werden hochbetagte Menschen immer wieder mit Trauer konfrontiert. Diese Erinnerungsarbeit ist besonders wichtig, wenn Hochbetagte in Pflegeeinrichtungen leben, um Bezüge zu Verhaltensweisen, möglichen Erkrankungen und Vorlieben besser verstehen zu lernen. Je älter ein Mensch ist, desto mehr Verluste, Trennungen und Abschiede wurden durchlebt. Gerne berichte ich Ihnen über die Trauer in den verschiedenen Lebensphasen: Kindheit/Jugend in der Krieg- und Nachkriegszeit, Erwachsensein, Alter, Hochaltrigkeit. Fragen der Teilnehmer:innen sind herzlich willkommen. Ich freue mich, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen. Hospiz-Team Nürnberg e.V. Deutschherrnstraße 15-19, 4. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Begegnungsstätte OASE zeigt den Film „TRAUER.WEGE.FINDEN“, **18.00 - ca. 20.00 Uhr.** Dieser Film macht anschaulich, was Trauernde empfinden und bietet konkrete Orientierungshilfen. Fünf Hinterbliebene beschreiben ihren Trauerweg. Professionelle Begleiter:innen greifen im Film die Themen der Betroffenen auf, erläutern Hintergründe und geben wertvolle Denkanstöße. Ein Team von Trauerbegleiter:innen ist für ein Gespräch vor Ort. Das „Soziale Netz im Nürnberger Osten“, Ziegenstr. 33, 90482 Nürnberg.

Mittwoch, 18.10.2023

Streifzug durch die Trauerbegleitung, Beginn: 17:00 Uhr. Referent: Jürgen Orth, ehrenamtlicher Trauerbegleiter im Hospizverein Schwabach e.V.. Theoretische Grundlagen: Was ist Trauer aus Sicht des Betroffenen? Trauermodelle. Anamnese: Risikofaktoren für anhaltende Trauer. Gespräche mit Trauerenden: Trauerverarbeitung, Was hilft – was tut gut? Was in den einzelnen Trauerphasen tun? Hospizverein Schwabach e.V., Regelsbacher Straße 9, 91126 Schwabach.

Eine Patientenverfügung haben oder nicht haben– Keine Frage des Alters! Beginn 18:00 Uhr. Referentin: Judith Berthold M.A., Gesprächsbegleiterin und Koordinatorin Palliative Care. Jeder von uns kann durch Unfall oder Krankheit in die Situation kommen, wichtige Fragen der medizinischen Behandlung nicht mehr selbst entscheiden zu können. Angehörige oder rechtliche Vertreter (Vorsorgebevollmächtigte oder Betreuer) werden in dieser Situation häufig in die Behandlungsentscheidung einbezogen und sollen Sprachrohr der Person sein, die nicht einwilligungsfähig ist. Sie müssen sich dann dazu äußern: „Was hätte sie/er gewollt? Was will sie/er vielleicht nicht mehr haben?“ Für viele ist das eine große Herausforderung, noch dazu, wenn vorher nie darüber geredet wurde. Eine Patientenverfügung hilft, es gibt dabei allerdings einiges zu beachten. Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, Haus D 1, 3. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Das „Soziale Netz im Nürnberger Osten“ bietet jeweils um **10.00** und um **16.00 Uhr** eine Führung durch das stationäre Hospiz und durch das Tageshospiz an. Ziegenstraße 30, 90482 Nürnberg/ Mögeldorf.

Lesung im „Sozialen Netz im Nürnberger Osten“, 19:00-20:20:00 Uhr. Die Nürnberger Autorin Christine Rieger zeigt das Thema „Abschied“ auf unterschiedliche Weisen. Da ist die alte Dame, die den Umzug ins Heim plant, weil sie zu Hause nicht mehr zurechtkommt. Der Gedanke einen Schlussstrich unter sogenannte Freunde zu ziehen, die sich nicht mehr melden. Oder die letzten Stunden an der Seite eines guten Freundes am Sterbebett. Abschied kann uns auf verschiedenen Wegen begegnen. In der Oase, Ziegenstraße 33, 90482 Nürnberg. Eintritt 5 Euro, Anmeldung unter karnast@diakonie-moegeldorf.de oder unter 0911/ 995 41 – 20 (Bürozeit Dienstag bis Donnerstag 13 – 16 Uhr).

