

PROGRAMM

JANUAR BIS
DEZEMBER 2022

2022



www.ulmer-hospiz-akademie.de





Liebe Leserin, lieber Leser,

was für eine Zeit – was für ein Jahr liegt hinter uns? Die Corona-Pandemie hat die Welt in Aufruhr versetzt und von den Menschen viel gefordert. Jede und Jeder von uns hat diese Zeit anders bewältigt. Doch Sorge, Unsicherheit und Irritation haben wir alle erlebt. Dennoch gab es auch andere Erfahrungen: Vieles ist ruhiger und langsamer geworden, Solidarität war spürbar und das Gefühl, dass wir uns mehr auf das Wesentliche besinnen können. Familie und Natur sind unschätzbar wichtig geworden. **Doch eines hat uns allen gefehlt: die Begegnungen mit Menschen.**

Die ulmer hospiz akademie ist ein Ort der Begegnung, des Lernens und des Austauschs, ein lebendiger Ort, der von den Menschen lebt. Bei der Planung des neuen Programms gehen wir voller Hoffnung davon aus, dass wir Sie hier im Haus persönlich willkommen heißen dürfen.

Bewährtes, Neues und Experimentelles finden Sie im Programm 2022. Zu den Hospizgesprächen haben wir die Ulmer Seelsorger mit spannenden Themen erneut zu Gast. Im Trauerbereich haben wir die Angebote erweitert und es gibt neue Formate bewährter Referent*innen. Auch die Kultur wird 2022 nicht zu kurz kommen. Die „Ulmer Hospizwege“ finden im Mai statt. Wir werden auf den Spuren von Agathe Streicher „flanieren“, der Namensgeberin des Stationären Hospizes. Ulmer Künstler*innen werden vor allem spontan im Haus oder im Garten auftreten. Schauen Sie gerne regelmäßig auf unsere Webseite – hier finden Sie aktuelle Veranstaltungen und Sie können sich direkt online anmelden.

Wir bedanken uns bei unserem Team, allen Referent*innen und Künstler*innen für den starken Zusammenhalt und die hohe Flexibilität in der vergangenen Zeit. Ein herzliches Dankeschön richten wir an unsere Besucher*innen, die uns auch digital treu geblieben sind. Wir freuen uns auf das Wiedersehen mit Ihnen.

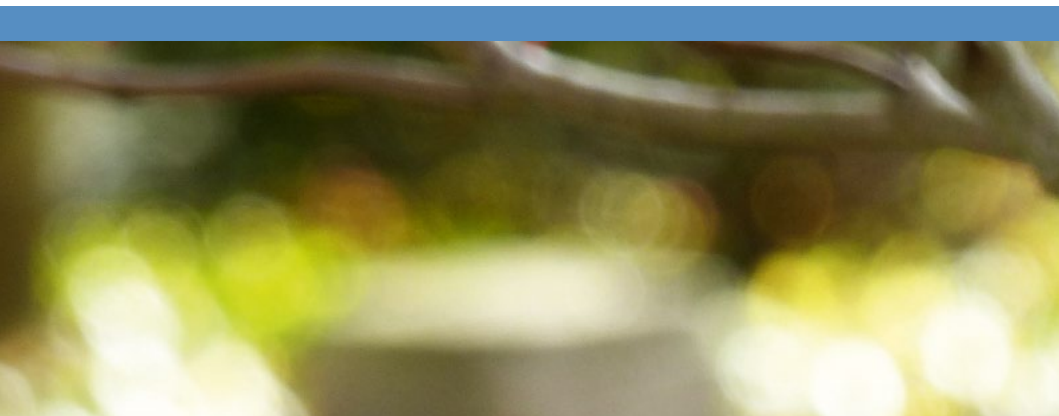


Claudia Schumann
Geschäftsleiterin
Hospiz Ulm e. V.



Marion Weidenfeld
Bildungsreferentin
ulmer hospiz akademie





Jahrestermin-Übersicht

Um Ihnen die Planung zu erleichtern, finden Sie ab Seite 66 eine chronologische Übersicht aller Veranstaltungen für das Jahr 2022. Änderungen sind vorbehalten.

Referent*innen

Auf Seite 76 finden Sie das Verzeichnis unserer Referent*innen.

Termine im Internet

Das ausführliche Programm erhalten Sie auch unter www.ulmer-hospiz-akademie.de. Wir bemühen uns, das Programm im Internet stets aktuell zu halten. Bitte beachten Sie zudem auch aktuelle Hinweise in der Tagespresse.

Veranstaltungsausfall

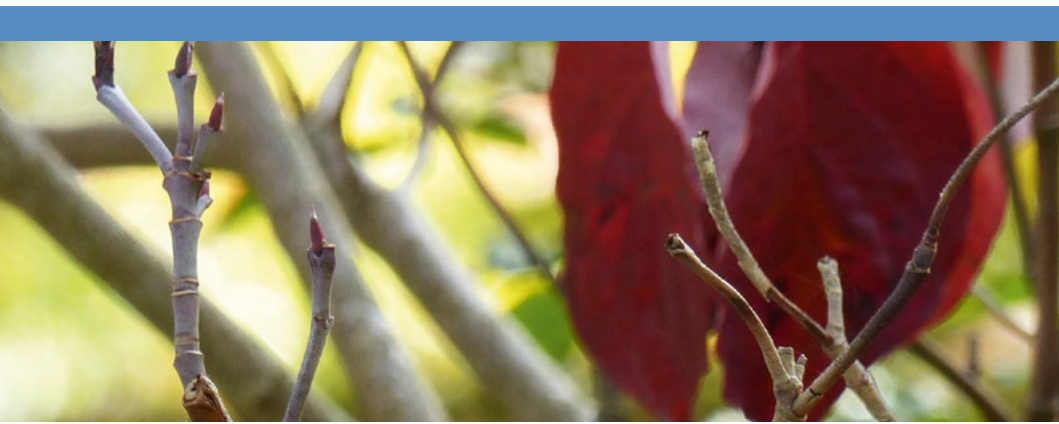
Fällt eine Veranstaltung aufgrund geringer Beteiligung, Verhinderung von Referent*innen oder nicht vorhersehbarer Gründe aus, benachrichtigen wir Sie rechtzeitig. Im Zweifelsfall schauen Sie bitte unter www.ulmer-hospiz-akademie.de/Programm.

Spenden

Viele unserer Veranstaltungen sind kostenfrei. Hospiz Ulm e. V. bedankt sich für Spenden, die der Hospizarbeit zugute kommen.

Hinweis zur Coronalage

Sollte die Coronalage Veranstaltungen in Präsenz nicht zulassen, werden einzelne Angebote digital stattfinden. Bitte informieren Sie sich hierzu auf unserer Webseite.



Anmeldung

Anmeldung

Die Veranstaltungen finden, sofern nicht anders angegeben, im Hospizhaus Ulm, Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm, am Michelsberg statt. Bitte melden Sie sich zu Veranstaltungen, die mit **Anmeldung** gekennzeichnet sind, an.

Seit 2021 können Sie sich auf unserer Webseite für die meisten Veranstaltungen online anmelden:
www.ulmer-hospiz-akademie.de

Telefon: 0731 509733-0
E-Mail: s.herrmann@hospiz-ulm.de
oder: m.weidenfeld@hospiz-ulm.de

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Sollten Sie verhindert sein, benachrichtigen Sie uns bitte mindestens 3 Tage vor der Veranstaltung. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir ansonsten auch bei kostenfreien Veranstaltungen Bearbeitungsgebühren geltend machen müssen.



Kursgebühren und Materialkosten

Für einige Angebote fallen Kosten an, die nicht von Hospiz Ulm e. V. getragen werden können. Bitte überweisen Sie Kursgebühren ab 20,00 Euro nach der Bestätigung Ihrer Anmeldung auf unser Konto.

Sparkasse Ulm
IBAN: DE17 6305 0000 0000 2867 83
SWIFT-BIC: SOLADES1ULM

Gebühren bis 20,00 Euro bezahlen Sie bitte bar bei der Veranstaltung.



ulmer hospiz akademie



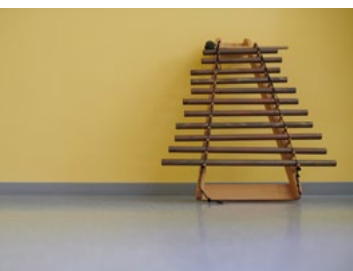
2010 haben wir die ulmer hospiz akademie gegründet. In mehr als 100 Veranstaltungen, die wir jährlich in der Akademie anbieten, möchten wir unser umfangreiches Wissen und unsere Erfahrungen weitergeben.

Wir richten uns dabei an interessierte Bürger*innen, an Fachkräfte aus sozialen Bereichen oder Gesundheitsberufen sowie unsere haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden.

Die Räumlichkeiten der Akademie befinden sich im Erdgeschoss in der Lichtensteinstraße 14/2 am Michelsberg. Je nach Thema und Wetter beziehen wir auch den Garten als Veranstaltungsort mit ein.



Das Programm umfasst Informationsveranstaltungen, Seminare, Vorträge, kulturelle und kreative Angebote.



Die Themen umfassen Angebote zur Selbstpflege, Spiritualität, ethische Fragestellungen am Lebensende, gesellschaftliche Herausforderungen in der Hospizarbeit, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung sowie Qualifizierung für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende.



Die Akademie arbeitet nicht gewinnorientiert. Wir finanzieren uns über Spenden und Kursgebühren.

Regelmäßige Termine



Jeden Mittwoch

🕒 14.40 bis 15.00 Uhr 🏠 Raum der Stille

Impuls – ein Moment der Besinnlichkeit im Raum der Stille

Sie sind herzlich eingeladen zum Impuls im Raum der Stille mit Gedichten, Meditation und Klangschalen. Im Anschluss ist das Hospiz Café für alle geöffnet.



Jeden Mittwoch

🕒 15.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Hospiz Café – offene Begegnungsstätte

Das Hospiz Café bietet Zeit und Raum zum Austauschen, Begegnen, Ausruhen, Lesen und Vielem mehr. Es gibt Kuchen, Kaffee, Tee und Kaltgetränke. Die Kosten übernimmt Hospiz Ulm e. V., wir freuen uns über Spenden.



Jeden 1. und 3. Freitag im Monat

🕒 16.00 bis 17.30 Uhr 🏠 Raum und Zeit

Trauer Café – offene Gesprächsrunde für Trauernde

Jeder Abschied verändert tiefgreifend das Leben. In einem geschützten Rahmen werden Sie mit Ihren Gefühlen nicht allein gelassen. Das Trauercafé bietet Raum zum Dasein, sich mitzuteilen und um gehört zu werden. Sie sind herzlich willkommen.

Kontakt

Andrea Müller-Götz

0731 509733-21

a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de

Imogen Saß

0731 509733-23

i.sass@hospiz-ulm.de



Weitere Kurse

Wir bieten spezifisch ausgearbeitete Kurse und Vorträge für Fachpersonal, Ausbildungsgruppen von sozialen Berufen und Berufen des Gesundheitswesens sowie interessierte Gruppen an. In Einzelveranstaltungen oder einer Seminarreihe zeigen wir die Handlungskonzepte der Hospizbewegung (Palliative Care) auf.

Sie haben Interesse, eine in-house Veranstaltung in Ihrem Unternehmen zum Thema Krankheit, Tod und Trauer durchzuführen?

Bitte sprechen Sie direkt mit der Geschäftsleiterin, **Claudia Schumann, Telefon 0731 509733-10.**



Mittwochs

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Hospiz Ulm – Der Chor

„Lass nun ruhig los das Ruder..." diese und andere Stücke mit breitem musikalischem Spektrum singen wir im Ulmer Hospizchor. Wir sind ein dreistimmiges Frauenchorensemble und haben uns schon wunderbare klassische Musik, Kirchenlieder, Gospels, Volkslieder und Popsongs erarbeitet. Wir singen zu unser aller Freude, weil Singen guttut. Wir haben aber auch den Anspruch und den Auftrag bei den Hospiz Gedenkgottesdiensten zu singen, bei internen Veranstaltungen, Festen oder im Hospiz Café.

Leitung und Kontakt

Gertraud Koellner
traude.koellner@gmx.de



Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Anmeldung

Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbestimmung

Viele Menschen möchten Vorsorge treffen für den Fall, dass sie durch Unfall oder Krankheit nicht mehr in der Lage sind, selbstständig zu entscheiden oder ihren Willen zu äußern. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen in dieser Hinsicht wichtige Hilfsmittel dar, den eigenen Willen rechtlich bindend festzulegen und dessen Beachtung sicherzustellen.

Mittwoch, 19. Januar 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Dienstag, 22. Februar 2022	🕒 18.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Mittwoch, 16. März 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Dienstag, 5. April 2022	🕒 18.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Mittwoch, 11. Mai 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Dienstag, 21. Juni 2022	🕒 18.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Mittwoch, 13. Juli 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Dienstag, 13. September 2022	🕒 18.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Mittwoch, 12. Oktober 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Dienstag, 8. November 2022	🕒 18.00 Uhr	🏠 Seminarraum
Mittwoch, 14. Dezember 2022	🕒 14.00 Uhr	🏠 Seminarraum

Referent*innen:

Elisabeth McAvinue, Imogen Saß, Claudia Schumann

ehrenrunde

In der ehrenrunde haben Bürger*innen die Möglichkeit, sich ehrenamtlich in unterschiedlichsten Bereichen des Hospiz Ulm e. V. zu engagieren. Dazu bereiten wir alle interessierten Menschen in zwei Stufen vor.

Wir freuen uns auf Sie.



Für die Anmeldung zur Stufe 1 ist der Besuch einer Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm e. V. Voraussetzung.

Informationen: Telefon 0731 509733-0

Die neue zweistufige Qualifizierungsrunde startet im Januar 2022.

Anmeldeschluss für Stufe 1:
20.12.2021

Stufe 1



🕒 montags 17.30 bis 20.30 Uhr



Seminarraum

💰 Kursgebühr

Anmeldung

Die Stufe 1 richtet sich an alle an der Hospizarbeit interessierten Bürger*innen und alle, die an der ehrenamtlichen Mitarbeit im Hospiz Ulm e. V. interessiert sind. Die sechs Kursabende finden jeweils am Montag statt. Für die Anmeldung zur Stufe 1 ist der Besuch einer Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm e. V. Voraussetzung.

Termine: Montag, 17. Januar 2022, Montag, 24. Januar 2022, Montag, 31. Januar 2022, Montag, 7. Februar 2022, Montag, 14. Februar 2022, Montag, 21. Februar 2022,

Kursgebühr: 60,00 Euro

In den Osterferien findet ein nächtlicher Praxiseinsatz in einer Pflegeeinrichtung statt.

Stufe 2



🕒 montags 17.30 bis 20.30 Uhr



Seminarraum

samstags 10.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung

Die Stufe 2 richtet sich an alle, die Stufe 1 abgeschlossen haben und ehrenamtlich bei Hospiz Ulm mitarbeiten wollen. Ein Klärungsgespräch ist Voraussetzung für die Teilnahme. Nach Abschluss der Stufe 2 erstatten wir auf Wunsch die Kursgebühr der Stufe 1 zurück. Es finden 8 Kursabende sowie 2 Samstags-Studentenstage statt.

Termine: Montag, 14. März 2022, Montag, 21. März 2022, Montag, 28. März 2022, Samstag, 2. April 2022 (Studententag), Montag, 4. April 2022, Montag, 25. April 2022, Montag, 2. Mai 2022, Samstag, 7. Mai 2022 (Studententag), Montag, 9. Mai 2022, Montag, 16. Mai 2022

Während der Stufe 2 erfolgen Praxiseinsätze im ambulanten Bereich. Zusätzlich müssen einzelne Veranstaltungen aus dem Akademieprogramm von Hospiz Ulm e. V. belegt werden.

Das Begrüßungsfest für die neuen Ehrenamtlichen findet am Montag, 30. Mai 2022 um 18.00 Uhr im Hospizhaus Ulm statt.

Programm

Januar bis Dezember 2022

Montag, 10. Januar 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum, Seminarraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

In einer geschützten Gruppe habt ihr die Möglichkeit, euch mit anderen auszutauschen, die ebenfalls um einen nahestehenden Menschen trauern. Wir orientieren uns an den Traueraufgaben von William J. Worden und bereiten für jedes Treffen ein Thema vor. Eure Anliegen sind uns aber wichtig und haben immer Vorrang. Wir treffen uns einmal im Monat, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr.

Anmeldung und Information: Nicola Glaubach, Telefon 0731 509 733-28, n.glaubach@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Nicola Glaubach und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V.

Weitere Termine: 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Donnerstag, 13. Januar 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Während einer Klangschalenmeditation entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, in der es möglich ist loszulassen – loszulassen von Stress, Ängsten und Sorgen, die sich negativ auf unsere Gefühle auswirken. Die zeitliche Begrenztheit eines Klanges, aus der Stille entstehend und zu ihr zurückkehrend, macht diesen Klang zu einem einzigartigen Objekt der Achtsamkeit. Indem wir uns dem Klang achtsam hingeben, werden wir uns bewusst, was uns wirklich guttut, und welche alten Gewohnheitsmuster wir jetzt ablegen dürfen. In unserer schnelllebigen und oft reizüberfluteten Welt sind dies die kostbaren Momente, aus denen wir Kraft schöpfen und Veränderungen herbeiführen können. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, leichte Decke und wer mag ein Kopfkissen oder eine Nackenrolle mitbringen.

