

# Unterstützung für Einzelne und Familien bei schwerer Krankheit und Trauer





»Man stirbt wie man lebt;  
das Sterben gehört zum Leben,  
nicht zum Tod.«

Ludwig Marcuse, Philosoph

## Hospizarbeit in Potsdam

Der Hospiz- und Palliativberatungsdienst Potsdam trägt zur Verwirklichung der Hospiz-Idee bei. Der Hospizdienst gehört zur Palliativen Versorgung und bietet schwerkranken und sterbenden Menschen an, sie zu Hause und in stationären Einrichtungen unterstützend zu begleiten.

Die kostenfreie Begleitung durch unseren ambulanten Hospizdienst beinhaltet:

### **Angebote unserer ausgebildeten Ehrenamtlichen:**

- regelmäßige *Besuche* durch eine feste Bezugsperson: für Schwerkranken und Sterbende sowie deren Angehörige, menschliche Zuwendung, Gespräche und (Frei-)Zeitgestaltung
- *Begleitungen*, damit pflegende Angehörige für ein paar Stunden die Wohnung verlassen können
- Begleitungen in Krankenhäusern, Pflegeheimen und anderen Einrichtungen
- *Gesprächsangebote* für Angehörige

### **Angebote unserer Koordinator\*innen aus dem Hospiz- und Palliativberatungsdienst:**

- telefonische und persönliche *Beratung*
- Beratung zu *Palliative Care* – schmerzlindernder Versorgung und Symptomkontrolle - für pflegende Angehörige und soziale Einrichtungen
- *Vermittlung* zu anderen Fachdiensten (wie spezialisierten Palliativ-Pflegediensten, Schmerztherapeuten/SAPV-Ärzten)
- Beratung von Familien, in denen ein Elternteil schwer erkrankt ist

Darüber hinaus bieten wir regelmäßig *Informationen* zu unserer Beratungsstelle und unserer Hospizarbeit an:

- *offene Informationsveranstaltungen* zur Hospizarbeit
- *Vorträge und Fortbildungen* über unsere Arbeit (auf Anfrage)

## Trauerbegleitung

Abschiede, Verluste, Sterben, Tod und Trauer sind natürlich und begleiten uns auf unserem ganzen Lebensweg. Trotzdem fällt vielen Menschen der Umgang mit diesen Lebensthemen sehr schwer, weil sie es nicht gelernt und geübt haben.

Tauernden Menschen fehlt deshalb im sozialen Umfeld häufig ein einfühlsames Gegenüber, welches sie in ihrer Trauer sehen und begleiten kann. Und auch sie selbst fühlen sich oft „nicht richtig“, weil sie nicht wie gewohnt „funktionieren“.

Dabei ist es ganz normal, dass man trauert, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist. Trauer ist keine Krankheit. Trauer ist die natürliche und gesunde Reaktion auf einen wichtigen Verlust und hilft diesen zu verstehen, zu verarbeiten und in das eigene Leben zu integrieren. Jeder Mensch besitzt die angeborene Fähigkeit zu trauern und einen Trauerprozess zu durchleben. Jeder Mensch trauert anders und geht seinen eigenen individuellen Trauerweg.

Die Beratungsstelle für Trauernde beim Hospiz- und Palliativberatungsdienst Potsdam unterstützt und begleitet trauernde Kinder, Jugendliche, Erwachsene sowie Familien auf ihrem individuellen Trauerweg – einzeln oder in einer Trauergruppe – durch ausgebildete haupt- und ehrenamtliche Trauerbegleiter\*innen.

Trauen Sie sich zu trauern!  
Und melden Sie sich bitte gerne bei uns.

trost

als ich weinte  
in deinen armen  
hast du nicht  
versucht, meine tränen zu stillen  
du hast mich festgehalten,  
damit ich weiter  
weinen konnte  
als allein.

so  
hast du mir geholfen.

Hans-Curt Flemming



## Weiterleben – Café für Trauernde

Unser Trauercafé ist ein offenes Angebot für alle, die nach dem Tod eines lieben Menschen einen Ort suchen, an dem sie mit ihrer Trauer sein können. In diesem geschützten Raum sind trauernde Menschen mit all ihren Gefühlen und Fragen herzlich willkommen. Das Trauercafé bietet die Möglichkeit anderen trauernden Menschen zu begegnen, von ihren Erfahrungen in der Trauerzeit zu hören und sich untereinander auszutauschen. Dieses Angebot wird von zwei ehrenamtlichen Trauerbegleiter\*innen begleitet. Jeden 2. und 4. Montag im Monat von 17 bis 19 Uhr. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

## Trauerangebote für Kinder, Jugendliche und Familien

entnehmen Sie bitte unserem gesonderten Flyer, unserer Homepage oder rufen Sie uns gerne an.