Geschwistertrauer beginnt viel früher, Beginn 18:30 Uhr. Referentinnen: Cornelia Grötsch und Melanie Spörl, Koordinatorinnen im ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst Nürnberg. „Man ist niemals auf den Augenblick vorbereitet, der das ganze Leben verändern kann...“ In lockerer Atmosphäre und Umgebung wollen wir das Thema Geschwister und ihre Trauer näher betrachten. Kinder- und Jugendhaus Klüpfel, Leitzstraße 10, 90489 Nürnberg. Eintritt frei.

Donnerstag, 19.10.2023

„Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße“, 16:00 Uhr. In einem ca. 90-minütigen Spaziergang können Trauernde Energie tanken und durch kleine Aufgaben und Texte auf dem Weg der Trauer ein Stückchen vorankommen. Bei starkem Regen fällt diese Veranstaltung leider aus. Hof Hospiz Mögeldorf, Ziegenstraße 30, 90482 Nürnberg. Wanderführung: Katja Schatz.

Mit bewusster Atmung, Bewegung und Entspannungsübungen durch die Trauer, 18:00-19:30 Uhr. Referentin Martina von der Weth, Trauerbegleiterin (BVT), Freie Trauerrednerin, Seniorenbetreuung, Betreuung von Menschen mit Demenz. Jeder Mensch kommt mindestens einmal im Leben in die Situation eines Verlustes. Einige öfter, andere seltener. Trauer ist einer der größten seelischen Schmerzen, die ein Mensch empfinden kann. Im Trauerprozess wird vielen Menschen das erste Mal bewusst, wie Körper und Seele miteinander zusammenhängen. Oft wird

durch starke Trauer auch der Körper angegriffen. Dennoch ist Trauer etwas Natürliches. Trauer hat eine positive und sinnvolle Funktion und dient der Bewältigung der Verlusterfahrung. Um sich intensiv mit der Trauer und dem Verlust auseinanderzusetzen, braucht es in dieser Zeit Unterstützung. Bewusste Atmung, leichte Bewegungs- und Entspannungsübungen unterstützen Sie auf dem Weg durch Ihre Trauer und helfen Ihnen gestärkt in den Alltag zurückzufinden. Gerne stelle ich Ihnen die einfachen, aber sehr effizienten Übungen vor, damit Sie sofort starten können. Ich freue mich auf Sie. Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, 3. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Workshop „Heilsame Seelenkräfte aufspüren mit SoulCollage®“, 17:30-20:30 Uhr. Referentin: Friederike Spörl-Springer, Diakonin und SoulCollage®-Anleiterin. SoulCollage® ist eine meditativ-kreative Methode, die eine stärkende innere Entdeckungsreise ermöglicht, erstaunliche (Selbst-) Erkenntnisse schenkt und dabei viel Freude macht. In der angeleiteten Beschäftigung mit den Karten und im Austausch entstehen wertvolle Einsichten. Diese nähren die Seele, geben Selbst-Bewusstheit und Kraft für die Herausforderungen des Lebens. Das praktische Gestalten der Collage-Karten ist sehr einfach: Es sind weder künstlerische Begabung noch besondere Fähigkeiten erforderlich. Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, 4. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Freitag, 20.10.2023

Die Palliativstation am Klinikum Nürnberg stellt sich vor. 15:00-18:00 Uhr. Auf der Palliativstation am Klinikum Nürnberg werden Menschen mit einer weit fortgeschrittenen, unheilbaren Erkrankung z.B. fortgeschrittene Tumorerkrankungen oder auch Nicht-Tumorerkrankungen behandelt. Ziel unserer Therapie ist die Stabilisierung des Allgemeinzustandes, die Verbesserung der Lebensqualität und Entlassung nach Hause. Oft hoffen Patient:Innen lange auf eine Besserung der Erkrankung durch Tumorthérapien und entscheiden sich daher sehr spät zur Aufnahme auf die Palliativstation, so dass dann durch die Behandlung eine Verbesserung und Stabilisierung des Allgemeinzustandes nicht mehr erreicht werden kann. Diese Patient:Innen und ihre Zugehörigen werden von unserem multiprofessionellen Team symptomlindernd behandelt und im Sterbeprozess und über den Tod hinaus begleitet. Wir laden Sie ein, unsere Palliativstation mit den Behandlungsmöglichkeiten und den Ritualen zur Sterbebegleitung und Trauer kennenzulernen. Nordklinikum, Palliativstation 10 IV links, Prof. Ernst Nathan Str. 1, 90419 Nürnberg. Voranmeldung bitte unter Tel.: 09113987213; Ansprechpartnerin Frau Ulrike Hofmann; Eintritt frei.

