# Kurzinfos & Kontakt

Die Veranstaltungen sind kostenfrei und richten sich an Ehrenamtliche, Angehörige und alle Interessierten.
Eine Anmeldung ist willkommen, aber nicht zwingend erforderlich. Bei Veranstaltungen mit begrenzter Teilnehmerzahl bitten wir um eine vorherige Anmeldung.
Über eine freiwillige Spende zur Unterstützung der Hospizarbeit freuen wir uns sehr.

**BEGEGNEN**
mit Fachleuten, Ehrenamtlichen und Betroffenen

**VERSTEHEN**
durch Wissen, Erfahrung und offene Gespräche

**MITNEHMEN**
Impulse, die stärken und Mut machen

**Übrigens: Ab dem 12.01.2027 bieten wir einen neuen Befähigungskurs an – hier lernen Sie, Kranke, Sterbende und deren Angehörige zu begleiten.**

## Anmeldung und Informationen

Ambulanter Hospizdienst
Koordinatorin: Anita Matyssek
Telefon: 0160/922-405-18
E-Mail: hospiz@caritas-hoevelhof.de

CARITAS-Altenzentrum Hövelhof e.V.
Allee 56, 33161 Hövelhof
Telefon: 0 52 57 / 98 93- 0
E-Mail: info@caritas-hoevelhof.de
www.caritas-hoevelhof.de

**Spendenkonto**
IBAN: DE60 4786 2447 7814 6026 00
BIC: GENODEM1RNE (Volksbank Delbrück-Rietberg eG)
Verwendungszweck: Hospizdienst

# HOSPIZTAGE
## im Herbst 2026

Vorträge, Lesungen, Kurse und Begegnungen rund um Leben, Sterben und Trauer.

Caritas-Altenzentrum Hövelhof e.V.
*Gepflegt wohnen*

# Manche **THEMEN** verändern den *Blick aufs Leben.*

Leben, Sterben und Trauer gehören zum Leben – und doch sprechen wir oft zu wenig darüber. Mit den **Hospiztagen im Herbst** lädt der Ambulante Hospizdienst des Caritas-Altenzentrums Hövelhof dazu ein, sich diesen Themen zu nähern.

Dienstag | 08.09.2026 | 18.00 Uhr
**Vortrag „Palliative Versorgung aus medizinischer Sicht“**
Wie sieht gute palliative Versorgung aus? Dr. Sabine Drygas vermittelt medizinische Grundlagen und gibt Einblicke in die Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen.

Mittwoch | 16.09.2026 | 17.00 Uhr
**Schamanische Annäherung an Sterben und Tod**
Ein Abend, der Raum bietet, sich den Themen Sterben und Tod auf schamanische Weise anzunähern, persönliche Fragen zu reflektieren und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Mittwoch | 23.09.2026 | 17.00 Uhr
**Multimediale Lesung „Seitdem ist alles anders“**
Maira Stork liest aus ihrem Buch „Seitdem ist alles anders“ und gibt bewegende Einblicke in ihren persönlichen Umgang mit Verlust und Trauer nach dem Suizid ihrer Mutter.

Dienstag | 29.09.2026 | 17.00–21.00 Uhr
**Letzte Hilfe Kurs mit Reinhild Wode**
Erste Hilfe kennt fast jeder – doch wie können wir Menschen am Lebensende begleiten? Der Kurs vermittelt in vier Modulen Wissen, Orientierung und praktische Hilfen.

Donnerstag | 15.10.2026 | 9.30–17.00 Uhr
**Oasen-Tag in Elkeringhausen** (begrenzte Plätze)
Ein Tag zum Würdigen, Danken und Innehalten. Der Oasen-Tag lädt Ehrenamtliche und Interessierte dazu ein, neue Kraft zu schöpfen und Gemeinschaft zu erleben.

Dienstag | 20.10.2026 | 18.00 Uhr
**Meditation zum Entspannen mit Britt Arnold**
Mit Atemübungen und Meditation zur Ruhe kommen und den Alltag hinter sich lassen. Kraft aus der Stille: mit Meditation dem Leben begegnen und spüren, wie Stille verbindet.

Dienstag | 27.10.2026 | 18.00 Uhr
**Impulsabend mit Lesung und Musik**
„Mutgeschichten, Trostlieder und Wege durch die Trauer“
Ein berührender Abend mit Petra Berghaus – zum Zuhören, Mitfühlen und Auftanken.

Dienstag | 10.11.2026 | 18.00 Uhr
**Trauervortrag mit Anita Papenheinrich**
Ein Vortrag über Trauer, Abschied und den Umgang mit Verlust – mit Raum für neue Perspektiven und hilfreiche Impulse.

Dienstag | 17.11.2026 | 18.00 Uhr
**Atemübung „Wie gehe ich mit meinen Ängsten um“**
Achtsam begleiten mit Britt Arnold – sanfte Atemübungen und Meditation zeigen Wege auf, wie Begleitende und Betroffene Kraft, Ruhe und neue Energie finden können.

Mittwoch | 25.11.2026
**Besichtigung des Krematoriums Bielefeld** (begrenzte Plätze)
Ein informativer Einblick in die Abläufe eines Krematoriums. Die Besichtigung bietet Gelegenheit, Fragen zu stellen und Berührungsängste abzubauen.

Dienstag | 01.12.2026
**Adventsabend für Ehrenamtliche mit Verena Steins-Blume**
Als Dank für ihre Zeit, Geduld, Arbeit und da sein, sind die Ehrenamtlichen vom Ambulanten Hospizdienst zu dem Abend „Heute werde ich umsorgt“ eingeladen.