Referentin: Ilona Fried

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 3. Februar 2022, 3. März 2022, 14. April 2022, 22. September 2022, 17. November 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Der Besuch einzelner wie auch fortlaufender Termine ist möglich.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an. Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Dienstag, 18. Januar 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Wenn in einer Familie die Mutter, der Vater, eine Schwester oder ein Bruder stirbt, ist plötzlich alles anders. In der Kindertrauergruppe treffen sich Kinder, die das erlebt haben. Gemeinsam wird erkundet, wie es ist, traurig oder wütend oder alleine zu sein. Aber auch, wie es geht, wieder fröhlich, hoffnungsvoll und glücklich zu werden. Wir basteln und spielen und reden miteinander. Währenddessen haben die Eltern Zeit für sich, die sie gerne bei uns im „Elterncafé“ bei einer Tasse Kaffee oder Tee oder einem Aufenthalt in unserem schönen Garten verbringen können.

Anmeldung und Information: Ulrike Schmidt-Bommas, Telefon 0731 509733-27, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Ulrike Schmidt-Bommas und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e. V.

Weitere Termine: 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Donnerstag, 20. Januar 2022

🕒 09.30 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

Anmeldung

Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern

Gemeinsam mit anderen Eltern, die in einer ähnlichen Situation sind, bieten wir Ihnen hier die Möglichkeit, dem herausfordernden Alltag für ein paar Stunden zu entfliehen, Gemeinschaft zu erleben und sich Zeit für sich zu nehmen. Neben einem stärkenden Frühstück, können Sie andere Eltern treffen und Verständnis erleben. Ein Vormittag mit gemeinsamem Lachen, mutmachenden Impulsen und der Möglichkeit, neue Energie zu tanken. Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Die Kinder und Jugendlichen werden in dieser Zeit von geschulten Ehrenamtlichen im Hospizhaus betreut. Bitte melden Sie sich frühzeitig an, damit wir die Betreuung planen können. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung und Information: Nicola Glaubach, Telefon 0731 509 733-28, n.glaubach@hospiz-ulm.de, Ulrike Schmidt-Bommas, Telefon 0731 509 733-27, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Nicola Glaubach, Ulrike Schmidt-Bommas und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e. V.

Weitere Termine: 7. April 2022, 14. Juli 2022, 20. Oktober 2022, jeweils donnerstags von 09.30 bis 11.30 Uhr



Donnerstag, 27. Januar 2022

🕒 10.30 bis 12.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Das Kaleidoskop des Trauerns

Chris Paul, eine bekannte Trauerwissenschaftlerin, hat das Kaleidoskop des Trauerns entwickelt. Dabei bietet sie ein lebensnahes, leicht verständliches Bild, in dem sich Menschen auf ihrem Trauerweg erkennen können. Angehörige und Freunde finden darin Umgangsformen, um die Trauernden zu unterstützen. Wir wollen Ihnen die unterschiedlichen Reaktionen in der Trauer und die Gestaltungsmöglichkeiten eines Trauerweges aufzeigen. Wir bieten Ihnen Informationen und lebensnahe Vorschläge an.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Mittwoch, 19. Oktober 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr

Samstag, 29. Januar 2022

🕒 10.00 bis 14.00 Uhr 🏠 Seminarraum 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Wachse über Dich hinaus – mit kreativem Denken leidenschaftlicher leben

Manchmal haben wir das Gefühl, eingetretene Pfade nicht mehr verlassen zu können, dabei sehnen wir uns nach nichts mehr als nach Veränderung. Wir sind unzufrieden, haben keine Kraft, um Dinge in Angriff zu nehmen und stoßen immer wieder an die selben Grenzen. Wie können wir solche Phasen hinter uns lassen? Das Seminar gibt Impulse und bietet Übungen an, um mit kreativem Denken das Leben in neue Bahnen zu lenken. Bringen Sie einfach Neugier und Freude am Ausprobieren mit. Susanne Weikl schöpft aus ihrem reichen Erfahrungsschatz als Heilpraktikerin und Coachin.

Referentin: Susanne Weikl

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 14 Personen

Kursgebühr: 40,00 Euro

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. gilt die Veranstaltung als Fortbildung und ist kostenfrei.



Sonntag, 30. Januar 2022

🕒 17.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Ein Korb voller Geschichten

Was verbirgt sich Besonderes in einem geflochtenen Korb – nicht nur Nahrhaftes für den Leib, sondern auch für die Seele, nämlich Märchen. Wie die Märchen, so ist auch die Kunst des Körbeflechtens ein altes Kulturgut. In Märchen steckt die Lebensweisheit der Völker. Dieses Mal sind spannende, lustige, tiefgründige und geheimnisvolle Märchen in unserem Korb.

Zur Teestunde öffnen Dorothea Auer und Andrea Mittl den Märchenkorb und pflegen das freie Erzählen. Lassen Sie sich diesen Ohrenschmaus nicht entgehen.

Dienstag, 1. Februar 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Stimmt jetzt meine Ahnung, oder stimmt sie nicht?“

Unser rationales Bewusstsein macht nur einen Bruchteil unserer Verstandesleistung aus. Einen Großteil seiner Wahrnehmungs-, Steuerungs- und Entscheidungsarbeit erbringt das Gehirn unbewusst. Intuition ist das Hochgeschwindigkeitsnetz des Gehirns. Der heiße Draht zu den Datenbanken, Schaltstellen und Entscheidungszentralen des Unbewussten. Sie arbeitet blitzschnell, unendlich viel schneller als der Verstand. Intuition ist ein komplexer, blitzschneller Analyseprozess, der gespeichertes Erfahrungswissen nutzt und unbewusst abläuft. Intuition ist etwas Wunderbares. Wer eine gute Verbindung zu sich selbst hat, weiß oft genau, was sie/er gerade braucht, was ihr/ihm gut tut und was sie/er gerade möchte. Das, was wir Ahnung, Eingebung, Gespür, innere Stimme, Intuition oder Bauchgefühl nennen, lenkt unser Handeln. Wir kennen die Antwort, fast noch bevor wir die Frage formuliert haben. Wir werden uns an diesem Abend gemeinsam mit der Intuition beschäftigen. Was braucht es, ihr zu vertrauen? Wieso scheint der Kopf oftmals anders entscheiden zu wollen als unser Bauch? Wie können wir unsere Intuition stärken?

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Anette Schwämmle

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 7. Juli 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr



Donnerstag, 3. Februar 2022

🕒 10.30 bis 12.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Gefühle – Bewegen

Die BODY 2 BRAIN CCM® Methode basiert auf Körpertherapie, Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften und weltweiten Körperritualen. Diese „Soforthilfeübungen“ sind Ergänzung und Unterstützung bei zahlreichen – somatischen und psychischen – Erkrankungen. Sie sind jedoch kein Ersatz für eventuell notwendige medikamentöse Therapien. BODY 2 BRAIN CCM® dient unter anderem auch der Alltagsbewältigung und als vorbeugende Maßnahme im Sinne einer „Psychohygiene“ und Selbstfürsorge, die jeder Mensch in irgendeiner Form regelmäßig praktizieren sollte. Die Methode beruht auf den Erkenntnissen der wechselseitigen Beeinflussung von Körper und dem Gemütszustand – entweder beruhigend bei Wut und Panik oder stimulierend bei Niedergeschlagenheit und Ängstlichkeit. Die Übungen sind einfach und im Alltag jederzeit anwendbar. Sie setzen keine besondere Sportlichkeit, Beweglichkeit oder Meditationsfähigkeit voraus und können auch von bettlägerigen Menschen ausgeführt werden. Gemeinsam werden wir kleine Körperübungen ausprobieren und Sie können sich ihr eigenes Lieblingsprogramm zusammenstellen.

Referentin: Andrea Müller-Götz

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Mittwoch, 1. Juni 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr

Donnerstag, 3. Februar 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 13. Januar 2022, 3. März 2022, 14. April 2022, 22. September 2022, 17. November 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Der Besuch einzelner wie auch fortlaufender Termine ist möglich.



Freitag, 4. Februar 2022

🕒 15.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm

Anmeldung

Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist

Ihr lebt in eurer Familie mit einem schwer erkrankten Geschwister- oder Elternteil zusammen und möchtet andere Kinder und Jugendliche kennenlernen, die in einer ähnlichen Situation sind? Dann seid ihr bei uns genau richtig. Gemeinsam wollen wir Schönes und Abenteuer erleben, Neues wagen und Spaß haben. Aber auch Verständnis und Geborgenheit erleben, eure Ressourcen stärken und Mut machen. Wir freuen uns auf euch. Wir, das sind haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen vom ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst Ulm. Bei Bedarf können wir euch abholen und nach Hause bringen. Das kostenfreie Angebot gilt für Kinder ab 6 Jahren, die Gruppen teilen wir dem Alter entsprechend ein.

Informationen und Anmeldung: Nicola Glaubach, Telefon 0731 509 733-28, n.glaubach@hospiz-ulm.de oder Ulrike Schmidt-Bommas, Telefon 0731 509 733-27, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Nicola Glaubach, Ulrike Schmidt-Bommas und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e. V.

Weitere Termine: 6. Mai 2022, 23. September 2022, 9. Dezember 2022, jeweils freitags von 15.00 bis 18.00 Uhr

Wir treffen uns im Hospiz Ulm, Lichtensteinstäße 14/2 in Ulm. Nach vorheriger Ankündigung unternehmen wir auch Ausflüge in die Umgebung. Die Nachmittage können auch einzeln gebucht werden.

Dienstag, 8. Februar 2022

🕒 15.00 bis 16.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Habe ich eine Wahl...?

Wie gelingt es, durch einen inneren Perspektivwechsel den Umgang mit einer Situation zu beeinflussen? Die Fähigkeit innezuhalten, die eigene Verfassung und Stimmung wahrzunehmen, sich den Luxus zu erlauben selbst zu wählen, bildet die Grundlage für ein erfüllteres Leben. Wir bieten Ihnen einfache Achtsamkeitsübungen für den Alltag an, um mit Ihnen gemeinsam Ihre Wahlmöglichkeiten zu erkennen.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Claudia Schumann

Weiterer Termin: Dienstag, 11. Oktober 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 15 Personen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an. Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Mittwoch, 9. Februar 2022

🕒 09.30 bis 12.30 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

„Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Grundwissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe bei sterbenden Menschen. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können und wie wir bei der Linderung helfen können. Ebenfalls sprechen wir darüber, wie man Abschied nehmen kann und betrachten unsere Möglichkeiten und Grenzen. Andrea Müller-Götz ist Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin (BVT) und Koordinatorin für den Ambulanten Hospizdienst. Axel Schaudé leitet das Stationäre Hospiz Ulm und ist Palliative Care Fachkraft.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Axel Schaudé

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 20 Personen

Kursgebühr: 15,00 Euro

Weitere Termine: Donnerstag, 5. Mai 2022, 17.00 bis 20.00 Uhr,

Dienstag, 22. November 2022, 14.00 bis 17.00 Uhr

Donnerstag, 10. Februar 2022

Tag der Kinderhospizarbeit

Wie jedes Jahr wird der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst Ulm seine Arbeit vorstellen. Über die aktuelle Veranstaltung werden wir Sie über die Tagespresse und die Webseite www.ulmer-hospiz-akademie.de informieren.

Donnerstag, 10. Februar 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Was passiert beim Sterben? Information und Austausch für Angehörige und Begleitende.

Welche körperlichen Veränderungen finden statt? Welche Symptome können auftreten? Leiden lindern am Lebensende – was können Angehörige unterstützend tun, was sollten sie wissen, um gut begleiten zu können und nicht verunsichert zu sein? Wie wichtig sind Flüssigkeit und Nahrung?

Referentin: Almut Holdik

Weiterer Termin: Dienstag, 8. November 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr



Samstag, 12. Februar 2022

🕒 10.30 bis 13.30 Uhr 🏠 Hospiz Ulm und in der Natur

Anmeldung

Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien

Ein lieber Mensch ist verstorben. Sie betrauern gemeinsam als Familie diesen Verlust und gleichzeitig trauert jede und jeder auch auf die eigene Weise um den lieben Menschen. Wir laden Sie ein, sich Zeit zu nehmen für den Abschied von Ihrem verstorbenen Familienmitglied. Mit anderen Familien können Sie in einem geschützten Rahmen Ihrer Trauer Raum geben. Mit Informationen, Gesprächen und mit kreativen Impulsen wollen wir Ihren Ressourcenkoffer neu bestücken, damit Sie auf Ihrem weiteren Trauerweg gut gerüstet sind. In Kinder-, Jugend- und Erwachsenengruppen geben wir dem Zeit, was war, was gerade ist und was werden kann.

Anmeldung und Information: Andrea Müller-Götz, a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de oder Ulrike Schmidt-Bommas, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V.

Weitere Termine: 14. Mai 2022, 16. Juli 2022, 29. Oktober 2022, jeweils samstags 10.30 bis 13.30 Uhr

Sie können sich für jeden Termin einzeln anmelden.

Montag, 14. Februar 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 15. Februar 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 15. Februar 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Rituale und Intuition: Begleiter durch das Leben

Was sind Rituale und wozu sind sie nützlich? Rituale begleiten uns durch das ganze Leben. Am Lebensende und in der Begleitung Sterbender können sie uns eine Stütze sein. Intuition – was ist das? Wie lerne ich, auf sie zu hören? Wann setzte ich sie ein? Insbesondere in der Begleitung Sterbender kann uns die Intuition führen. Wie passt Intuition zu Ritualen? Zwei Palliativ-Krankenschwestern berichten von ihren lang-jährigen Erfahrungen über ihre Arbeit im Stationären Hospiz. Dabei spielt die Intuition eine wichtige Rolle. Rituale werden zur Begleitung und auch zur Bewältigung des Abschiednehmens immer wieder als Hilfe eingesetzt. Wir möchten Erfahrungen austauschen und herausfinden, ob und mit welchen Ritualen wir bereits leben und wie Intuition unser Leben beeinflusst. Wie können wir diesen Schatz bewusst bei der Begleitung Sterbender einsetzen?

Referent*innen: Angelika Bais, Almut Holdik

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 10 Personen

Weiterer Termin: Dienstag, 15. November 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr



Mittwoch, 16. Februar 2022

🕒 10.00 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Keine Angst vor fremden Tränen!“

... so lautet der Titel eines Buchs von Chris Paul – Leiterin des Trauerinstituts Deutschland, Trainerin und Fachautorin. In Zeiten der Trauer fällt es oft schwer, die richtigen Worte zu finden, herauszufinden, was der oder die Trauernde gerade braucht und was wir tun können, um mit Nahestehenden gut umzugehen. Wir wollen Ihnen Informationen und Erfahrungen weitergeben, wie Sie trauernden Freund*innen und Angehörigen begegnen können, Ihre Fragen beantworten, einige Impulse anbieten und Bezug auf das Buch von Chris Paul nehmen.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß

Weiterer Termin: Montag, 24. Oktober 2022, 14.30 bis 16.00 Uhr

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 12 Personen

Donnerstag, 17. Februar 2022

🕒 17.30 bis 19.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Das Lebensende zuhause

Studien belegen immer wieder, dass die meisten Menschen nach wie vor den Wunsch haben, zuhause sterben zu können. Doch die gesellschaftlichen Veränderungen zeigen zum einen eine Zunahme an Singlehaushalten und zum anderen eine Zunahme an Hochaltrigen, so dass dieser Wunsch Angehörige unmittelbar betrifft. Für die Versorgung bis zum Tod zuhause braucht es also in der Regel mehrere Beteiligte. Wo immer das Zuhause ist, ob in einem Wohnheim für behinderte Menschen, einem ambulant betreuten Wohnen, einer Einrichtung für Senior*innen oder im privaten Zuhause, möchten wir mit folgenden Fragen ins Gespräch kommen: Wann ist es überhaupt soweit? Gibt es einen „besten“ Sterbeort? Wann ist jemand „Palliativpatient“? Welche Beratungs- und Hilfsangebote gibt es für das Lebensende zuhause?

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Mittwoch, 7. Dezember 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Mittwoch, 23. Februar 2022

🕒 14.00 bis 15.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Das Hospiz Ulm stellt sich vor

Im Hospizhaus Ulm sind alle ambulanten und stationären Angebote unter einem Dach vereint. Ein Vortrag mit vielen Bildern vermittelt Interessierten einen Einblick in das Haus und unsere Arbeit. Sie erfahren, welche Hilfen Hospiz Ulm bieten kann und wie ambulante Begleitungen und die Aufnahme in das Stationäre Hospiz geregelt sind.

Referentin: Claudia Schumann

Weitere Termine: Dienstag, 26. April 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr,
Donnerstag, 29. September 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr, Mittwoch, 9. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr

Donnerstag, 24. Februar 2022

🕒 18.30 bis 20.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Hospizgespräche: Männer trauern nicht!?

