

HospizNewsletter

Liebe Leser:innen,

die Vorbereitungen auf Weihnachten laufen auf Hochtouren: Plätzchen backen, Wunschzettel und Menüfolgen kreieren, Geschenke besorgen und und und. In unserem Hospizdienst laufen schon das ganze Jahr Planungen und Vorbereitungen für unser Jubiläumsjahr. 2024 gehen wir in das 25. Jahr mit unserem Anliegen, die Würde des Menschen bis in das Sterben, den Tod und die Trauer hinein zu bewahren.

Unsere ehrenamtlichen Helfer:innen in der Sterbe- und Trauerbegleitung für Erwachsene und Kinder / Jugendliche setzen dieses Anliegen fast täglich um. Hospizlicher Dienst ist dabei zutiefst lebensbejahend. Deshalb möchten wir unser Jubiläumsjahr 2024 mit vielen lebensbejahenden Veranstaltungen begehen. Es beginnt mit einer Kooperationsveranstaltung mit dem Kulturkreis Radevormwald - Herzpanik am 6. März - und endet mit unserer Jubiläumsveranstaltung am 14. November, zu der wir Doc Esser erwarten.

Wir freuen uns auf vielfältige und lebendige Begegnungen mit Ihnen und vielen anderen Menschen. Schauen Sie immer mal wieder auf unserer Internetseite oder bei facebook/Instagram vorbei und besuchen Sie unsere Veranstaltungen.

**Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten
und ein gutes neues Jahr.**

Georg Kalkum
1. Vorsitzender

Inhalt

Vorwort

#Ambulantes_Ökumenisches_Hospiz_geht_online – präsent sein bei Facebook und Instagram

Vorstellung der neuen
Kordinatorin - Ilse Brunhölzl

Buchempfehlung

Termine und Veranstaltungen

Kontakte und Impressum



Unverhofft

Unverhofft
lockt mich die Kiste
mit Adventsfiguren

Engel Elch und Nikolaus
nehmen leise kichernd
am Fensterbrett
Aufstellung

Bunte Lichter flammen
Warme Töne klingen

Willig öffne ich
dem Zauber
Tür und Tor

Ein kleines Glück
breitet mächtig
seine Schwingen aus
und mein Innerstes
wird leicht

Christine Ruppert
info@lyrikfenster.de

#Ambulantes_Ökumenisches_Hospiz_geht_online – präsent sein bei Facebook und Instagram

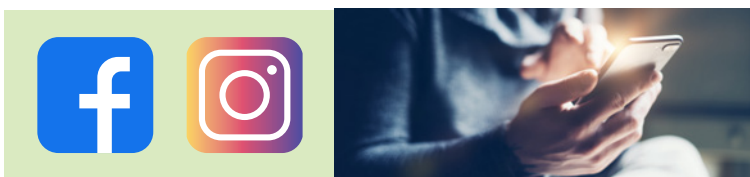
Seit Juli 2023 ist unser Hospiz in den sozialen Netzwerken „Facebook“ und „Instagram“ vertreten. Unter „Ambulantes Ökumenisches Hospiz Radevormwald“ berichten wir in regelmäßigen Abständen über unsere Aufgaben, Veranstaltungen und Aktivitäten.

Braucht ein Hospizdienst überhaupt eine Darstellung in den sozialen Netzwerken? Diese Frage haben wir uns im Vorfeld gestellt, zumal diese Form der Öffentlichkeitsarbeit einen nicht unerheblichen zeitlichen Aufwand bedeutet. In der heutigen Zeit ist es fast unerlässlich, in den digitalen Plattformen auffindbar zu sein. Die Informationssuche verlagert sich immer mehr in diesen Bereich. Nutzer*innen können sich im wahrsten Sinne des Wortes „ein Bild machen“ von unseren Angeboten und bei Bedarf unkompliziert Kontakt zu uns aufnehmen. Auf diesem Wege erreichen wir auch Menschen, die sonst eher nicht den Weg zu uns gefunden hätten. Ein weiterer Aspekt ist die Vernetzung mit anderen Akteuren aus dem Themenfeld der Hospizarbeit.

Der Zuspruch und die positiven Rückmeldungen in den letzten Wochen haben gezeigt, dass wir auf diesem Wege neue Zielgruppen erreichen.

Wir sind gespannt auf die weitere Entwicklung und freuen uns darauf, diesen Weg mit euch/ihnen zu gehen! Einfach mal vorbei schauen!

