

Der Vorbereitungskurs ist kostenfrei.

Wir erwarten den ehrenamtlichen Dienst in der Sterbebegleitung im Rahmen der Hospizgruppe des Kirchenkreises Cuxhaven.

Während des Dienstes bieten wir regelmäßige Treffen in der Hospizgruppe zum Austausch untereinander und zur Fortbildung an.

Außerdem findet in regelmäßigen Abständen eine Gruppensupervision statt.

Weitere Informationen unter  
04721- 560 422

Besuchen Sie uns auch im Internet:

[www.hospizgruppe-cuxhaven.de](http://www.hospizgruppe-cuxhaven.de)

Hospizgruppe des  
Ev.-luth. Kirchenkreises Cuxhaven

Marienstraße 50  
27472 Cuxhaven

04721 560 422

Wir suchen  
ehrenamtliche  
Helfer - hätten  
*Sie* Lust, dabei zu  
sein?

Informationen für alle, die sich für die Mitarbeit  
in der Hospizarbeit interessieren



## Bleiben, wenn das Leben geht

Begleitung Schwerkranker, Sterbender und deren Angehörigen

Über viele Jahrhunderte hat es zu den selbstverständlichen Pflichten und Aufgaben gehört, Sterbende und Schwerkranke auf ihrem Weg zu begleiten. Ein reiches Brauchtum dazu gab Angehörigen, Nachbarn, Freunden Verhaltenssicherheit und Orientierung.

In unseren Tagen ist davon viel verloren gegangen. Heute scheint es, dass selbst in der Betreuung sterbender Menschen nur Fachkräfte zuständig sind: Krankenschwestern und -pfleger, Ärzte, Altenheime, Pflegeheime. Dennoch kümmern sich seit einigen Jahren wieder mehr Menschen in liebevoller Weise um ihre sterbenden Angehörigen.

Die Begleitung Sterbender wird neu als Gemeinschaftsaufgabe entdeckt. Sie geht jeden von uns an. Es gehört zu einem wahrhaft menschlichen Leben, einander in den Grenzerfahrungen von Geburt und Tod nicht allein zu lassen.

So geschieht es immer häufiger, dass jemand einen ihm nahe stehenden Menschen in seinem Sterben begleitet. Diese Begleiter berichten von traurigen und schmerzlichen Momenten, aber auch von bereichernden, ja, sogar von beglückenden Augenblicken aus dieser Zeit.

Sie erleben: Sterbebegleitung ist eine sinnvolle ehrenamtliche Aufgabe.

Was können wir tun?

Jeder, der sich einem Sterbenden zuwendet, geht eine Beziehung ein. Wie in jeder Beziehung wird es auch hier wichtig sein, sich aufeinander einzulassen, auf sich und den anderen acht zu geben.

Dazu bieten wir einen Vorbereitungskurs an.

Dort wollen wir lernen und üben:

- wahrnehmen: den anderen, aber auch uns selbst
- zuhören
- verstehen: Worte, Körpersignale, Bilder, eigene Empfindungen
- bleiben: standhalten, aushalten
- loslassen: Abschied, Ängste, Trauer
- den Angehörigen nahe bleiben
- rauer bewältigen, für sich selbst sorgen.

Wir werden nicht umhin können, uns mit unserer eigenen Einstellung zu Tod und Sterben auseinander zu setzen.

Wir werden unsere eigenen Ängste spüren und Zeit haben, sie miteinander deutlich werden zu lassen und zu teilen.

Wir haben Zeit und Raum für eigene Phantasien und Wünsche angesichts der Endlichkeit auch unserer Zeit.

Wir werden spüren, wie Grenzerfahrungen zwischen Leben und Tod eine andere Lebenswirklichkeit schaffen.

Der Vorbereitungskurs umfasst drei Teile:

Im Grundkurs mit neun Einheiten zu je drei Stunden geht es darum, die eigene Wahrnehmungsfähigkeit zu stärken und einzuüben. Im (Besuchs-)Praktikum von drei Monaten machen die Teilnehmenden erste Erfahrungen mit der konkreten Begleitsituation. Sie erproben ihre Bereitschaft, einen Menschen kontinuierlich zu begleiten. In regelmäßigen Gesprächen in der Gruppe und in Fallbesprechungen werden sie vom Leitungsteam begleitet.

Der Vertiefungskurs mit neun Einheiten zu je drei Stunden vertieft die eigene Auseinandersetzung mit Sterben und Tod.