Die Erkenntnis, dass Trauer nicht gleich Trauer ist und Männer genauso intensiv wie Frauen trauern, nur häufig auf andere Art und Weise, ist erst vor kurzem in unsere Gesellschaft gelangt. Von klein auf darauf programmiert, keinen Schmerz zu zeigen – ein Junge weint doch nicht – weiß der Mann nicht, wie er damit umgehen soll, wenn er einen Schmerz spürt, der ihm das Herz zu zerreißen droht und nie gelernt hat, den Schmerz zu zeigen. Fragen, die dann im Raum stehen: Ich bin mir nicht sicher, wie es mir geht? Wann habe ich das letzte Mal über mich nachgedacht? Wann habe ich das letzte Mal geweint? Was ist mir wirklich wichtig im Leben? Diese Befindlichkeiten sollen uns begleiten und sind die Grundlage für einen regen Austausch unter Männern. Wir suchen gemeinsam nach möglichen Wegen und Lösungen.

Referenten: Reinhardt Schlüter, Rudi Seifert

Anzahl Teilnehmende: 4 bis 8 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 13. Oktober 2022, 18.30 bis 20.00 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktaten finden Sie auf Seite 5.

Donnerstag, 3. März 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Weitere Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 13. Januar 2022, 3. Februar 2022, 14. April 2022, 22. September 2022, 17. November 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Der Besuch einzelner wie auch fortlaufender Termine ist möglich.

Samstag, 5. März 2022

🕒 14.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Einführung im Umgang mit Klangschalen

Die sanften Klänge der Klangschalen versetzt jede einzelne Körperzelle in eine angenehme Schwingung, die Entspannung, Neuordnung und gegebenenfalls Heilung bringt. Die unterschiedlichen Töne der Klangschalen berühren auf ihre einzigartige Weise Ihre Seele und lässt Sie Achtsamkeit, Wertschätzung sowie Ganzheitlichkeit neu erfahren. Freuen Sie sich, während der praktischen Übungen, die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten in der Körperarbeit mit Klangschalen kennenzulernen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit. Wer mag, bringt gerne die eigenen Klangschalen mit.

Referentin: Ilona Fried

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 10 Personen

Kursgebühr: 30,00 Euro

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. übernimmt Hospiz Ulm e.V. die Kosten.

Montag, 7. März 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.



Dienstag, 8. März 2022

🕒 17.00 bis 18.30 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Erfolgreich Energie tanken

Wenn unser Leben aus den Fugen gerät und akute Belastungen unseren ganzen Einsatz erfordern, dann kommen wir an den Punkt, wo wir uns kraftlos, erschöpft und gestresst fühlen. Gleichzeitig ist gerade dann die Mobilisierung aller Kräfte und Durchhaltevermögen nötig. Unser Zusammensein dient dazu, auf einfache und wirkungsvolle Weise Energiereserven zu öffnen und uns für die Herausforderung des Alltags neu zu stärken.

Referentin: Susanne Weikl

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 14 Personen

Kursgebühr: 20,00 Euro

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. übernimmt Hospiz Ulm e.V. die Kosten.

Donnerstag, 10. März 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Demenz: ein langer Abschied

Was für eine Krankheit ist das eigentlich? Wie verändern sich die betroffenen Personen? Wie erkennen wir Wünsche, Bedürfnisse und Notwendigkeiten der Menschen mit Demenz im Laufe der Erkrankung und wie können wir versuchen, ihnen gerecht zu werden? Was bedeutet dieser lange Abschied für die Nahestehenden? Alle, die sich für dieses Thema interessieren sind herzlich eingeladen.

Referentin: Dorothea Kleinknecht

Weiterer Termin: Dienstag, 4. Oktober 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr



Samstag, 12. März 2022

🕒 11.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Unsere innere Bühne

„Die wichtigste Lebensaufgabe des Menschen besteht darin, seinem eigenen Wesen zum Ausdruck zu verhelfen.“ Erich Fromm

Wie aufregend wäre es, wenn unser Unterbewusstsein eine Bühne wäre, auf der unterschiedliche Schauspieler*innen in unterschiedlichen Stücken, unterschiedliche Rollen spielten? Je nachdem, wen wir von unseren inneren Spieler*innen auf die Bühne schicken, können wir Entdecker*innen, Held*innen, Rebellen, Liebende oder Unschuldige sein. Wir möchten neue Blickwinkel eröffnen und unsere Fantasie als wichtigen Partner in unser „Lebensspiel“ einbringen. Wenn wir die Akteure unserer inneren Bühne kennenlernen, können sie uns bereichern. Durch sie erfahren wir uns selbst und unser Potenzial. Sie können uns zu neuen Ausdrucksmöglichkeiten verhelfen und zu mehr Verständnis darüber, wer gerade wie auf der inneren Bühne unseres Gegenübers agiert. Eine Begegnung mit anderen ist immer auch eine Begegnung mit uns selbst. Und es tut gut, sich zu begegnen, gerade in einer Zeit, in der unsere Kommunikation, bedingt durch die Corona-Pandemie, viele Einschränkungen erfahren hat. Mit diesem Seminar wollen wir die Lust auf „kreative Veränderung“ fördern. Denn das Leben im Fluss zu betrachten, bringt Bewegung in unseren Alltag und oftmals Verborgenes zum Leuchten.

Referent*innen: Helma Dzial-Dienstmann, Marion Weidenfeld

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 10 Personen

Kursgebühr: 60,00 Euro

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. gilt die Veranstaltung als Fortbildung und ist kostenfrei.

Dienstag, 15. März 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

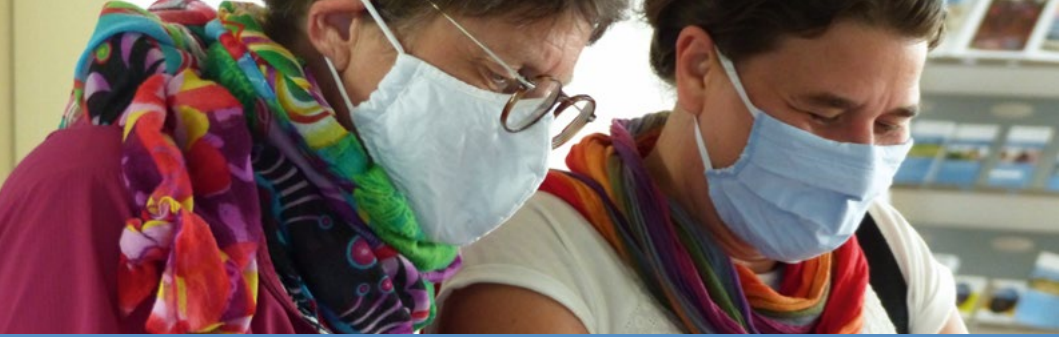
Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Donnerstag, 17. März 2022

🕒 18.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Café oder Seminarraum

Anmeldung

„Verborgene Kräfte wecken“ Schnaufst Du noch oder atmest Du schon?

Wir werden der Frage nachgehen, ob es reicht, dass Ihnen der unbewusste/willentliche Atem zur Verfügung steht oder ob in Ihnen Kräfte schlummern, die Sie mühelos aufgerichtet sein lassen wie einen jungen Baum, der gut verwurzelt und doch mit Leichtigkeit seine Zweige in den lichten Raum wachsen lässt. Mit leicht auszuführenden Übungen erkunden wir achtsam und neugierig in Bewegung und Ruhe den Atemrhythmus. Dabei wächst das Empfindungsbewusstsein; individuelle Bewegungs- und Atemmuster können erkannt und auf ihren Sinn hinterfragt werden. In dem Maße, wie der Atem erforscht wird und somit zugelassen werden kann, wachsen die eigenen Kräfte wie Stehvermögen, Gelassenheit, Intuition, Kreativität und Lebensfreude. Für den Umgang mit anderen Menschen, insbesondere für die Begleitung im Hospiz, ist eine gut entwickelte Empfindungsfähigkeit für das eigene Wohlbefinden und damit die innere Kraft wichtig. Nur auf die innere Kraft gegründetes Einfühlungsvermögen ermöglicht eine als hilfreich empfundene Begleitung.

Referentin: Margaretha Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: 15. September 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr

Samstag, 19. März 2022

🕒 14.30 bis 17.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Kreative Wege in der Trauer Kunstatelier für trauernde Kinder von 5 bis 11 Jahren

Wie stellst du dir den Himmel vor? Welche Farbe hat der Regen? Mein wunderschöner Lieblingsort? Das könnten Themen sein, die uns an diesem Nachmittag interessieren. In unserem Kunstatelier bieten wir ein begleitetes Malen für trauernde Kinder an. Sie werden eingeladen mit Farbe und Fantasie in Kreativität einzutauchen. Die so entstehenden Arbeiten ermöglichen es den Kindern, ihrer Erinnerung und ihrer Trauer Raum zu geben.

Anmeldung und Information: Nicola Glaubach, Telefon 0731 509 733-28, n.glaubach@hospiz-ulm.de oder Ulrike Schmidt-Bommas, Telefon 0731 509 733-27, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Regina Rieger, Romy Rinder-Beisenwenger

Kursgebühr: 5,00 Euro für Material und ein Vesper

Anzahl Teilnehmende: 3 bis 6 Kinder

Weiterer Termin: Samstag, 1. Oktober 2022, 14:30 bis 17:00 Uhr



Dienstag, 22. März 2022

🕒 19.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Dienstags treffe ich mich mit Tina – wie arbeitet der Kinder- und Jugendhospizdienst?

Am heutigen Abend stellen wir unserer Arbeit vor: Unsere Aufgaben, für wen wir da sind, wie wir arbeiten, was uns wichtig ist und welche Unterstützungsmöglichkeiten wir anbieten können. Diese Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten und an Mitarbeitende aus pflegerischen und pädagogischen Einrichtungen.

Referent*innen: Nicola Glaubach, Ulrike Schmidt-Bommas,

Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Mittwoch, 23. März 2022

🕒 10.00 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Hospizliche Begleitung für Menschen mit geistiger Behinderung

Die Würde eines Menschen schließt ein, in Würde zu leben und in Würde zu sterben. Dies gilt auch für Menschen mit einer geistigen Behinderung. Was brauchen diese Menschen, wenn sie in Kontakt mit Tod, Sterben und Abschiednehmen kommen? Wie können Angehörige und Mitarbeitende von Behinderteneinrichtungen dieses Thema im Alltag leben und welche Unterstützung kann das Hospiz anbieten?

Referent*innen: Nicola Glaubach, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 15 Personen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Ethik Café im Hospizhaus

Wir wollen das Interesse an ethischen Fragen am Lebensende wecken. Im Ethik Café bieten wir dazu einen geschützten Rahmen bei Kaffee und Gebäck an. Zum Einstieg wird ein kurzes Impulsreferat gegeben.



Donnerstag, 24. März 2022

🕒 15.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Ethik Café – „Wollen Sie Ihre Mutter wirklich verhungern lassen?“

Am Ende einer Demenzerkrankung kann es häufig zu schwierigen ethischen Entscheidungen kommen. Hauptsächlich geht es dann um Nahrungsverweigerung und um verändertes Ess- und Trinkverhalten. In unserem Ethik Café möchten wir mit Ihnen ins Gespräch darüber kommen, welche Probleme und Unsicherheiten es geben kann, wenn nicht klar ist, ob ein Mensch mit fortgeschrittener Demenz noch Nahrung zu sich nehmen möchte.

Impulsvortrag: Dorothea Kleinknecht

Moderation: Imogen Saß, Claudia Schumann

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Samstag, 26. März 2022

🕒 09.00 bis 12.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Stille-Vormittag

„Das was du suchst, sucht dich.“ Franz von Assisi

Für alle, die sich einen halben Tag für sich Zeit nehmen wollen. Die Stille ist der Raum, der sich öffnet, wenn wir zur Ruhe kommen. Wir brauchen diese Ruhe und diesen Frieden, um wieder bei uns selbst anzukommen. Wir brauchen diese Ruhe, um unser Herz zu öffnen und um in Kontakt zu kommen mit all den wunderbaren Dingen, die uns das Leben schenkt. Sich in ein Kloster zurückzuziehen ist eine Möglichkeit. Das ist nicht immer und nicht für alle machbar. Gemeinsames Gehen, Körperübungen, Tee trinken, einen schönen Garten bewusst erleben, Kontemplation und durchgehendes Schweigen können zu einer bereichernden Erfahrung werden, die in unserem Alltag zu einer wertvollen Stütze werden kann.

Referentin: Angelika Bais

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Kursgebühr: 25,00 Euro

Weiterer Termin: Samstag, 22. Oktober 2022, 09.00 bis 12.00 Uhr

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. übernimmt Hospiz Ulm e.V. die Kosten.

Dienstag, 29. März 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Aromapflege im Hospiz

Aromapflege ist Körper-, Geist- und Seelenpflege mit 100 Prozent naturreinen ätherischen und fetten Pflanzenölen, sowie den daraus zusammengestellten Aromapflegeprodukten und Hydrolaten. Aromapflege ist in ihren Anwendungsformen sehr umfangreich und schafft viele Möglichkeiten zur Linderung von Symptomen und Unterstützung von Schwerstkranken und Sterbenden. Dazu braucht es Wissen über Anwendung und Wirkung von Aromapflegeölen und Aromapflegemischungen. Dieses Seminar vermittelt einen Einblick in die Welt der ätherischen Öle und ihrer praktischen Anwendung.

Referentin: Ulrike Kuhn-Menz

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weiterer Termin: Dienstag, 8. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. gilt die Veranstaltung als Fortbildung und ist kostenfrei.



Donnerstag, 7. April 2022

🕒 09.30 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

Anmeldung

Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 20. Januar 2022, 14. Juli 2022, 20. Oktober 2022, jeweils donnerstags von 09.30 bis 11.30 Uhr

Freitag, 8. April 2022

🕒 17.30 bis 19.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Hospizgespräche: Macht Krankheit Sinn?

Bin ich „selber“ schuld an meiner Krankheit, ist sie mein Schicksal, soll ich sie als „Prüfung“ verstehen? Oder ist sie gar eine Strafe Gottes? Welchen Sinn will ich hinter meiner Erkrankung erkennen? Die Frage „Warum gerade ich“? verbieten sich viele Menschen im Zusammenhang mit einer schweren Erkrankung. Andere Betroffene wissen sofort eine Antwort darauf. Wie schwer es ist in dieser Lebenssituation ohne Erklärung leben, aushalten, hoffen zu müssen, aber wie viel schwieriger es auch sein kann mit schnellen Antworten die Krankheit anzunehmen, soll im Mittelpunkt unserer Gesprächsrunde stehen. Pfarrer Martin Enz, Evangelischer Pfarrer und Klinikseelsorger an der Uniklinik wird das Gespräch moderieren und persönlich und aus seiner Erfahrung als Seelsorger antworten.

Referent: Martin Enz

Montag, 11. April 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Dienstag, 12. April 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Donnerstag, 14. April 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 13. Januar 2022, 3. Februar 2022, 3. März 2022, 22. September 2022, 17. November 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Der Besuch einzelner wie auch fortlaufender Termine ist möglich.

Dienstag, 26. April 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Das Hospiz Ulm stellt sich vor

Im Hospizhaus Ulm sind alle ambulanten und stationären Angebote unter einem Dach vereint. Ein Vortrag mit vielen Bildern vermittelt Interessierten einen Einblick in das Haus und unsere Arbeit. Welche Hilfen Hospiz Ulm bieten kann und wie ambulante Begleitungen und die Aufnahme in das Stationäre Hospiz geregelt sind, erfahren Sie bei dieser Veranstaltung.

Referentin: Almut Holdik

Weitere Termine: Mittwoch, 23. Februar 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr, Donnerstag, 29. September, 14.00 bis 15.30 Uhr, Mittwoch, 9. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr



Donnerstag, 28. April 2022

🕒 19.30 bis 21.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Das Lächeln am Fuße der Bahre Sterben, Trauer und Humor

Ein Vortrag mit Texten, Anekdoten, Geschichten und Betrachtungen. In der Tat geht es hier um ein Tabuthema in unserer Gesellschaft: den konkreten Umgang mit Tod und Vergänglichkeit. Dass Humor ganz handfest zur Bewältigung von Krisen eingesetzt werden kann, zeigt Alfred Gerhards in dieser sehr persönlichen Veranstaltung auf. Er trägt fremde und eigene Texte vor, erzählt Anekdoten, berichtet selbst Erlebtes, stellt überraschende Betrachtungen an und eröffnet mittels seines Humors einen meditativen Zugang zu diesem heiklen Thema, der jeden eine persönliche Herangehensweise finden lässt. „Die Angst vor dem Tod kann man nicht ganz verlieren“, so Globo, „aber die meisten Menschen haben eigentlich mehr Angst vor dem Leben.“

Referent: Alfred Gerhards alias Globo

Freitag, 29. April 2022

🕒 18.30 bis 20.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

Der Ton macht die Musik – Lieder zum Mitsingen

Sie singen gerne, möchten sich aber keinem Chor anschließen? An diesem Abend geben wir Gelegenheit, gemeinsam Lieder mit Gitarrenbegleitung zu singen „die jede*r kennt“: Von deutschen Wander-, Volks- oder Abendliedern, einfachen Kanons, Taizéliedern bis zu, je nach Wunsch, Liedermachern (z. B. Reinhard Mey oder den Beatles). Ziel ist nicht das Einstudieren eines Programms, sondern dem Spaß am Singen in der Gemeinschaft Raum zu geben. Im Tönen von Vokalen können wir neue Klangräume in uns entdecken. Wenn Sie Lust haben, zu singen, zu tönen oder auch zuzuhören, ohne besonderen Anspruch an Ihre eigene Sangeskunst oder die von anderen Menschen, dann sind Sie hier richtig.