Barbara Kohnen



Ätherische Öle in der Sterbebegleitung



In der Sterbebegleitung geht es um die ganzheitliche Betrachtung des Menschen, wir nehmen das körperliche und seelische Befinden in den Blick. Mit dem Angebot der Anwendung von Ätherischen Ölen möchten wir das Wohlbefinden und die Entspannung fördern. Wir verwenden ausschließlich Düfte, die der betroffene Mensch gerne mag und die ihn positiv stimmen. Manche Düfte wecken Erinnerungen an schöne Ereignisse, so kann ein Vanille Duft an leckeres Gebäck erinnern, Zirbelkiefer und Weißtanne an einen Waldspaziergang. Die Anwendung von Düften und Ölmischungen kann zur Entspannung bei Ängsten, Unruhe und Einschlafstörungen beitragen. Es gibt auch die Möglich-

keit einer wohltuenden Handmassage mit einem neutralen Öl, dem etwas Rosengeranie, Lavendel oder Ylang-Ylang zugefügt wurde. Bei schmerzenden Gliedern und Muskeln können bestimmte Ätherische Öle für Entspannung sorgen, z.B. Lavendel fein, Immortelle, Majoran, Mandarine. Wichtige Ätherische Öle am Lebensende, denen „Herzenswärme“ zugeschrieben wird, sind Rose, Vanille und Sandelholz. Andere Öle können das „Abschiednehmen“ und „Loslassen“ erleichtern wie Iris, Rose, Zeder, Muskatellersalbei. In der Aromapflege kommen Kompressen, Aromabäder, Körperölmischungen, Roll-ons oder eine Raumbeduftung zum Einsatz, die auch bei belastenden Gerüchen hilfreich ist.

Welche Düfte zur Anwendung kommen, können wir gemeinsam mit dem erkrankten Menschen und/oder den Angehörigen herausfinden.

Andrea Fürst

Vorstellung der neuen Koordinatorin - Ilse Brunhölzl

*Ich glaube daran, dass das größte
Geschenk, das ich von jemandem
empfangen kann, ist gesehen, gehört,
verstanden und berührt zu werden.*

(Virginia Satir)

Guten Tag,

seit dem 01.10.2023 bin ich für das Netzwerk der Ambulanten Hospiz Radevormwald, Remscheid und Wermelskirchen als Koordinatorin für die Trauerarbeit mit Kindern und Jugendlichen beim Ambulanten Ökumenischen Hospiz Radevormwald angestellt. Aus diesem Grund möchte ich mich gerne bei Ihnen vorstellen.



Mein Name ist Ilse Brunhölzl, ich wurde 1964 in Schwelm geboren, bin in Ennepetal aufgewachsen, habe einen erwachsenen Sohn und lebe seit 1999 Radevormwald. Kinder und Jugendliche sowie ihre Familien in schwierigen Lebenssituationen zu stärken und zu unterstützen wird für mich eine wertvolle Aufgabe sein, bei der mir meine Expertise und Erfahrung aus der systemischen Beratung und Sozialtherapie sicher hilfreich ist.

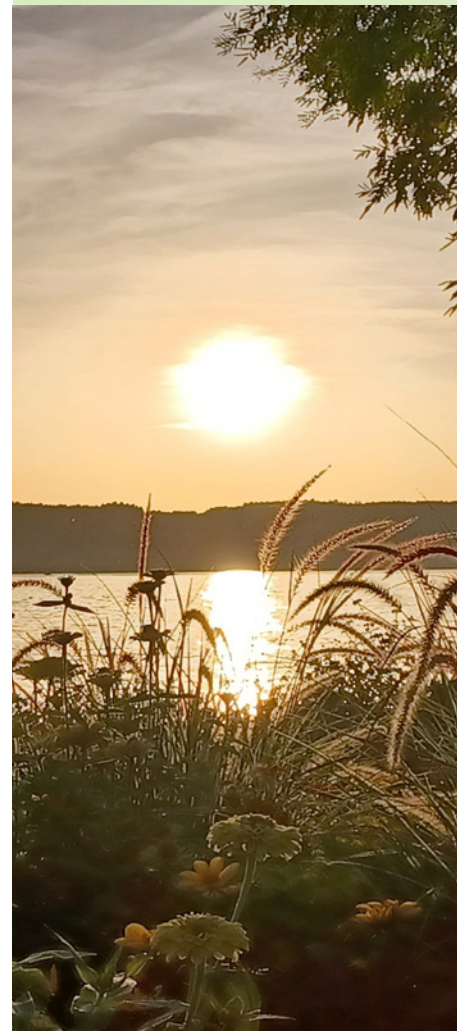
Für die ehrenamtlichen Kindertrauerbegleiter*innen möchte ich eine verlässliche Ansprechpartnerin sein. Dabei ist mir eine gute Zusammenarbeit mit den Kolleginnen, Vorständen und Netzwerkpartnern sehr wichtig.