Junges Ehrenamt in der Hospizarbeit, Beginn 17:30 Uhr. Referenten: Marcus Hecke, Koordinator im Hospiz-Team Nürnberg e.V. und Team Ehrenamtliche. Die Mehrheit der 16 – 30jährigen Menschen haben schon einmal einen wichtigen Menschen in ihrem Leben verloren (64% lt. Studie der Malteser 2020). Darüber hinaus haben Sie ein größeres Interesse sich mit den Themen: Sterben, Verlust und Trauer auseinanderzusetzen. Junge Ehrenamtliche des Hospiz-Team Nürnberg e.V. berichten, warum Sie sich ehrenamtlich engagieren, welche Erfahrungen Sie gemacht haben und wie ihre Tätigkeit als Hospizbegleiter:in ihre Sicht auf das eigene Leben verändert hat. Hospiz-Team Nürnberg e.V., Deutschherrnstraße 15-19, Haus D1, 4. Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Drum&Talk: Meinen Rhythmus in der Trauer mit Schlagzeuger Tom Jugl und Helmut Unglaub, **19:00-21:00 Uhr**. Den Rhythmus mit Männern teilen. Zwei Stunden trommeln und begegnen. Wir entdecken Rhythmusinstrumente. Wir schlagen leise und laut, impulsiv und verhalten. Wir trommeln uns Kopf und Seele frei. Wir lassen uns vom Rhythmus tragen. Bequeme Kleidung mitbringen. Hospiz-Team Nürnberg e.V. | Deutschherrenstraße 15-19, Haus D1, 3. Stock, 90429 Nürnberg. Anmeldung unter: unglaub@hospiz-team.de (Leitung Trauerberatungszentrum) oder 0911/891205-10 bis Mi. 18.10.23. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.

Samstag, 21. 10.2023

Walk&Talk: Meine Trauer in Bewegung bringen mit Klaus Buchner und Helmut Unglaub Gemeinsamer Weg unter Männern. **Beginn 11:00 Uhr**. Wandern | Naturerfahrung | Austausch | Stärkung. Wir machen uns gemeinsam auf den Weg. Wir teilen mit anderen, was wir erzählen wollen. Wir schweigen und teilen still, was uns beschwert. Wir rasten und stärken uns auf dem Weg. Treffpunkt: Worzeldorf Infos zu Anreise und Wanderung bei Helmut Unglaub. Bitte feste Schuhe, Regenschutz und Trinkflasche. Anmeldung unter: unglaub@hospiz-team.de (Leitung Trauerberatungszentrum) oder 0911/891205-10 bis Mi. 18.10.23.

Letzte Hilfe, 16:00-20:00 Uhr. Referent:innen: Dirk Münch, 1. Vorsitzender Hospiz-Team Nürnberg und Wilma Pfeifer, Koordinatorin Palliative Care im Bereich der Obdachlosenhilfe. Letzte Hilfe Kurse sind das kleine 1x1 der Sterbebegleitung. In vier Modulen werden Basiswissen, Orientierungen und einfache Handgriffe vermittelt. Die Kurse sollen ermutigen sich Sterbenden zuzuwenden, um sie auch bestmöglich begleiten zu können. Die Kurse sind für interessierte Bürgerinnen und Bürger gedacht. Mittlerweile gibt es auch einen Kurs für Kinder und Jugendliche sowie für Menschen mit Behinderung in leichter Sprache. Die Inhalte dieser Kurse werden Ihnen an diesem Abend vorgestellt. Deutschherrnstraße 15-19, 4.Stock, 90429 Nürnberg. Aufzug vorhanden. Eintritt frei.