Referent*innen: Margaretha Zipplies, Thomas Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Freitag, 25. November 2022, 18.30 bis 20.30 Uhr



Dienstag, 3. Mai 2022

🕒 17.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm 📅 Kursgebühr

Anmeldung

„Geborgen im Klang“ Lieder – Mantren – Klänge, die die Seele berühren

Ich möchte Sie an diesem Abend einladen, an Körper, Geist und Seele die Kraft der Klänge zu entdecken. Und ich möchte Sie ermutigen, diese Kraft für sich selbst zu nutzen und sie weiter zu geben an Menschen, die Sie begleiten. Dies braucht keinerlei Vorkenntnisse. Das freie Tönen aus dem Herzen, das Singen von Mantren und Kraftliedern führt uns in eine wohltuende und stärkende Art des Singens. Die Einfachheit und Tiefe spiritueller Gesänge ist Nahrung für Herz und Seele. Der Zauber der Musik erreicht uns selbst, aber auch die Menschen, die wir begleiten, denen wir unsere Klänge schenken. Klänge, Töne und Lieder durchströmen uns und schenken Körper und Seele ein Gefühl tiefer Geborgenheit und Freude.

Referentin: Arunga Heiden

Kursgebühr: 25,00 Euro

Anzahl Teilnehmende: 12 bis 20 Personen

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e. V. übernimmt Hospiz Ulm e. V. die Kosten.

Donnerstag, 5. Mai 2022

🕒 17.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Seminarraum 📅 Kursgebühr

Anmeldung

„Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Grundwissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe bei sterbenden Menschen. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können und wie wir bei der Linderung helfen können. Ebenfalls sprechen wir darüber, wie man Abschied nehmen kann und betrachten unsere Möglichkeiten und Grenzen. Andrea Müller-Götz ist Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin (BVT) und Koordinatorin für den Ambulanten Hospizdienst. Axel Schaudé leitet das Stationäre Hospiz Ulm und ist Palliative Care Fachkraft.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Axel Schaudé

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 20 Personen

Kursgebühr: 15,00 Euro

Weitere Termine: Mittwoch, 9. Februar 2022, 9.30 bis 12.30 Uhr, Dienstag, 22. November 2022, 14.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Freitag, 6. Mai 2022

🕒 15.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm

Anmeldung

Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 17.

Weitere Termine: 4. Februar 2022, 23. September 2022, 9. Dezember 2022, jeweils freitags von 15.00 bis 18.00 Uhr

Sonntag, 8. Mai 2022

🕒 10.30 bis 12.30 Uhr 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Waldbaden

Trauer will respektiert werden. Beim Waldbaden dürfen Trauernde sein, wie sie sind, wie sie sich fühlen. Trauer heißt auch loslassen, um irgendwann, nach und nach den Neubeginn zu wagen. Die Natur macht uns vor, wie das funktionieren kann. Zudem erkennen wir draußen, dass Heilungsprozesse in der Natur nie schnell gehen – der Wald hat unendlich viel Zeit. Zeit, die sich auch Trauernde geben dürfen. Da kommt das langsame, achtsame Schlendern gerade recht. Langsam kommt auch die Energie wieder ins Fließen. Ein Angebot, das sich an alle Trauernden richtet. Auch an diejenigen, die traurig sind über den Verlust der Lebensfreude, den Tod des Haustieres, die Chance auf eine verpasste Chance. Traurigkeit hat viele Gesichter. An diesem Vormittag geht es um Achtsamkeit, um das Loslassen, Heilung zuzulassen und um die Frage, wie groß der Anteil der Trauer im Leben ist und ob andere Anteile – wie beispielsweise Fröhlichkeit und Lachen – Platz haben. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und angemessene Kleidung.

Referentin: Gaby Fischer

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 12 Personen

Kursgebühr: 15,00 Euro

Treffpunkt: Parkplatz beim Erminger Wald, Turritellenplatte

Dienstag, 10. Mai 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.



Donnerstag, 12. Mai 2022

🕒 18.00 bis 19.30 🏠 Hospiz Café

Trauer in der Musik – wie Komponisten ihren Schmerz in Töne fassen

Trauer in der Musik tritt in unterschiedlichen Formen auf: Als Requiem, als Trauermarsch, als Sterbeszene in der Oper und in vielen weiteren Formen. Wir befassen uns im Vortrag mit Trauermusik als unmittelbare Reaktion auf einen Todesfall oder einen Abschied: Was schrieb Mozart nach dem Tod seiner Mutter und seines Vaters? Wie versuchte Smetana seinen rasenden Schmerz über den Tod seines Töchterchens zu bewältigen? Oder wie vertonte Beethoven seinen Abschiedsschmerz, als sein junger Freund, der Erzherzog Rudolph, Wien verlassen musste? Jede*r Komponist*in findet für den Kummer und die Verzweiflung die ureigenen Töne. An mehreren Beispielen werden wir ihnen nachspüren.

Referentin: Susanne Rudolph, Musikjournalistin

Freitag, 13. Mai 2022

🕒 17.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Besinnungsgarten oder Hospiz Café

Anmeldung

Inspiration – Schreiben – Freitag der 13.

Glück, Unglück, Glaube und Aberglaube – ein Freitag der 13. ist immer ein Datum, das ein wenig herausragt im Kalender. Das Datum lässt uns aufmerksamer sein und kann uns veranlassen, genauer hinzuschauen. Auch auf uns, auf unsere Befindlichkeit, unsere Persönlichkeit, unsere Sorgen, Hoffnungen, unseren Platz im Lebenslauf. Kreatives Schreiben ist immer eine Auseinandersetzung mit sich selbst. Gedanken und Worte erhalten eine neue Dimension, wenn sie auf einem Blatt Papier festgehalten werden. Neue Wege gehen, Umwege suchen und nutzen, nach ungeahnten Ausdrucksformen suchen und unserer Kreativität begegnen, in einem geschützten und inspirierenden Rahmen, dem Besinnungsgarten. Dieser lädt ein zu einem Dialog mit der eigenen Fantasie. Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung innen statt.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Marion Weidenfeld

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 10 Personen

Samstag, 14. Mai 2022

🕒 10.30 bis 13.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

Anmeldung

Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 19.

Anmeldungen: Andrea Müller-Götz, a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de oder
Ulrike Schmid-Bommas, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Weitere Termine: 12. Februar 2022, 16. Juli 2022, 29. Oktober 2022, jeweils samstags
10.30 bis 13.30 Uhr

Dienstag, 17. Mai 2022

🕒 15.00 bis 16.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

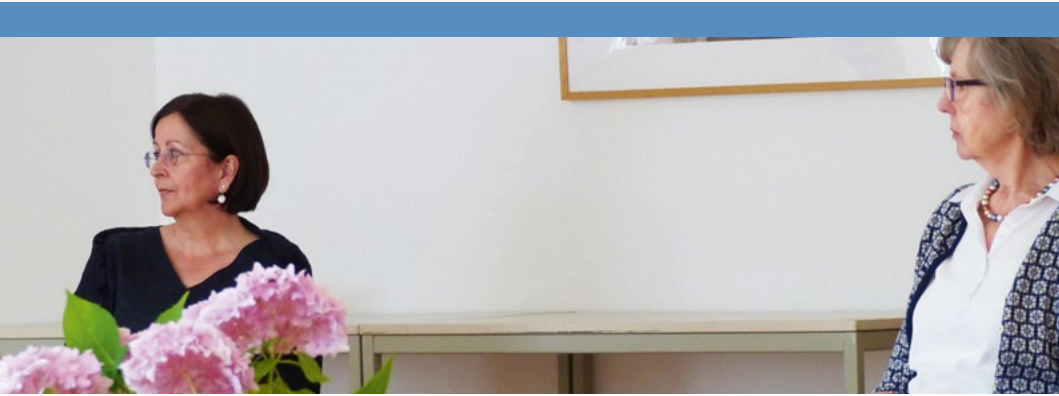
Warum nur? – Informationen zum Thema Suizid

Wenn ein nahestehender Mensch unerwartet stirbt, sind wir oft aus unserem seelischen Gleichgewicht geworfen und müssen uns in andere, neue Lebensumstände einfinden. Wenn der Tod aber nicht nur unerwartet, sondern zudem absichtlich erfolgt ist, erleben wir das als besonders belastend. Denn bei keiner anderen Todesart stellt sich die Frage so sehr nach dem „Warum?“. Wir wollen Ihnen Informationen zu Suizid und Hintergründe zu Suizidalität geben. Gemeinsam werden wir uns der Frage nach dem „Warum?“ ein Stück weit annähern.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Montag, 21. November 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr



Samstag, 21. Mai 2022

🕒 10.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

„Ich höre was, was du nicht sagst.“ Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Im Privaten, im Beruf und im Ehrenamt haben wir mit vielen unterschiedlichen Menschen jeglichen Alters zu tun. Wenn alles rund läuft, können wir entspannt miteinander umgehen. Was aber tun, wenn sich ein Konflikt anbahnt? Wenn wir einander nicht wirklich verstehen? Wenn wir immer wieder in die gleichen Fallen tappen? Durch Beispiele und kleine Übungen lernen Sie die vier Schritte dieser wertschätzenden Kommunikation kennen. Sie bekommen einen Leitfaden, der Ihnen hilft, gerade in schwierigen Situationen Klarheit zu bekommen. Diese Reflexion entspannt uns und auch unser Gegenüber. Sie finden Wege und Lösungen, mit denen alle Beteiligten gut leben können. Bitte bringen Sie sich für diesen Tag ein Vesper mit. Getränke sind vorhanden.

Referentin: Adelheid Schmidt

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 12 Personen

Kursgebühr: 60,00 Euro

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. gilt diese Veranstaltung als Fortbildung und ist kostenfrei.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktaten finden Sie auf Seite 5.



Hospizwege: Sonntag, 22. Mai 2022 10.00 bis ca. 18.00 Uhr



Auf den Spuren von Agathe Streicher: Hospiz flaniert... in die Höhe, in die Tiefen, in die Weite. In diesem Jahr wandern wir auf den Spuren von Agathe Streicher, der Namensgeberin unseres Stationären Hospizes. Gemeinnützigkeit ist ein hohes Gut, damals wie heute. Wir treffen auf karitative Wirkungsstätten aus frühen Zeiten, Künstler*innen, kulturelle Kuriositäten und köstliche Kleinigkeiten. Der Tradition des mangialonga, des gemeinsamen Wanderns in italienischen Weinbaugebieten folgend, möchten wir uns mit Ihnen auf den Weg machen. Ein historischer Streifzug durch vertraute Gegenden, die Überraschungen bereithalten. Eine Wanderkarte mit allen eingezeichneten Stationen erhalten Sie am Treffpunkt. [Erfahrungen und Erlebnisse, die wir gern mit Ihnen teilen wollen.](#)

Treffpunkt	im Hof von Hospiz Ulm e. V.
Wanderung	Sie wandern alleine oder in einer Gruppe, der Weg ist ca. 7 km. Gegen Abend beenden wir die Wanderung mit einem gemütlichen Beisammensein in der Ulmer Stadtmitte.
Wetterhinweis	Bei schlechtem Wetter finden Teile des Programms im und um das Hospiz Ulm statt.
Kostenbeitrag	30,00 Euro für Einzelpersonen, inkl. Essen, Getränke, Programm 70,00 Euro für Familien, inkl. Essen, Getränke, Programm
Kartenvorverkauf	ab Montag, 7. Februar 2022 bis Montag, 9. Mai 2022 bei Hospiz Ulm e. V. und in der Kulturbuchhandlung Jastram, Ulm





Montag, 23. Mai 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Mittwoch, 1. Juni 2022

🕒 17.00 bis 18.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Gefühle – Bewegen

Die BODY 2 BRAIN CCM® Methode wurde durch jahrelange Körpertherapie, Beobachtungen, Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften und weltweiten Körper Ritualen entwickelt. Diese „Soforthilfeübungen“ sind Ergänzung und Unterstützung bei zahlreichen – somatischen und psychischen – Erkrankungen. Sie sind jedoch kein Ersatz für eventuell notwendige medikamentöse Therapien. BODY 2 BRAIN CCM® dient unter anderem auch der Alltagsbewältigung und als vorbeugende Maßnahme im Sinne einer „Psychohygiene“ und Selbstfürsorge, die jeder Mensch in irgendeiner Form regelmäßig praktizieren sollte. Die Methode beruht auf den Erkenntnissen der wechselseitigen Beeinflussung von Körper und dem Gemütszustand – entweder beruhigend bei Wut und Panik oder stimulierend bei Niedergeschlagenheit und Ängstlichkeit. Die Übungen sind einfach und im Alltag jederzeit anwendbar. Sie setzen keine besondere Sportlichkeit, Beweglichkeit oder Meditationsfähigkeit voraus und können auch von bettlägerigen Menschen ausgeführt werden. Gemeinsam werden wir kleine Körperübungen ausprobieren und Sie können sich ihr eigenes Lieblingsprogramm zusammenstellen.

Referentin: Andrea Müller-Götz

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 3. Februar 2022, 10.30 bis 12.00 Uhr

Donnerstag, 2. Juni 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Ulmer Münster 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Perspektivwechsel – Münsterbesteigung 768 Stufen, um dem Himmel ein Stück näher zu sein

Wir steigen Stufe für Stufe auf den Münsterturm und kommen dem Himmel ein Stück näher. Von verschiedenen Ausblicken schauen wir auf unsere Lebensthemen und öffnen damit neue Perspektiven. Gehen Sie neugierig und offen mit uns diesen Weg nach oben. Wir freuen uns auf Sie.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Anette Schwämmle

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 10 Personen

Kursgebühr: Eintritt Münsterturm

Weiterer Termin: Freitag, 7. Oktober von 10.00 bis 12.00 Uhr

Montag, 20. Juni 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 21. Juni 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.


Sonntag, 26. Juni 2022

⌚ 16.00 Uhr 🏠 Hospizgarten oder Hospiz Café

Anmeldung

„Aller guten Dinge sind drei...“ – Märchenstationen für alle Sinne. Für Kinder ab 6 Jahren mit einer Begleitperson

Während dieser „Märchenstunde für alle Sinne“, die an unterschiedlichen Stationen im Garten des Hospizes stattfindet, unternehmen wir einen Streifzug durch die Märchenwelt. Wir lauschen drei altersgerechten Märchen, die frei erzählt sind und tauchen mit verschiedenen vertiefenden Elementen wie Singen, Bodenbild legen oder mit Naturmaterial gestalten, in die Märchen ein. Bei sonnigem Wetter bringen Sie bitte eine Decke oder Kissen zum gemütlichen Sitzen mit. Bei Regenwetter findet die Veranstaltung im Inneren des Hospizhauses statt.

Mit: Ute Kürzinger, Erzieherin und Märchenerzählerin

Anzahl Teilnehmende: mindestens 8 Personen

Donnerstag, 30. Juni 2022

⌚ 10.00 bis 11.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

ehrenrunde

Anmeldung

Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm

Wir stellen Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten vor, sich im Rahmen des Hospizvereins zu engagieren. Sie haben die Gelegenheit, das Haus mit seinen Diensten kennenzulernen und sich über die Vorbereitung zur*m Hospizhelfer*in zu informieren.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: mindestens 8 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 1. Dezember 2022, 19.30 bis 20.30 Uhr



Donnerstag, 7. Juli 2022

🕒 10.00 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Stimmt jetzt meine Ahnung, oder stimmt sie nicht?“

Unser rationales Bewusstsein macht nur einen Bruchteil unserer Verstandesleistung aus. Einen Großteil seiner Wahrnehmungs-, Steuerungs- und Entscheidungsarbeit erbringt das Gehirn unbewusst. Intuition ist das Hochgeschwindigkeitsnetz des Gehirns. Der heiße Draht zu den Datenbanken, Schaltstellen und Entscheidungszentralen des Unbewussten. Sie arbeitet blitzschnell, unendlich viel schneller als der Verstand. Intuition ist ein komplexer, blitzschneller Analyseprozess, der gespeichertes Erfahrungswissen nutzt und unbewusst abläuft. Intuition ist etwas Wunderbares. Wer eine gute Verbindung zu sich selbst hat, weiß oft genau, was sie/er gerade braucht, was ihr/ihm gut tut und was sie/er gerade möchte. Das, was wir Ahnung, Eingebung, Gespür, innere Stimme, Intuition oder Bauchgefühl nennen, lenkt unser Handeln. Wir kennen die Antwort, fast noch bevor wir die Frage formuliert haben. Wir werden uns an diesem Abend gemeinsam mit der Intuition beschäftigen. Was braucht es, ihr zu vertrauen? Wieso scheint der Kopf oftmals anders entscheiden zu wollen als unser Bauch? Wie können wir unsere Intuition stärken?