Ich freue mich darauf, die neuen Mitstreiter*innen und die Hospizarbeit in ihrer Vielfalt kennenzulernen.

Mit herzlichen Grüßen
Ilse Brunhölzl



Tränensatt der Tag
schlaflose Nachtgedanken
morgenroter Trost
G. Kalkum



Termine und Veranstaltungen

Um Anmeldung wird gebeten.

Café für Trauernde

an einem Donnerstag im Monat 15.00 - 16.30 Uhr
Termine 2024: 04.01., 01.02., 07.03., 04.04., 02.05.,
06.06., 04.07.

Abendtreff für Trauernde

an einem Mittwoch im Monat 18.00 - 19.30 Uhr
Termine 2024: 31.01., 28.02., 24.04., 29.05., 26.06.

Letzte Hilfe Kurs: Was am Lebensende wichtig ist
Montag, 19.02.2024 um 16.00 - 20.00 Uhr

Herzpanik – eine Udo Lindenberg Show mit Live Musik
Mittwoch, 06.03.2024 um 19.30 Uhr im Bürgerhaus
Eine Kooperation mit dem Kulturkreis Radevormwald

Mitgliederversammlung

Montag, 26.02.2024 um 19.00 Uhr

AGUS Selbsthilfegruppe für Trauernde nach Suizid jeden
1. Dienstag im Monat 19.00 - 21.00 Uhr

BUCHEMPFEHLUNG

Wilhelm Schmid
Schaukeln. Die kleine Lebensfreude
Insel Verlag 2023 110 Seiten 12 €



Mediziner und Pädagogen wissen um die vielfach heilende Wirkung vom Schaukeln. Das Schaukeln macht nicht nur Spaß, sondern trägt gleichzeitig auch zur Entspannung bei. Wilhelm Schmid fordert in seinem Buch „Schaukeln. Die kleine Lebensfreude“ die Menschen jeden Alters auf, sich ab und an wieder der kindlichen Freude des Schaukelns zuzuwenden. Leben ist Schaukeln: Schwung holen, Leichtigkeit fühlen, Höhenflüge erleben und das flau Gefühl beim Abschwung auf sich nehmen lernen.

Dieses Buch eignet sich wunderbar als Weihnachtsgeschenk!



Vorstand

(von links nach rechts)

Claudia Loch-Sosinka
Beisitzerin

Hermann Bucks
Schatzmeister

Eva Döllinger
2. Vorsitzende

Georg Kalkum
Vorsitzender

Sabine Lausberg-Seiferth
Schriftführerin

**Begleiten
Da sein
Stützen**

Kontakte und Impressum

**Ambulantes Ökumenisches
Hospiz Radevormwald**
Regionalgruppe der IGSL-Hospiz e.V.
Kaiserstraße 34
42477 Radevormwald
Telefon: 02195 68 49 36
E-Mail: info@hospiz-rade.de
Internet: www.hospiz-rade.de

Unsere Koordinatorinnen

Marina Weidner
Andrea Fürst

Sprechstunden

dienstags 09.00 - 11.00 Uhr
donnerstags 16.00 - 18.00 Uhr
und nach Vereinbarung

**Inhaltlich Verantwortlicher gemäß
§ 6 MDStV**

Georg Kalkum, Radevormwald

Ansprechpartner Datenschutz

Rainer Röhlig
E-Mail: datenschutz@hospiz-rade.de

Fotos

Dr. Walter Döllinger
Hospiz
Adobe Stock

Unsere Spendenkonten

Volksbank Oberberg
BIC GENODED1WIL
IBAN DE80 3846 2135 3009 5440 10

Sparkasse Radevormwald
BIC WELADED1RVW
IBAN DE78 3405 1350 0000 1192 89

Layout und Druck

Busemeyer Team
Industriehof Trecknase 3
42897 Remscheid
www.busemeyerteam.de