## Sonntagsangebote für Trauernde

Einmal im Monat sonntags laden wir trauernde Menschen zu jeweils unterschiedlichen Aktivitäten mit anderen Trauernden ein. Mit einem Frühstück gemeinsam in den Sonntag starten, bei einem Spaziergang zusammen in Bewegung kommen oder gemeinsam Kochen und zu Mittag essen. Dieses Angebot wird von zwei ehrenamtlichen Trauerbegleiter\*innen begleitet. Die aktuellen Termine und jeweiligen Aktivitäten entnehmen Sie bitte unserer Homepage oder rufen Sie uns gerne an. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

## Thematische Trauergruppen nach Bedarf

## Einzeltrauerbegleitung nach Absprache



## Die Hospiz-Idee

»Hospitium« (lateinisch) heißt »Herberge« oder auch »Gastfreundschaft«.

In einer Gesellschaft, in der Sterben, Tod und Trauer weitgehend verdrängt werden, will die Hospizbewegung »Herberge« sein für Menschen am Ende ihres Lebens.

Ziel der Hospizarbeit ist es, besonders auf die Wünsche und Bedürfnisse schwerkranker und sterbender Menschen einzugehen:

- auf die sozialen Wünsche, z. B. nicht allein gelassen zu werden.
- auf die körperlichen Wünsche, z. B. nicht unter Schmerzen leiden zu müssen.
- auf die psychischen Wünsche, z. B. unerledigte Dinge zu regeln.
- auf die spirituellen Wünsche, z. B. Gespräche über den Sinn von Leben und Tod zu führen.

## Ehrenamtliche Hospizhelfer\*innen gesucht

Für die wichtige Aufgabe der Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen sowie deren Angehöriger suchen wir immer wieder ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen.

Wenn Sie Interesse haben, sich unserem Team anzuschließen, bieten wir Ihnen:

- intensive Vorbereitung auf die Begleitung von sterbenden Menschen und ihren Angehörigen
- eine kontinuierliche Begleitung während Ihrer Einsätze in Form von regelmäßig stattfindenden Gruppenabenden / Supervisionen von Fachkräften
- regelmäßige Seminare und Fortbildungen
- eine Unfall- und Haftpflichtversicherung durch unseren Träger

Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Team zu begrüßen!



## Unterstützen Sie den ehrenamtlichen Einsatz unserer Hospizhelfer\*innen!

Ein ständig wachsender Kreis an Mitarbeiter\*innen und Mitarbeitern ist beim Hospiz- und Palliativberatungsdienst Potsdam ehrenamtlich engagiert und widmet sich den Bedürfnissen der sterbenden Menschen und ihrer Angehörigen.

Ohne dieses ehrenamtliche Engagement wäre die qualifizierte und einfühlsame Begleitung der Menschen in diesem schwierigen Abschnitt des Lebens nicht möglich.

Mit Ihrer Zuwendung können wir die ehrenamtlichen Hospizhelfer\*innen in der Trauerbegleitung spezifisch weiterbilden oder ihre Aufwendungen, wie zum Beispiel Fahrtkosten, erstatten.

## Unser Spendenkonto

Hoffbauer-Stiftung

IBAN DE74 3506 0190 0000 0056 57

BIC GENODED1DKD

Bank KD Bank eG

Kennwort Ehrenamt

Wir freuen uns über Ihre Mithilfe!



## KONTAKT UND ANMELDUNG

Hospiz- und Palliativberatungsdienst Potsdam

Hermannswerder 2

14473 Potsdam

Telefon: 0331 62 00 250

[info@hospizdienst-potsdam.de](mailto:info@hospizdienst-potsdam.de)

[trauer@hospizdienst-potsdam.de](mailto:trauer@hospizdienst-potsdam.de)

[www.hospizdienst-potsdam.de](http://www.hospizdienst-potsdam.de)

In Trägerschaft der  
Hoffbauer-Stiftung  
Hermannswerder 7  
14473 Potsdam  
Telefon: 0331 2313 - 100  
[www.hoffbauer-stiftung.de](http://www.hoffbauer-stiftung.de)

In Kooperation mit  
Malteser Hilfsdienst e.V.  
Alt-Lietzow 33  
10587 Berlin  
Telefon: 030 348 003 - 01  
[www.malteser-berlin.de](http://www.malteser-berlin.de)