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Anette Schwämmle

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Dienstag, 1. Februar 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr

Donnerstag, 7. Juli 2022

🕒 18.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Café oder Seminarraum

Anmeldung

„Raus aus dem Alltag“ – Gebärden und Rituale zur Einstimmung und Regeneration

Der Kopf ist voll mit Alltag – und in einer Stunde soll ich für einen bedürftigen Menschen da sein? Es gilt ein Bewusstsein zu entwickeln, dass Hospizarbeit ebenso wie das Begleiten eines Menschen auf seinem letzten Lebensweg zu einem großen Teil aus „nicht Handeln“ besteht. Eine hohe Präsenz beim Zuhören ist notwendig und ein Empfinden für das, „was hinter den Dingen liegt“. Um empathisch zuhören und Intuition zulassen zu können, ist eine gut entwickelte Empfindungsfähigkeit für das eigene Wohlbefinden hilfreich. Mit Bewegung, Musik, aber auch in der Stille erkunden wir, welche Rituale für jeden Einzelnen hilfreich sind zur Einstimmung auf eine Begegnung oder zur eigenen Regeneration.

Referentin: Margaretha Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Freitag, 21. Oktober 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Donnerstag, 14. Juli 2022

🕒 09.30 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

Anmeldung

Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 20. Januar 2022, 7. April 2022, 20. Oktober 2022, jeweils donnerstags von 9.30 bis 11.30 Uhr

Samstag, 16. Juli 2022

🕒 10.30 bis 13.30 Uhr 🏠 Hospiz Ulm und in der Natur

Anmeldung

Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 19.

Anmeldungen: a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de oder
u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Weitere Termine: 12. Februar 2022, 14. Mai 2022, 29. Oktober 2022, jeweils samstags 10.30 bis 13.30 Uhr

Dienstag, 19. Juli 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.



Montag, 25. Juli 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Montag, 12. September 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Donnerstag, 15. September 2022

🕒 18.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Café oder Seminarraum

Anmeldung

„Verborgene Kräfte wecken“ Schnaufst Du noch oder atmest Du schon?

Wir werden der Frage nachgehen, ob es reicht, dass Ihnen der unbewusste/willentliche Atem zur Verfügung steht oder ob in Ihnen Kräfte schlummern, die Sie mühelos aufgerichtet sein lassen wie einen jungen Baum, der gut verwurzelt und doch mit Leichtigkeit seine Zweige in den lichten Raum wachsen lässt. Mit leicht auszuführenden Übungen erkunden wir achtsam und neugierig in Bewegung und Ruhe den Atemrhythmus. Dabei wächst das Empfindungsbewusstsein; individuelle Bewegungs- und Atemmuster können erkannt und auf ihren Sinn hinterfragt werden. In dem Maße, wie der Atem erforscht wird und somit zugelassen werden kann, wachsen die eigenen Kräfte wie Stehvermögen, Gelassenheit, Intuition, Kreativität und Lebensfreude. Für den Umgang mit anderen Menschen, insbesondere für die Begleitung im Hospiz, ist eine gut entwickelte Empfindungsfähigkeit für das eigene Wohlbefinden und damit die innere Kraft wichtig. Nur auf die innere Kraft gegründetes Einfühlungsvermögen ermöglicht eine als hilfreich empfundene Begleitung.

Referentin: Margaretha Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 17. März 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr



Freitag, 16. September 2022

🕒 17.30 bis 19.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Hospizgespräche:

Die schwere Erkrankung und deren Grenzen. Wie leben mit der eigenen oder der schweren Erkrankung eines nahestehenden Menschen?

Die beiden Klinikseelsorger Andreas Meyer (katholisch) und Martin Enz (evangelisch) möchten Sie zum Gespräch einladen über Begegnungen mit einem Thema, das wir gerne verdrängen. Was, wenn ich einmal krank werde? Wem kann ich mich anvertrauen? Wie reagiere ich auf Menschen, die mir nahestehen und nicht wissen, wie sie wiederum mir begegnen sollen. Was, wenn meine beste Freundin, mein Vater, meine Kollegin, mein Sohn erkrankt ist. Wie kann ich ihr und ihm beistehen zwischen störendem Mitleid und überängstlicher Lähmung? Martin Enz und Andreas Meyer begleiten seit vielen Jahren Patient*innen in der Uniklinik Ulm und deren Angehörige sowie Mitarbeitende in den Kliniken. Oft spüren sie, dass ihre Gegenüber an Grenzen kommen des Verstandenwerdens und des Verstehens. Im offenen Austausch über schwierige und gute Erfahrungen sollen Wege erkannt werden, die eine stimmige Begleitung ermöglichen.

Referenten: Martin Enz, Andreas Meyer

Dienstag, 20. September 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 18. Oktober 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Donnerstag, 22. September 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 13. Januar 2022, 3. Februar 2022, 3. März 2022, 14. April 2022, 17. November 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Freitag, 23. September 2022

🕒 15.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm

Anmeldung

Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 17.

Weitere Termine: 4. Februar 2022, 6. Mai 2022, 9. Dezember 2022, jeweils freitags von 15.00 bis 18.00 Uhr

Dienstag, 27. September 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

Hospizgespräche: Jenseitsvorstellungen von Christen und Muslimen „Ein Leben nach dem Tod? Worauf hoffen Christen und Muslime?“

„Es ist noch niemand zurückgekommen und hat uns gesagt, was nach dem Tod kommt.“ Diesen Satz haben Sie sicherlich schon mal gehört, gedacht oder auch andere wissen lassen. Und doch ist diese endgültige Grenze im Leben, die der Tod zunächst einmal darstellt, mit allerhand Fantasien und Überzeugungen bedacht worden. Werden wir Menschen einmal wiedergeboren? Wird unser Körper zurückbleiben und unsere Seele weiterleben? Werden wir unsere Verstorbenen nach unserem Tod wieder in die Arme nehmen können? Emre Sahin ist muslimischer Theologe und unterrichtet Geschichte und islamischen Religionsunterricht an einem Ulmer Gymnasium. Pfarrer Martin Enz ist evangelischer Klinikseelsorger an der Uniklinik in Ulm. Sein berufliches Leben hatte ständig mit Menschen zu tun, die am Ende ihres Lebens auch nach dem Jenseits gefragt haben. Beide Theologen laden ein, über ein schwieriges Thema miteinander ins Gespräch zu kommen. Der Abend soll deshalb nicht nur informieren, sondern vor allem zum Nachdenken anregen.

Referenten: Martin Enz, Emre Sahin

Besuchen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.  

Donnerstag, 29. September 2022

🕒 14.00 bis 15.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Das Hospiz Ulm stellt sich vor

Im Hospizhaus Ulm sind alle ambulanten und stationären Angebote unter einem Dach vereint. Ein Vortrag mit vielen Bildern vermittelt Interessierten einen Einblick in das Haus und unsere Arbeit. Welche Hilfen Hospiz Ulm bieten kann und wie ambulante Begleitungen und die Aufnahme in das stationäre Hospiz geregelt sind, erfahren Sie bei dieser Veranstaltung.

Referentin: Almut Holdik**Weitere Termine:** Mittwoch, 23. Februar 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr, Dienstag, 26. April, 19.00 bis 20.30 Uhr, Mittwoch, 9. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr**Samstag, 1. Oktober 2022**

🕒 14.30 bis 17.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung**Kreative Wege in der Trauer****Kunstatelier für trauernde Kinder von 5 bis 11 Jahren**

Wie stellst du dir den Himmel vor? Welche Farbe hat der Regen? Mein wunderschöner Lieblingsort? Das könnten Themen sein, die uns an diesem Nachmittag interessieren. In unserem Kunstatelier bieten wir ein begleitetes Malen für trauernde Kinder an. Sie werden eingeladen mit Farbe und Fantasie in Kreativität einzutauchen. Die so entstehenden Arbeiten ermöglichen es den Kindern, ihrer Erinnerung und ihrer Trauer Raum zu geben.

Anmeldung und Information: Nicola Glaubach, Telefon 0731 509 733-28, n.glaubach@hospiz-ulm.de oder Ulrike Schmidt-Bommas, Telefon 0731 509 733-27, u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Regina Rieger, Romy Rinder-Beisenwenger**Kursgebühr:** 5,00 Euro für Material und ein Vesper**Anzahl Teilnehmende:** 3 bis 6 Kinder**Weiterer Termin:** Samstag, 19. März 2022, 14:30 bis 17:00 Uhr



Miriam Brenner

Dienstag, 4. Oktober 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Demenz: ein langer Abschied.

Was für eine Krankheit ist das eigentlich? Wie verändern sich die betroffenen Personen? Wie erkennen wir Wünsche, Bedürfnisse und Notwendigkeiten der Menschen mit Demenz im Laufe der Erkrankung und wie können wir versuchen, ihnen gerecht zu werden? Was bedeutet dieser lange Abschied für die Nahestehenden? Alle, die sich für dieses Thema interessieren sind herzlich eingeladen.

Referentin: Dorothea Kleinknecht

Weiterer Termin: Donnerstag, 10. März 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr

Freitag, 7. Oktober 2022

🕒 10.00 bis 12.00 Uhr 🏠 Ulmer Münster 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Perspektivwechsel – Münsterbesteigung 768 Stufen, um dem Himmel ein Stück näher zu sein

Wir steigen Stufe für Stufe auf den Münsterturm und kommen dem Himmel ein Stück näher. Von verschiedenen Ausblicken schauen wir auf unsere Lebensthemen und öffnen damit neue Perspektiven. Gehen Sie neugierig und offen mit uns diesen Weg nach oben. Wir freuen uns auf Sie.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Anette Schwämmle

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 10 Personen

Kursgebühr: Eintritt Münsterturm

Weiterer Termin: Donnerstag, 2. Juni 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr

Samstag, 8. Oktober 2022

🕒 10.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Hospiz Café 📅 Kursgebühr

Anmeldung

EIN SEMINAR. ZUM TOD LACHEN

Das Einzige, was uns auf der ganzen Welt am schnellsten verbindet, ist das Lachen. Es erinnert uns daran, dass wir leben – bis zum Schluss. Auch verbindet uns alle, dass wir sterben werden. Bei diesem Gedanken bleibt uns oft das Lachen im Hals stecken. Doch selbst im Umgang mit Sterben und Tod gibt es Lach-Lücken. Wo und wie findet man auch unter schwierigeren Umständen humorvolle Momente und Leichtigkeit in der Arbeit oder zuhause? Welche Werkzeuge gibt es, um die eigene Humor-Schraube lockerer zu drehen? Zur Erkundung benötigen wir bequeme Kleidung, eine Decke oder Yogamatte und ein eigenes Vesper.

Referentin: Miriam Brenner

Kursgebühr: 60,00 Euro

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 14 Personen

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. übernimmt Hospiz Ulm e.V. die Kosten.



Sonntag, 9. Oktober 2022

🕒 11.00 bis 18.00 Uhr 🏠 wird rechtzeitig bekanntgegeben

Anmeldung

Unterwegs sein – ein Sonntag für trauernde Familien

Mit erlebnispädagogischen Angeboten, Outdoor-Aktivitäten, Impulsen zum Thema Trauer und Möglichkeiten zum Austausch verbringen wir diesen Sonntag gemeinsam. Wir laden Sie ein, sich Zeit zu nehmen für Ihren Abschied von einem verstorbenen Familienmitglied. Mit anderen Familien können sie in einem geschützten Rahmen Ihrer Trauer und den damit einhergehenden Veränderungen Raum geben. Wir starten diesen erlebnisreichen Tag um 11:00 Uhr und beschließen ihn mit einem Lagerfeuer gegen 18:00 Uhr.

Referent*innen: Koordinator*innen und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e. V.

Anzahl Teilnehmende: max. 25 Personen

Informationen und Anmeldung: Telefon 0731 509733-21 oder -27

Dieses Angebot wird durch Spenden für den Kinder- und Jugendhospizdienst finanziert. Für die teilnehmenden Familien ist es kostenfrei.

Montag, 10. Oktober 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 14. November 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 11. Oktober 2022

🕒 17.00 bis 18.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Habe ich eine Wahl...?

Wie es gelingt durch einen inneren Perspektivwechsel den Umgang mit einer Situation zu beeinflussen. Die Fähigkeit innezuhalten, die eigene Verfassung und Stimmung wahrzunehmen, sich den Luxus zu erlauben selbst zu wählen, bildet die Grundlage für ein erfüllteres Leben. Wir bieten Ihnen einfache Achtsamkeitsübungen für den Alltag an, um mit Ihnen ihre Wahlmöglichkeiten zu erkennen.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Claudia Schumann

Weiterer Termin: Dienstag, 8. Februar 2022, 15.00 bis 16.30 Uhr

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 15 Personen

Donnerstag, 13. Oktober 2022

🕒 18.30 bis 20.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Hospizgespräche: Männer trauern nicht!?

Die Erkenntnis, dass Trauer nicht gleich Trauer ist und Männer genauso intensiv wie Frauen trauern, nur häufig auf andere Art und Weise, ist erst vor kurzem in unsere Gesellschaft gelangt. Von klein auf darauf programmiert, keinen Schmerz zu zeigen – ein Junge weint doch nicht – weiß der Mann nicht, wie er damit umgehen soll, wenn er einen Schmerz spürt, der ihm das Herz zu zerreißen droht und nie gelernt hat, den Schmerz zu zeigen. Fragen, die dann im Raum stehen: Ich bin mir nicht sicher, wie es mir geht? Wann habe ich das letzte Mal über mich nachgedacht? Wann habe ich das letzte Mal geweint? Was ist mir wirklich wichtig im Leben? Diese Befindlichkeiten sollen uns begleiten und sind die Grundlage für einen regen Austausch unter Männern. Wir suchen gemeinsam nach möglichen Wegen und Lösungen.

Referenten: Reinhardt Schlüter, Rudi Seifert

Anzahl Teilnehmende: 4 bis 8 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 24. Februar 2022, 18.30 bis 20.00 Uhr

Freitag, 14. Oktober 2022

🕒 18.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

„Zeiten der Trauer: Wenn aller Sinn verloren scheint...“

Trauer ist etwas sehr Individuelles und deshalb ist es wichtig, diese Individualität anzuerkennen. Gemeint ist damit, die Art und Weise zu trauern, die Trauerzeit und vieles mehr. Darüber hinaus lohnt es sich, das Thema Trauer allgemein, aus philosophischer und aus religiöser Sicht zu betrachten. Aus dem Bereich der Philosophie sollen hierzu Gedanken der sinnzentrierten Logotherapie von Viktor Frankl vorgestellt werden. Und natürlich bietet die Welt der Religionen ein breites Spektrum von Inhalten, die dieses Thema bereichern können. Joachim Lode arbeitet seit 2018 ehrenamtlich im Hospiz Ulm. Nach 40 Jahren im Polizeidienst, unter anderem tätig in der Konfliktberatung, studiert er als „Pensionär“ an der Universität Potsdam Religionswissenschaft und Geschichte.

Referent: Joachim Lode

Montag, 17. Oktober 2022

🕒 17.00 bis 18:45 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Hätt‘ ich doch nur was gesagt oder getan...!“ – Zivilcourage lernen: Mut zur Vielfalt und den inneren Werten

„Man muss etwas machen, um selbst keine Schuld zu haben. Dazu brauchen wir einen harten Geist und ein weiches Herz. Wir haben alle unsere Maßstäbe in uns selbst, nur suchen wir sie zu wenig.“ Sophie Scholl

Fast jeden kostet es Überwindung, gegen den Strom, für eigene Werte der Toleranz und für Vielfalt des Friedens einzustehen. Reflektierende Gedanken, alltagsorientierte Übungen, Austausch und sozialpsychologische Grundlagen helfen uns dabei, dem Wesen der Zivilcourage auf die Spur zu kommen. Wir machen uns gemeinsam auf den Weg, um den „inneren Preis für Zivilcourage“ zu gewinnen: Ich schaue mich abends lächelnd im Spiegel an und freue mich: „Ich hab's gewagt und fühle mich gut damit!“

Referentin: Friederike Haar

Anzahl Teilnehmende: mindestens 8 Personen

Montag, 17. Oktober 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

Zusammenarbeit gestalten – Palliativstation Universitätsklinikum Ulm und Hospiz Ulm

Die 2009 eröffnete Palliativstation im Zentrum des Universitätsklinikums Ulm kann 10 Patient*innen, überwiegend in Einzelzimmern, betreuen. Eine enge Zusammenarbeit besteht mit dem Stationären Hospiz Ulm. Auch hier gibt es 10 Zimmer für Gäste. Es gibt Unterschiede und Gemeinsamkeiten. Welche Menschen auf die Stationen, zu welchem Zeitpunkt und mit welchem Ziel aufgenommen werden und welche Therapiemöglichkeiten vorhanden sind, können Sie an dem Abend bei der Leiterin der Palliativstation der Universität Ulm und dem Leiter des Stationären Hospiz Ulm e. V. erfahren und erfragen.

Referent*innen: Dr. Regine Mayer-Steinacker, Axel Schaudé

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an. Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Dienstag, 18. Oktober 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 15. November 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Mittwoch, 19. Oktober 2022

🕒 10.00 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Trauer bei Menschen mit geistiger Behinderung

Wenn wir von Trauer reden, denken wir zunächst an Trauer im Zusammenhang mit Sterben und Tod. Trauer ist mehr. Sie ist ein umfassender Prozess, der uns im Leben begleitet. In der Regel haben Menschen mit geistiger Behinderung vielfältige Erfahrungen mit Abschiednehmen gemacht. Wie können Angehörige und Mitarbeitende von Behinderteneinrichtungen verschiedene Formen der Trauer im Alltag leben und welche Unterstützung kann das Hospiz anbieten?

Referent*innen: Nicola Glaubach, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Mittwoch, 19. Oktober 2022

🕒 17.30 bis 19.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Das Kaleidoskop des Trauerns

Chris Paul, eine bekannte Trauerwissenschaftlerin, hat das Kaleidoskop der Trauer entwickelt. Dabei bietet sie ein lebensnahes, leicht verständliches Bild, in dem sich Menschen auf ihrem Trauerweg erkennen können. Angehörige und Freunde finden darin Umgangsformen, um die Trauernden zu unterstützen. Wir wollen Ihnen die unterschiedlichen Reaktionen in der Trauer und die Gestaltungsmöglichkeiten eines Trauerweges aufzeigen. Wir bieten Ihnen Informationen und lebensnahe Vorschläge an.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 27. Januar 2022, 10.30 bis 12.00 Uhr



Donnerstag, 20. Oktober 2022

🕒 09.30 bis 11.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

Anmeldung

Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 20. Januar 2022, 7. April 2022, 14. Juli 2022, jeweils donnerstags von 09.30 bis 11.30 Uhr

Donnerstag, 20. Oktober 2022

🕒 18.30 bis 19.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

Ruhe in Frieden – oder nicht? Ein unterhaltsamer Vortrag rund um die Trauerfeier, der alle was angeht

In jedem Lebensabschnitt treffe ich Vorkehrungen und bereite mich vor. Warum nicht im letzten? Wenn es soweit ist, wie viel Einfluss kann ich nehmen auf die Beerdigung und allem, was dazu gehört? Ich mag gut und würdevoll behandelt werden. In jeder Situation. Wie können wir alle aktiv dazu beitragen, solche traurigen Zeiten gut zu überstehen? Es ist ein Erfahrungsaustausch über den Umgang mit Trauer und den Möglichkeiten der persönlichen, individuellen Trauerfeier. Und übrigens: Totensonntag geht auch anders.

Referentin: Gaby Fischer

Freitag, 21. Oktober 2022

🕒 18.00 bis 20.00 Uhr 🏠 Hospiz Café oder Seminarraum

Anmeldung

„Raus aus dem Alltag“ – Gebärden und Rituale zur Einstimmung und Regeneration

Der Kopf ist voll mit Alltag – und in einer Stunde soll ich für einen bedürftigen Menschen da sein? Es gilt ein Bewusstsein zu entwickeln, dass Hospizarbeit ebenso wie das Begleiten eines Menschen auf seinem letzten Lebensweg zu einem großen Teil aus „nicht Handeln“ besteht. Eine hohe Präsenz beim Zuhören ist notwendig und ein Empfinden für das, „was hinter den Dingen liegt“. Um empathisch zuhören und Intuition zulassen zu können, ist eine gut entwickelte Empfindungsfähigkeit für das eigene Wohlbefinden hilfreich. Mit Bewegung, Musik, aber auch in der Stille erkunden wir, welche Rituale für jeden Einzelnen hilfreich sind zur Einstimmung auf eine Begegnung oder zur eigenen Regeneration.

Referentin: Margaretha Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 7. Juli 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr

Samstag, 22. Oktober 2022

🕒 09.00 bis 12.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Stille-Vormittag

„Das was du suchst, sucht dich.“ Franz von Assisi

Für alle, die sich einen halben Tag für sich Zeit nehmen wollen. Die Stille ist der Raum, der sich öffnet, wenn wir zur Ruhe kommen. Wir brauchen diese Ruhe und diesen Frieden, um wieder bei uns selbst anzukommen. Wir brauchen diese Ruhe, um unser Herz zu öffnen und um in Kontakt zu kommen mit all den wunderbaren Dingen, die uns das Leben schenkt. Sich in ein Kloster zurückzuziehen ist eine Möglichkeit. Das ist nicht immer und nicht für alle machbar. Gemeinsames Gehen, Körperübungen, Tee trinken, einen schönen Garten bewusst erleben, Kontemplation und durchgehendes Schweigen können zu einer bereichernden Erfahrung werden, die in unserem Alltag zu einer wertvollen Stütze werden kann.

Referentin: Angelika Bais

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Kursgebühr: 25,00 Euro

Weiterer Termin: Samstag, 26. März 2022, 09.00 bis 12.00 Uhr

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. übernimmt Hospiz Ulm e.V. die Kosten.

Sonntag, 23. Oktober 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

Beginne, verändere, atme durch und genieße.

Die Welt mit feineren Sinnen wahrnehmen. Vom Glück des Riechens. Wird der Geruchssinn verwöhnt, stärkt dies Geist, Seele und Körper. In den wohlduftenden ätherischen Ölen verdichtet sich die Seele der Pflanzen. Wir nutzen diese gebündelte, naturreine Kraft der Heilpflanzen und mischen uns Wegbegleitungs-Sprays für unsere momentane Situation.

Referentin: Marianne Duckek

Kursgebühr: 15,00 Euro

Anzahl Teilnehmende: mindestens 8 Personen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an. Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Montag, 24. Oktober 2022

🕒 14.30 bis 16.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Keine Angst vor fremden Tränen!“

... so lautet der Titel eines Buchs von Chris Paul – Leiterin des Trauerinstituts Deutschland, Trainerin und Fachautorin. In Zeiten der Trauer fällt es oft schwer, die richtigen Worte zu finden, herauszufinden, was der oder die Trauernde gerade braucht und was wir tun können, um mit Nahestehenden gut umzugehen. Wir wollen Ihnen Informationen und Erfahrungen weitergeben, wie Sie trauernden Freund*innen und Angehörigen begegnen können, Ihre Fragen beantworten, einige Impulse anbieten und Bezug auf das Buch von Chris Paul nehmen.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Mittwoch, 16. Februar 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr

Montag, 24. Oktober 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

„Palliative Begleitung und Pflege bei Menschen mit Amyotropher Lateralsklerose (ALS)“

Die Pflege ALS-Erkrankter wird häufig als aufwändig und schwierig beschrieben. Der Vortrag soll über mögliche Ursachen dafür und die sehr spezielle Pflege ALS-Kranker informieren und eine Hilfestellung anbieten. Dieser Vortrag richtet sich an Pflegendе, pflegende Angehörige und Interessierte.

Referentin: Almut Holdik

Anzahl Teilnehmende: mindestens 5 Personen

Dienstag, 25. Oktober 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Ein Brief für Mama – ein Abend über Kindertrauer

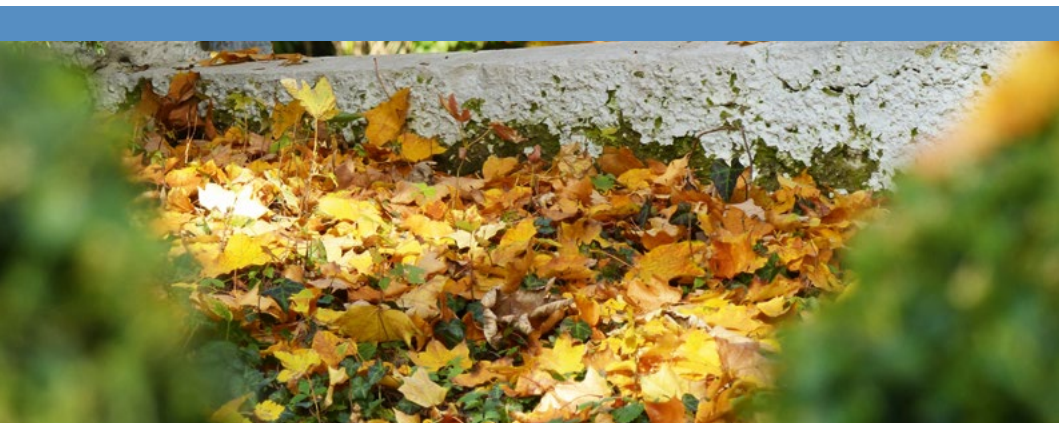
„Wenn ich ganz traurig bin, schreibe ich Mama einen Brief, dann geht es mir wieder besser.“ Wie trauern Kinder? Welche Vorstellungen haben Sie vom Tod? Und wie können wir sie in ihrer Trauer gut begleiten? Rituale sind eine gute Möglichkeit, der*м Verstorbenen einen Platz im eigenen Leben zu geben. Sie spielen eine wichtige Rolle in der Trauerarbeit – gerade auch bei Kindern. Der Abend informiert über Kindertrauer und gibt kreative Impulse und Anregungen zum Umgang mit trauernden Kindern.

Referent*innen: Nicola Glaubach, Ulrike Schmidt-Bommas

Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktaten finden Sie auf Seite 5.



Donnerstag, 27. Oktober 2022

🕒 17.30 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Trauerseminar „Mit den Sinnen unterwegs“ (4 Abende)

In unserer Trauergruppe wollen wir uns an 4 Abenden dem Thema Trauer widmen. Der Tod eines nahestehenden Menschen löst die Routine auf und führt dabei oft zu Verunsicherung und Ratlosigkeit. In der Trauerzeit möchten wir Möglichkeiten für ein „neues“ Leben miteinander erkunden. Wir begleiten Sie mit Informationen, Gesprächen, Impulsen, Zeiten der Stille und Achtsamkeit, in einer geschützten Atmosphäre.

Anmeldung: a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Anette Schwämmle

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Weitere Termine: 10. November 2022, 24. November 2022, 8. Dezember 2022, jeweils donnerstags von 17.30 bis 19.30 Uhr

Die Termine können nicht einzeln belegt werden.

Samstag, 29. Oktober 2022

🕒 10.30 bis 13.30 Uhr 🏠 Seminarraum und Hospiz Café

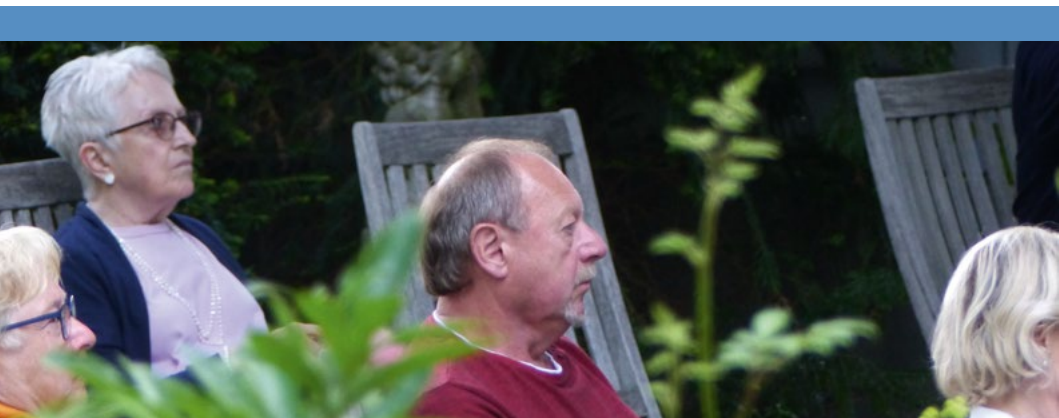
Anmeldung

Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 19.

Anmeldungen: a.mueller-goetz@hospiz-ulm.de oder
u.schmidt-bommas@hospiz-ulm.de

Weitere Termine: 12. Februar 2022, 14. Mai 2022, 16. Juli 2022, jeweils samstags
10.30 bis 13.30 Uhr



Sonntag, 6. November 2022

🕒 10.30 bis 11.45 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Yoga für die Seele: aus der Innerlichkeit in die Bewegung – aus der Bewegung in die Kraft (4 Termine)

Es gibt Momente und Zeiten in unserem Leben, da geht es uns nicht gut, vieles ist dunkel und die Hoffnung scheint in weiter Ferne. Die ausgewählten Yoga Übungen zu den jeweiligen Themen, tun gut und überfordern nicht. Da es manchmal sehr schwerfällt, sich zu einer körperlichen Aktivität zu motivieren, wenn wir emotionale und trauernde Zeiten durchleben, bieten wir diese Möglichkeiten an. Die sanften Bewegungen des Körpers können helfen zu mehr Leichtigkeit im Innen und auch im Außen zu finden. Wir wollen gemeinsam versuchen, die Welt wieder ein klein wenig bunter werden zu lassen. Die vier Vormittage richten sich an Menschen, die sich in Trauer befinden. Für die sanften Übungen sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung, in der man sich wohlfühlt und in der man sich etwas dehnen kann und 1 Matte, 1 Decke und 1 Kissen.

Referent*innen: Simone Heisig, Andrea Müller-Götz

Anzahl Teilnehmende: maximal 8 Personen

Weitere Termine: 13. November 2022, 20. November 2022, 27. November 2022, jeweils sonntags von 10.30 bis 11.45 Uhr

Die Termine können nicht einzeln belegt werden.

Dienstag, 8. November 2022

🕒 14.00 bis 15.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Was passiert beim Sterben? Information und Austausch für Angehörige und Begleitende.

Welche körperlichen Veränderungen finden statt? Welche Symptome können auftreten? Leiden lindern am Lebensende – was können Angehörige unterstützend tun, was sollten sie wissen, um gut begleiten zu können und nicht verunsichert zu sein? Wie wichtig sind Flüssigkeit und Nahrung?

Referentin: Almut Holdik

Weiterer Termin: Donnerstag, 10. Februar 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr



Dienstag, 8. November 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Hospiz Ulm 📅 Kursgebühr

Anmeldung

Aromapflege im Hospiz

Aromapflege ist Körper-, Geist- und Seelenpflege mit 100 Prozent naturreinen ätherischen und fetten Pflanzenölen, sowie den daraus zusammengestellten Aromapflegeprodukten und Hydrolaten. Aromapflege ist in ihren Anwendungsformen sehr umfangreich und schafft viele Möglichkeiten zur Linderung von Symptomen und Unterstützung von Schwerstkranken und Sterbenden. Dazu braucht es Wissen über Anwendung und Wirkung von Aromapflegeölen und Aromapflegemischungen. Dieses Seminar vermittelt einen Einblick in die Welt der ätherischen Öle und ihrer praktischen Anwendung.

Referentin: Ulrike Kuhn-Menz

Kursgebühr: 10,00 Euro

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Dienstag, 29. März 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V. gilt die Veranstaltung als Fortbildung und ist kostenfrei.

Mittwoch, 9. November 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Das Hospiz Ulm stellt sich vor

Im Hospizhaus Ulm sind alle ambulanten und stationären Angebote unter einem Dach vereint. Ein Vortrag mit vielen Bildern vermittelt Interessierten einen Einblick in das Haus und unsere Arbeit. Welche Hilfen Hospiz Ulm bieten kann und wie ambulante Begleitungen und die Aufnahme in das Stationäre Hospiz geregelt sind, erfahren Sie bei dieser Veranstaltung.

Referentin: Claudia Schumann

Weitere Termine: Mittwoch, 23. Februar 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr,

Dienstag, 26. April 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, Donnerstag, 29. September 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr

Montag, 14. November 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 12. Dezember 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 15. November 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022 und 13. Dezember 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Dienstag, 15. November 2022

🕒 19.00 bis 20.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Rituale und Intuition: Begleiter durch das Leben

Was sind Rituale und wozu sind sie nützlich? Rituale begleiten uns durch das ganze Leben. Am Lebensende und in der Begleitung Sterbender können sie uns eine Stütze sein. Intuition – was ist das? Wie lerne ich, auf sie zu hören? Wann setzte ich sie ein? Insbesondere in der Begleitung Sterbender kann uns die Intuition führen. Wie passt Intuition zu Ritualen? Zwei Palliativ-Krankenschwestern berichten von ihren langjährigen Erfahrungen über ihre Arbeit im Stationären Hospiz. Dabei spielt die Intuition eine wichtige Rolle. Rituale werden zur Begleitung und auch zur Bewältigung des Abschiednehmens immer wieder als Hilfe eingesetzt. Wir möchten Erfahrungen austauschen und herausfinden, ob und mit welchen Ritualen wir bereits leben und wie diese unser Leben beeinflusst. Wie können wir diesen Schatz bewusst bei der Begleitung Sterbender einsetzen?

Referent*innen: Angelika Bais, Almut Holdik

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 10 Personen

Weiterer Termin: Dienstag, 15. Februar 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr

Donnerstag, 17. November 2022

🕒 19.30 bis 20.45 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

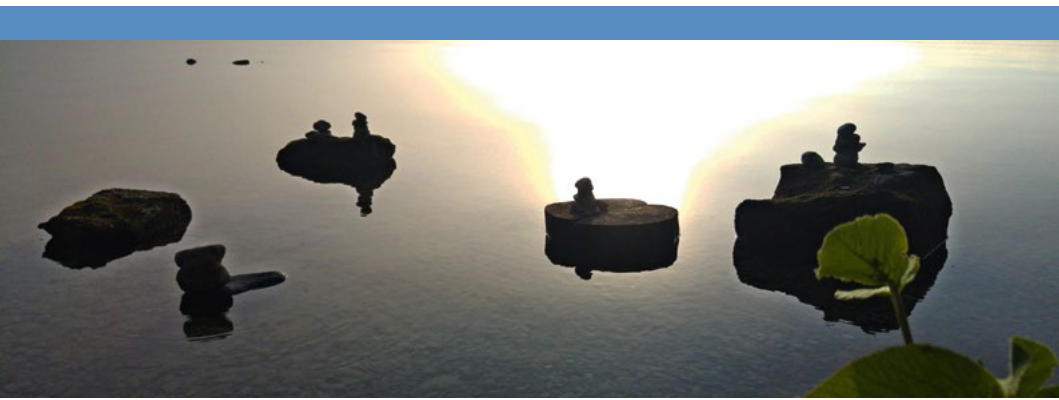
Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Weitere Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Kursgebühr: 10,00 Euro

Weitere Termine: 13. Januar 2022, 3. Februar 2022, 3. März 2022, 14. April 2022, 22. September 2022, jeweils donnerstags von 19.30 bis 20.45 Uhr

Der Besuch einzelner wie auch fortlaufender Termine ist möglich.



Samstag, 19. November 2022

🕒 11.00 bis 12.45 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Mit allen Sinnen spielerisch lernen – Klangschalen entdecken. Für Kinder zwischen 5 bis 10 Jahren, in Begleitung eines Erwachsenen

Durch das Anspielen der Klangschalen lernen Kinder ihre Sinneswahrnehmung zu stärken, ihre Konzentration zu fördern und gleichzeitig spielerisch zur inneren Ruhe zu finden. Gerade Kinder finden sehr schnell Gefallen am Experimentieren mit den Klangschalen. Ihre Fantasie und Kreativität werden angeregt und neu entdeckt. Nicht zuletzt kann damit auch die Eltern-Kind-Beziehung intensiviert und gestärkt werden. Bitte mitbringen: leichte Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Referentin: Ilona Fried

Anzahl teilnehmende Kinder: 4 bis 7 Kinder, zuzüglich Begleitpersonen

Montag, 21. November 2022

🕒 17.00 bis 18.30 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Warum nur? – Informationen zum Thema Suizid

Wenn ein nahestehender Mensch unerwartet stirbt, sind wir oft aus unserem seelischen Gleichgewicht geworfen und müssen uns in andere, neue Lebensumstände einfinden. Wenn der Tod aber nicht nur unerwartet, sondern zudem absichtlich erfolgt ist, erleben wir das als besonders belastend. Denn bei keiner anderen Todesart stellt sich die Frage so sehr nach dem „Warum?“. Wir wollen Ihnen Informationen zu Suizid und Hintergründe zu Suizidalität geben. Gemeinsam werden wir uns der Frage nach dem „Warum?“ ein Stück weit annähern.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Dienstag, 17. Mai 2022, 15.00 bis 16.30 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.



Dienstag, 22. November 2022

🕒 14.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Seminarraum 💰 Kursgebühr

Anmeldung

„Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Grundwissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe bei sterbenden Menschen. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können und wie wir bei der Linderung helfen können. Ebenfalls sprechen wir darüber, wie man Abschied nehmen kann und betrachten unsere Möglichkeiten und Grenzen. Andrea Müller-Götz ist Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin (BVT) und Koordinatorin für den Ambulanten Hospizdienst. Axel Schaudé leitet das Stationäre Hospiz Ulm und ist Palliative Care Fachkraft.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Axel Schaudé

Kursgebühr: 15, 00 Euro

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 20 Personen

Weitere Termine: Mittwoch, 9. Februar 2022, 9.30 bis 12.30 Uhr, Donnerstag, 5. Mai 2022, 17.00 bis 20.00 Uhr

Dienstag, 22. November 2022

🕒 18.00 bis 19.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Die heilsame Kraft von Meditation und Begegnungen bei der Sterbebegleitung

Sind „Sterbengeschichten“ „heillose Geschichten“? „Allen Menschen wird zuteil Gottes Heil“ – eine Zusage? Gilt sie nur für Gesunde? Wer sich auf die Suche nach Heil bei Sterbebegleitungen macht, erlebt Überraschungen. Heilsame Begegnungen bei der Sterbebegleitung und innere Prozesse beim Meditieren haben spannende Gemeinsamkeiten. Vergleichen Sie an diesem Abend eigene Erfahrungen und Erlebnisse mit Tod und Sterben, mit Reflexionen aus der Seelsorge des katholischen Klinikseelsorgers und Meditationsbegleiters Richard Müntst.

Referent: Richard Müntst

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Freitag, 25. November 2022

🕒 18.30 bis 20.30 Uhr 🏠 Hospiz Café

Anmeldung

Der Ton macht die Musik – Lieder zum Mitsingen

Sie singen gerne, möchten sich aber keinem Chor anschließen? An diesem Abend geben wir Gelegenheit, gemeinsam Lieder mit Gitarrenbegleitung zu singen „die jede*r kennt“: Von deutschen Wander-, Volks- oder Abendliedern, einfachen Kanons, Taizéliedern bis zu, je nach Wunsch, Liedermachern (z. B. Reinhard Mey oder den Beatles). Ziel ist nicht das Einstudieren eines Programms, sondern dem Spaß am Singen in der Gemeinschaft Raum zu geben. Im Tönen von Vokalen können wir neue Klangräume in uns entdecken. Wenn Sie Lust haben, zu singen, zu tönen oder auch zuzuhören, ohne besonderen Anspruch an Ihre eigene Sangeskunst oder die von anderen Menschen, dann sind Sie hier richtig.

Referent*innen: Margaretha Zipplies, Thomas Zipplies

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 15 Personen

Weiterer Termin: Freitag, 29. April 2022, 18.30 bis 20.30 Uhr

Samstag, 26. November 2022

🕒 15.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung

Inspiration – Schreiben Meine persönliche Weihnachtsgeschichte

In Erinnerungen an die eigene Kindheit, an geliebte Menschen, an Traditionen, an besondere Erlebnisse, wollen wir versuchen, Gedanken in Worte zu fassen. Daraus kann ein ganz besonderes Geschenk werden, für uns selbst oder für andere. Wir spielen in Poesie und Prosa mit der Methodik des kreativen Schreibens, die uns hilft, Sprache und Gedanken frei und lebendig zu nutzen und einzusetzen.

Referentinnen: Almut Holdik, Marion Weidenfeld

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Donnerstag, 1. Dezember 2022

🕒 19.30 bis 20.30 Uhr 🏠 Hospiz Café  ehrenrunde

Anmeldung

Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm

Wir stellen Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten vor, sich im Rahmen des Hospizvereins zu engagieren. Sie haben die Gelegenheit, das Haus mit seinen Diensten kennenzulernen und sich über die Vorbereitung zur Hospizhelferin/zum Hospizhelfer zu informieren.

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß

Anzahl Teilnehmende: mindestens 8 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 30. Juni, 2022, 10.00 bis 11.00 Uhr

Sonntag, 4. Dezember 2022

🕒 15.00 bis 17.00 Uhr 🏠 Hospiz Café und Seminarraum

Anmeldung**Weihnachten ohne dich**

Wir laden Sie herzlich zum 2. Advent ein. Der Nachmittag richtet sich an Familien, Erwachsene, Kinder und Jugendliche, die Weihnachten mit gemischten Gefühlen entgegensehen. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir überlegen, was hilfreich sein kann, um diese Zeit der Trauer gut zu begehen und zu gestalten. Mit Impulsen, Ritualen und kreativen Angeboten wollen wir die vorhandenen Ressourcen stärken. Kaffee und weihnachtliches Gebäck stimmen uns auf Weihnachten ein.

Referent*innen: Nicola Glaubach, Andrea Müller-Götz, Ulrike Schmidt-Bommas**Anzahl Teilnehmende:** mindestens 10 Personen**Mittwoch, 7. Dezember 2022**

🕒 17.30 bis 19.00 Uhr 🏠 Seminarraum

Anmeldung**Das Lebensende zuhause**

Studien belegen immer wieder, dass die meisten Menschen nach wie vor den Wunsch haben, zuhause sterben zu können. Doch die gesellschaftlichen Veränderungen zeigen zum einen eine Zunahme an Singlehaushalten und zum anderen eine Zunahme an Hochaltrigen, so dass dieser Wunsch Angehörige unmittelbar betrifft. Für die Versorgung bis zum Tod zuhause braucht es also in der Regel mehrere Beteiligte. Wo immer das Zuhause ist, ob in einem Wohnheim für behinderte Menschen, einem ambulant betreuten Wohnen, einer Einrichtung für Senior*innen oder im privaten Zuhause, möchten wir mit folgenden Fragen ins Gespräch kommen: Wann ist es überhaupt soweit? Gibt es einen „besten“ Sterbeort? Wann ist jemand „Palliativpatient“? Welche Beratungs- und Hilfsangebote gibt es für das Lebensende zuhause?

Referent*innen: Andrea Müller-Götz, Imogen Saß**Anzahl Teilnehmende:** 6 bis 12 Personen**Weiterer Termin:** Donnerstag, 17. Februar 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr**Freitag, 9. Dezember 2022**

🕒 15.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Hospiz Ulm

Anmeldung**Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist**

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 17.

Weitere Termine: 4. Februar 2022, 6. Mai 2022, 23. September 2022, jeweils freitags von 15.00 bis 18.00 Uhr

Seit 2021 können Sie sich direkt auf unserer Website anmelden:
www.ulmer-hospiz-akademie.de



Montag, 12. Dezember 2022

🕒 17.00 bis 19.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 12.

Weitere Termine: 10. Januar 2022, 14. Februar 2022, 7. März 2022, 11. April 2022, 23. Mai 2022, 20. Juni 2022, 25. Juli 2022, 12. September 2022, 10. Oktober 2022, 14. November 2022, jeweils montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

Dienstag, 13. Dezember 2022

🕒 16.00 bis 18.00 Uhr 🏠 Kreativraum

Anmeldung

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf Seite 13.

Weitere Termine: 18. Januar 2022, 15. Februar 2022, 15. März 2022, 12. April 2022, 10. Mai 2022, 21. Juni 2022, 19. Juli 2022, 20. September 2022, 18. Oktober 2022 und 15. November 2022, jeweils dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltungen an.
Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

Jahresübersicht

Januar bis Dezember 2022

Januar 2022

Montag, 10. Januar 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 12
Donnerstag, 13. Januar 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr Entspannung und Meditation mit Klangschalen	Seite 12
Dienstag, 18. Januar 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 13
Mittwoch, 19. Januar 2022, 14.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
Donnerstag, 20. Januar 2022, 09.30 bis 11.30 Uhr Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern	Seite 13
Donnerstag, 27. Januar 2022, 10.30 bis 12.00 Uhr Das Kaleidoskop des Trauerns	Seite 14
Samstag, 29. Januar 2022, 10.00 bis 14.00 Uhr Wachse über Dich hinaus – mit kreativem Denken leidenschaftlicher leben	Seite 14
Sonntag, 30. Januar 2022, 17.00 Uhr Ein Korb voller Geschichten	Seite 15

Februar 2022

Dienstag, 1. Februar 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr „Stimmt jetzt meine Ahnung, oder stimmt sie nicht?“	Seite 15
Donnerstag, 3. Februar 2022, 10.30 bis 12.00 Uhr Gefühle – Bewegen	Seite 16
Donnerstag, 3. Februar 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr Entspannung und Meditation mit Klangschalen	Seite 16
Freitag, 4. Februar 2022, 15.00 bis 18.00 Uhr Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist	Seite 17
Dienstag, 8. Februar 2022, 15.00 bis 16.30 Uhr Habe ich eine Wahl...?	Seite 17
Mittwoch, 9. Februar 2022, 09.30 bis 12.30 Uhr „Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens	Seite 18
Donnerstag, 10. Februar 2022 Tag der Kinderhospizarbeit	Seite 18



Donnerstag, 10. Februar 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Was passiert beim Sterben? Information und Austausch für Angehörige und Begleitende.	Seite 18
Samstag, 12. Februar 2022, 10.30 bis 13.30 Uhr Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien	Seite 19
Montag, 14. Februar 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 19
Dienstag, 15. Februar 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 20
Dienstag, 15. Februar 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr Rituale und Intuition: Begleiter durch das Leben	Seite 20
Mittwoch, 16. Februar 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr „Keine Angst vor fremden Tränen!“	Seite 21
Donnerstag, 17. Februar 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr Das Lebensende zuhause	Seite 21
Dienstag, 22. Februar 2022, 18.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
Mittwoch, 23. Februar 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr Das Hospiz Ulm stellt sich vor	Seite 22
Donnerstag, 24. Februar 2022, 18.30 bis 20.00 Uhr Hospizgespräche: Männer trauern nicht!?	Seite 22

März 2022

Donnerstag, 3. März 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr Entspannung und Meditation mit Klangschalen	Seite 23
Samstag, 5. März 2022, 14.00 bis 18.00 Uhr Einführung im Umgang mit Klangschalen	Seite 23
Montag, 7. März 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 23
Dienstag, 8. März 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr Erfolgreich Energie tanken	Seite 24
Donnerstag, 10. März 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Demenz: ein langer Abschied	Seite 24
Samstag, 12. März 2022, 11.00 bis 17.00 Uhr Unsere innere Bühne	Seite 25



Dienstag, 15. März 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 25
---	----------

Mittwoch, 16. März 2022, 14.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
--	---------

Donnerstag, 17. März 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr „Verborgene Kräfte wecken“. Schnaufst Du noch oder atmest Du schon?	Seite 26
--	----------

Samstag, 19. März 2022, 14.30 bis 17.00 Uhr Kreative Wege in der Trauer Kunstatelier für trauernde Kinder von 5 bis 11 Jahren	Seite 26
--	----------

Dienstag, 22. März 2022, 19.00 bis 20.00 Uhr Dienstags treffe ich mich mit Tina – wie arbeitet der Kinder- und Jugendhospizdienst?	Seite 27
--	----------

Mittwoch, 23. März 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr Hospizliche Begleitung für Menschen mit geistiger Behinderung	Seite 27
--	----------

Donnerstag, 24. März 2022, 15.00 Uhr Ethik Café – „Wollen Sie Ihre Mutter wirklich verhungern lassen?“	Seite 28
--	----------

Samstag, 26. März 2022, 09.00 bis 12.00 Uhr Stille-Vormittag	Seite 29
--	----------

Dienstag, 29. März 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Aromapflege im Hospiz	Seite 29
--	----------

April 2022

Dienstag, 5. April 2022, 18.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
--	---------

Donnerstag, 7. April 2022, 09.30 bis 11.30 Uhr Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern	Seite 30
---	----------

Freitag, 8. April 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr Hospizgespräche: Macht Krankheit Sinn?	Seite 30
--	----------

Montag, 11. April 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 30
---	----------

Dienstag, 12. April 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 31
--	----------

Donnerstag, 14. April 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr Entspannung und Meditation mit Klangschalen	Seite 31
---	----------

Dienstag, 26. April 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr Das Hospiz Ulm stellt sich vor	Seite 31
Donnerstag, 28. April 2022, 19.30 bis 21.00 Uhr Das Lächeln am Fuße der Bahre Sterben, Trauer und Humor	Seite 32
Freitag, 29. April 2022, 18.30 bis 20.30 Uhr Der Ton macht die Musik – Lieder zum Mitsingen	Seite 32

Mai 2022

Dienstag, 3. Mai 2022, 17.00 bis 20.00 Uhr „Geborgen im Klang“ Lieder – Mantren – Klänge, die die Seele berühren	Seite 33
Donnerstag, 5. Mai 2022, 17.00 bis 20.00 Uhr „Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens	Seite 33
Freitag, 6. Mai 2022, 15.00 bis 18.00 Uhr Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist	Seite 34
Sonntag, 8. Mai 2022, 10.30 bis 12.30 Uhr Waldbaden	Seite 34
Dienstag, 10. Mai 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 34
Mittwoch, 11. Mai 2022, 14.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
Donnerstag, 12. Mai 2022, 18.00 bis 19.30 Trauer in der Musik – wie Komponisten ihren Schmerz in Töne fassen	Seite 35
Freitag, 13. Mai 2022, 17.00 bis 20.00 Uhr Inspiration – Schreiben – Freitag der 13.	Seite 35
Samstag, 14. Mai 2022, 10.30 bis 13.30 Uhr Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien	Seite 36
Dienstag, 17. Mai 2022, 15.00 bis 16.30 Uhr Warum nur? – Informationen zum Thema Suizid	Seite 36
Samstag, 21. Mai 2022, 10.00 bis 17.00 Uhr „Ich höre was, was du nicht sagst.“ Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg	Seite 37
Sonntag, 22. Mai 2022, 10.00 bis ca. 18.00 Uhr Hospizwege 2022	Seite 39

Montag, 23. Mai 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Seite 40

Juni 2022**Mittwoch, 1. Juni 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr**

Gefühle – Bewegen

Seite 40

Donnerstag, 2. Juni 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr

Perspektivwechsel – Münsterbesteigung

768 Stufen, um dem Himmel ein Stück näher zu sein

Seite 41

Montag, 20. Juni 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Seite 41

Dienstag, 21. Juni 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren

Seite 41

Dienstag, 21. Juni 2022, 18.00 Uhr

Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Seite 9

Sonntag, 26. Juni 2022, 16.00 Uhr

„Aller guten Dinge sind drei..." – Märchenstationen für alle Sinne.

Für Kinder ab 6 Jahren mit einer Begleitperson

Seite 42

Donnerstag, 30. Juni 2022, 10.00 bis 11.00 Uhr

Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm

Seite 42

Juli 2022**Donnerstag, 7. Juli 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr**

„Stimmt jetzt meine Ahnung, oder stimmt sie nicht?"

Seite 43

Donnerstag, 7. Juli 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr

„Raus aus dem Alltag" – Gebärden und Rituale

zur Einstimmung und Regeneration

Seite 43

Mittwoch, 13. Juli 2022, 14.00 Uhr

Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Seite 9

Donnerstag, 14. Juli 2022, 09.30 bis 11.30 Uhr

Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern

Seite 44

Samstag, 16. Juli 2022, 10.30 bis 13.30 Uhr

Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer..."

ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien

Seite 44



Dienstag, 19. Juli 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren Seite 44

Montag, 25. Juli 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren Seite 45

August 2022

Sommerpause in der ulmer hospiz akademie, es finden keine Veranstaltungen statt.

September 2022

Montag, 12. September 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr

Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren Seite 45

Dienstag, 13. September 2022, 18.00 Uhr

Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung Seite 9

Donnerstag, 15. September 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr

„Verborgene Kräfte wecken“. Schnaufst Du noch oder atmest Du schon? Seite 45

Freitag, 16. September 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr

Hospizgespräche: Die schwere Erkrankung und deren Grenzen. Wie leben mit der eigenen oder der schweren Erkrankung eines nahestehenden Menschen? Seite 46

Dienstag, 20. September 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr

Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren Seite 46

Donnerstag, 22. September 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr

Entspannung und Meditation mit Klangschalen Seite 47

Freitag, 23. September 2022, 15.00 bis 18.00 Uhr

Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist Seite 47

Dienstag, 27. September 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr

Hospizgespräche: Jenseitsvorstellungen von Christen und Muslimen
„Ein Leben nach dem Tod? Worauf hoffen Christen und Muslime?“ Seite 47

Donnerstag, 29. September 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr

Das Hospiz Ulm stellt sich vor Seite 48

Oktober 2022

Samstag, 1. Oktober 2022, 14.30 bis 17.00 Uhr

Kreative Wege in der Trauer
Kunstatelier für trauernde Kinder von 5 bis 11 Jahren Seite 48



Dienstag, 4. Oktober 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Demenz: ein langer Abschied	Seite 49
Freitag, 7. Oktober 2022, 10.00 bis 12.00 Uhr Perspektivwechsel – Münsterbesteigung 768 Stufen, um dem Himmel ein Stück näher zu sein	Seite 49
Samstag, 8. Oktober 2022, 10.00 bis 17.00 Uhr EIN SEMINAR. ZUM TOD LACHEN	Seite 49
Sonntag, 9. Oktober 2022, 11.00 bis 18.00 Uhr Unterwegs sein – ein Sonntag für trauernde Familien	Seite 50
Montag, 10. Oktober 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 50
Dienstag, 11. Oktober 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr Habe ich eine Wahl...?	Seite 50
Mittwoch, 12. Oktober 2022, 14.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
Donnerstag, 13. Oktober 2022, 18.30 bis 20.00 Uhr Hospizgespräche: Männer trauern nicht!?	Seite 51
Freitag, 14. Oktober 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr „Zeiten der Trauer: Wenn aller Sinn verloren scheint...“	Seite 51
Montag, 17. Oktober 2022, 17.00 bis 18:45 Uhr „Hätt' ich doch nur was gesagt oder getan...!“ – Zivilcourage lernen: Mut zur Vielfalt und den inneren Werten	Seite 52
Montag, 17. Oktober 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr Zusammenarbeit gestalten – Palliativstation Universitätsklinikum Ulm und Hospiz Ulm	Seite 52
Dienstag, 18. Oktober 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 53
Mittwoch, 19. Oktober 2022, 10.00 bis 11.30 Uhr Trauer bei Menschen mit geistiger Behinderung	Seite 53
Mittwoch, 19. Oktober 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr Das Kaleidoskop des Trauerns	Seite 53
Donnerstag, 20. Oktober 2022, 09.30 bis 11.30 Uhr Endlich ich-Stunden für mich. Ein Vormittag für Eltern von lebensverkürzt oder lebensbedrohlich erkrankten Kindern	Seite 54
Donnerstag, 20. Oktober 2022, 18.30 bis 19.30 Uhr Ruhe in Frieden – oder nicht? Ein unterhaltsamer Vortrag rund um die Trauerfeier, der alle was angeht.	Seite 54

Freitag, 21. Oktober 2022, 18.00 bis 20.00 Uhr „Raus aus dem Alltag“ – Gebärden und Rituale zur Einstimmung und Regeneration	Seite 54
Samstag, 22. Oktober 2022, 09.00 bis 12.00 Uhr Stille-Vormittag	Seite 55
Sonntag, 23. Oktober 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Beginne, verändere, atme durch und genieße.	Seite 55
Montag, 24. Oktober 2022, 14.30 bis 16.00 Uhr „Keine Angst vor fremden Tränen!“	Seite 56
Montag, 24. Oktober 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Palliative Begleitung und Pflege bei Menschen mit Amyotropher Lateralsklerose (ALS)	Seite 56
Dienstag, 25. Oktober 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr Ein Brief für Mama – ein Abend über Kindertrauer	Seite 56
Donnerstag, 27. Oktober 2022, 17.30 bis 19.30 Uhr Trauerseminar „Mit den Sinnen unterwegs“ (4 Abende)	Seite 57
Samstag, 29. Oktober 2022, 10.30 bis 13.30 Uhr Familientrauersamstag – „ich packe meine Koffer...“ ein ressourcenorientierter Samstagvormittag für trauernde Familien	Seite 57

November 2022

Sonntag, 6. November 2022, 10.30 bis 11.45 Uhr Yoga für die Seele: aus der Innerlichkeit in die Bewegung – aus der Bewegung in die Kraft	Seite 58
Dienstag, 8. November 2022, 14.00 bis 15.30 Uhr Was passiert beim Sterben? Information und Austausch für Angehörige und Begleitende.	Seite 58
Dienstag, 8. November 2022, 18.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9
Dienstag, 8. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Aromapflege im Hospiz	Seite 59
Mittwoch, 9. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Das Hospiz Ulm stellt sich vor	Seite 59
Montag, 14. November 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 59
Dienstag, 15. November 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 60

Dienstag, 15. November 2022, 19.00 bis 20.30 Uhr Rituale und Intuition: Begleiter durch das Leben	Seite 60
Donnerstag, 17. November 2022, 19.30 bis 20.45 Uhr Entspannung und Meditation mit Klangschalen	Seite 60
Samstag, 19. November 2022, 11.00 bis 12.45 Uhr Mit allen Sinnen spielerisch lernen – Klangschalen entdecken. Für Kinder zwischen 5 bis 10 Jahren, in Begleitung eines Erwachsenen	Seite 61
Montag, 21. November 2022, 17.00 bis 18.30 Uhr Warum nur? – Informationen zum Thema Suizid	Seite 61
Dienstag, 22. November 2022, 14.00 bis 17.00 Uhr „Letzte Hilfe Kurs“ – einander beistehen am Ende des Lebens	Seite 62
Dienstag, 22. November 2022, 18.00 bis 19.30 Uhr Die heilsame Kraft von Meditation und Begegnungen bei der Sterbebegleitung	Seite 62
Freitag, 25. November 2022, 18.30 bis 20.30 Uhr Der Ton macht die Musik – Lieder zum Mitsingen	Seite 63
Samstag, 26. November 2022, 15.00 bis 18.00 Uhr Inspiration – Schreiben. Meine persönliche Weihnachtsgeschichte	Seite 63

Dezember 2022

Donnerstag, 1. Dezember 2022, 19.30 bis 20.30 Uhr Informationsveranstaltung zur ehrenamtlichen Mitarbeit bei Hospiz Ulm	Seite 63
Sonntag, 4. Dezember 2022, 15.00 bis 17.00 Uhr Weihnachten ohne dich	Seite 64
Mittwoch, 7. Dezember 2022, 17.30 bis 19.00 Uhr Das Lebensende zuhause	Seite 64
Freitag, 9. Dezember 2022, 15.00 bis 18.00 Uhr Zeitinseln – ein Nachmittag für Kinder und Jugendliche in deren Familien jemand schwer erkrankt ist	Seite 64
Montag, 12. Dezember 2022, 17.00 bis 19.00 Uhr Jugendtrauergruppe für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren	Seite 65
Dienstag, 13. Dezember 2022, 16.00 bis 18.00 Uhr Alles ist jetzt anders – Kindertrauergruppe für Kinder von ca. 6 bis 11 Jahren	Seite 65
Mittwoch, 14. Dezember 2022, 14.00 Uhr Informationsveranstaltungen zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Seite 9



Referent*innen Programm 2022

Angelika Bais, Fachkrankenschwester für Palliativpflege

Miriam Brenner, Clown, Schauspielerin, Musikerin, Hospizhelferin, Bestatterin

Marianne Duckek, ehrenamtliche Mitarbeiterin

Helma Dzial-Dienstmann, Dipl. Pädagogin, Heilpraktikerin (Psychotherapie),
Familientherapeutin, Gestalttherapeutin

Martin Enz, evangelischer Klinikseelsorger

Gaby Fischer, Freie Rednerin, Autorin, Erlebnis-Gästeführerin, Kursleiterin für Waldbaden

Ilona Fried, Fachkrankenschwester für Palliativpflege

Nicola Glaubach, Dipl.-Sozialpädagogin

Alfred Gerhards, Globo, Trainer für Körpersprache, Kommunikation,
Kreativität und Humor

Friederike Haar, Dipl.-Psychologin, Psychoonkologin, Systemische Therapeutin,
Familientherapeutin, Friedensfachkraft

Arunga Heiden, Musikerin, Sängerin, Komponistin, Klangtherapeutin

Simone Heisig, Yogalehrerin

Almut Holdik, Fachkrankenschwester für Palliativpflege

Dorothea Kleinknecht, Demenzberaterin

Gertraud Koellner, ehrenamtliche Mitarbeiterin, Leiterin Hospiz Chor

Ute Kürzinger, Erzieherin & Märchenerzählerin

Ulrike Kuhn-Menz, Krankenschwester, Aromapraktikerin

Joachim Lode, ehrenamtlicher Mitarbeiter

Dr. Regine Mayer-Steinacker, Vorsitzende Hospiz Ulm e. V., Leiterin Palliativstation
Uni Ulm

Elisabeth McAvinue, ehrenamtliche Mitarbeiterin

Andreas Meyer, katholischer Klinikseelsorger

Andrea Müller-Götz, Trauerbegleiterin (BVT),
Dipl.-Sozialpädagogin, systemische Paarberaterin

Richard Münst, Pastoralreferent, katholischer Klinikseelsorger

Regina Rieger, ehrenamtliche Mitarbeiterin, Trauerbegleiterin

Romy Rinder-Beisenwenger, Kunstpädagogin, Trauerbegleiterin



Susanne Rudolph, Musikjournalistin

Emre Sahin, muslimischer Theologe

Imogen Saß, Dipl.-Sozialarbeiterin, Krankenschwester

Axel Schaudé, Leitung Stationäres Hospiz Ulm, Palliative Care Fachkraft

Reinhardt Schlüter, ehrenamtlicher Mitarbeiter

Adelheid Schmidt, Trainerin und Coach (Gewaltfreie Kommunikation)

Ulrike Schmidt-Bommas, Dipl.-Sozialpädagogin

Claudia Schumann, Geschäftsleiterin, Dipl.-Sozialpädagogin, Sozialwirtin

Anette Schwämmle, ehrenamtliche Mitarbeiterin

Rudi Seifert, ehrenamtlicher Mitarbeiter

Marion Weidenfeld, Regisseurin, SchauspielerIn, Bildungsreferentin der ulmer hospiz akademie

Susanne Weigl, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Margaretha Zipplies, ehrenamtliche Mitarbeiterin, Atempädagogin

Thomas Zipplies

... und weitere ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz Ulm e.V.



Ausblick

Im vorliegenden Programm finden Sie eine facettenreiche Auswahl an Vorträgen, Seminaren und Veranstaltungen, die sich an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger richtet. Das Jahresprogramm für 2023 erscheint Ende 2022. Aktuelle Termine oder kurzfristige Änderungen finden Sie während des Jahres auch unter www.ulmer-hospiz-akademie.de.

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt: Hospiz Ulm e. V., Marion Weidenfeld

Lektorat, Gestaltung: openminded, Inhaberin Ursi Zambrino Ulm/Hamburg

Fotos: Miriam Brenner, Gerald Feger, Globo, Erich Herrmann, Marion Weidenfeld, Andreas Wemheuer

September 2021, Änderungen vorbehalten

Die abgebildeten Fotos sind teilweise vor der Corona-Pandemie entstanden.





Hospiz Ulm e. V.

Seit 1991 ist das Hospiz Ulm Lebensort für Sterbende und ihre Angehörigen aus der Region Ulm/Neu-Ulm und Alb-Donau-Kreis. Hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten und unterstützen schwerkranke Menschen, ihre Angehörigen, Freundinnen und Freunde in der Zeit des Abschiednehmens und der Trauer. Unsere Dienste haben stets den Menschen und seine Bedürfnisse im Blick und umfassen:

Ambulanter Hospizdienst

Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen.

Stationäres Hospiz

Ganzheitliche, achtsame und liebevolle Behandlung und Pflege.

Nächtliche Begleitungen

Nächtliche Unterstützung zuhause und in stationären Einrichtungen.

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst

Begleitung für Familien mit einem schwerstkranken Kind oder Familienmitglied.
Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche.

Trauerbegleitung

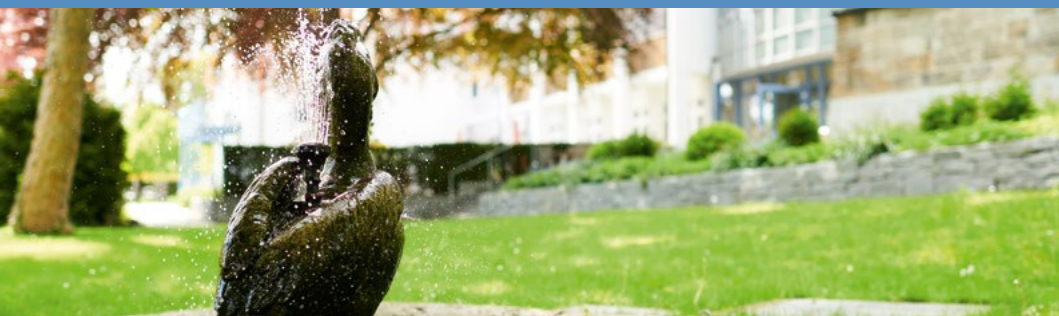
Trauercafé, Kontaktstelle für Abschiednehmende und Trauernde.

Beratung

Palliativberatung, psychosoziale Beratung, Trauerberatung und Vorsorgeberatung.

Hospiz Ulm e.V. wurde 1992 in Ulm gegründet und ist als gemeinnütziger und mildtätiger Verein anerkannt (VR 1247). Der Verein ist politisch und konfessionell unabhängig. Die Leistungen sind kostenfrei. Alle Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht.

Die Ulmer Hospiz Akademie lädt alle  von  ein,
das Hospiz  und die Veranstaltungen zu besuchen.



So finden Sie das Hospizhaus Ulm

Mit dem Auto

Vom Bahnhof kommend fahren Sie entlang der Olgastraße und biegen nach etwa 400 m links ab in die Frauenstraße. Fahren Sie über die Karlstraße weiter auf der Frauenstraße. Links haltend kommen Sie in die Schwabstraße. Am Ende der Schwabstraße sehen Sie links den Carport von Hospiz Ulm. Rechts davon führt ein Stufenweg direkt zu unserem Haus in der Lichtensteinstraße 14/2.

Mit dem öffentlichen Nahverkehr

Bus Linie 7, Haltestelle Schillerhöhe, über einen öffentlichen Fußweg rechter Hand kommen Sie direkt zum Haupteingang an der Lichtensteinstraße.

Hospiz Ulm e. V. ist auf ehrenamtlich Mitarbeitende sowie auf freiwillige Zuwendungen angewiesen. Zur dauerhaften Sicherstellung der Arbeit ist Ihre Mitgliedschaft willkommen.

Spendenkonto IBAN: DE17 6305 0000 0000 2867 83

Sparkasse Ulm SWIFT-BIC: SOLADES1ULM