

14. Koblenzer Hospiztag

Online: info@hospizinkoblenz.de
Fax: 02 61/57 93 79-9

Anmeldeschluss: 24.08.2024

Hiermit melde ich mich zum 14. Koblenzer Hospiztag an:

Name, Vorname

Funktion

Straße

PLZ/Ort

Telefon/E-Mail

Den Teilnahmebetrag von 40,- Euro überweisen Sie bitte **vorab** mit dem Stichwort „Hospiztag“ und Ihrem Namen auf das Konto des Koblenzer Hospizvereins e.V., Sparkasse Koblenz, IBAN: DE77 5705 0120 0046 0015 33.

Für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen des Koblenzer Hospizvereins e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Eine Rückerstattung des Betrages bei einer Stornierung externer Teilnehmer ist nicht möglich.

Ort/Datum

Unterschrift



Bildungscampus Koblenz

David-Roentgen-Straße 10, 56073 Koblenz
(Parkplätze finden Sie in den umliegenden Straßen)

Veranstalter

Koblenzer Hospizverein e.V.
Hohenzollernstraße 18, 56068 Koblenz
Telefon: 02 61/57 93 79-0
Fax: 02 61/57 93 79-9
www.hospizinkoblenz.de



Koblenzer Hospizverein e.V.



14. Koblenzer Hospiztag

Du wirst gebraucht,
so wie du bist



Selbstfürsorge und Selbstvertrauen
in der Hospizarbeit

6. September 2024
Bildungscampus Koblenz

Titelbild: AdobeStock_87221401

Referenten und Vorträge



Gabi Rimmele

Unsere Key-Referentin Gabi Rimmele ist Diplom-Sozialarbeiterin und war viele Jahre in der supervisorischen Beratung tätig. Seitdem unterstützt sie Menschen beim Loslassen von materiellem wie emotionalem Ballast und auf ihrer Suche nach Leichtigkeit.

Vortrag: Selbstfürsorge in der Hospizarbeit

Hospizarbeit ist eine sehr herausfordernde Arbeit, die uns mit unserem Menschsein, unserer eigenen Verletzlichkeit und Sterblichkeit intensiv in Berührung bringt. Verlustgefühle und Trauer wollen gefühlt und bearbeitet werden. Vielleicht stellen wir uns die Frage nach dem Sinn des Lebens und danach, was uns selbst ausmacht. Möglicherweise regen sich angesichts der Unausweichlichkeit des Todes bisweilen auch Selbstzweifel: Was kann ich mit meiner Arbeit überhaupt ausrichten? Ist das, was ich geben kann, genug?

Ein zentraler Faktor im Umgang mit Sterbenden ist die eigene Menschlichkeit. Wie aber kann ich mir meine Menschlichkeit und mein Mitgefühl auch unter schwierigen Arbeits- und Rahmenbedingungen und angesichts des unabwendbaren Sterbens bewahren?

Menschen, die in der Hospizarbeit haupt- oder ehrenamtlich tätig sind, müssen gut für sich sorgen, um diese intensiven Erfahrungen verarbeiten zu können und die eigene Resilienz zu stärken. Dieser Vortrag gibt Denkansätze zur Stärkung der persönlichen Selbstfürsorge. Eine gute Selbstfürsorge hilft dabei, angesichts dieser herausfordernden Arbeit dennoch Zufriedenheit, Leichtigkeit und Lebensfreude zu fühlen und zu leben.

Vortrag mit Workshopcharakter: Mit Leichtigkeit zur Lebensfreude

Unsere heutige global vernetzte Welt und leistungsorientierten, verdichteten Alltagswelten bringen vielfältige und komplexe Aufgaben mit sich, die von jedem

Referenten und Vorträge

Menschen individuell bewältigt werden müssen. Ob wir diese eher als Herausforderung empfinden oder als Belastung, hängt unter anderem mit unseren persönlichen Prägungen zusammen.

Wie können wir mit belastenden Themen anders umgehen, sodass sich unser Leben leichter anfühlt und Freude daraus entspringt? Wie können wir Wohlwollen für uns selbst und für andere entwickeln und im Alltag leben? Was bedeuten Glück und Lebensfreude für jeden einzelnen? Die Referentin regt dazu an, sich eigener Wünsche und Vorstellungen bewusst zu werden und leitet eine Übung an, wie die eigene innere Balance immer wieder austariert und im Leben umgesetzt werden kann.



Dr. Peter Helmling

Unser zweiter Referent ist Dr. Peter Helmling – 66 Jahre, verheiratet, Vater von zwei erwachsenen Söhnen. Im ersten Hauptberuf Internist, im zweiten war er Diakon im Bistum Trier. Seit 2021 im „Unruhezustand“, seit diesem Jahr bei uns im Ehrenamt tätig.

Vortrag: Umwege im Leben – Zeitverschwendung oder Glück?

Das Thema Authentizität spielte schon sehr früh eine zentrale Rolle im Leben von Dr. Peter Helmling. „Authentisch leben“ bedeutet unter anderem für ihn, sich auf Umwege einzulassen, wenn es notwendig ist.

Umwege erfordern autonome Entscheidungen, diese können auch einmal sehr schmerzhaft sein. Deshalb braucht es ein stabiles Umfeld, welches einem bei der Umsetzung neuer Ideen unterstützt.

Ob Umwege Zeitverschwendung sind oder zu einem Mehr an innerer Freiheit, Zufriedenheit und Authentizität führen, kann man nur in der Rückblende verstehen.

Programm

bis 10 Uhr	Come together
10:00 Uhr	Begrüßung Ina Rohlandt, Geschäftsführerin Koblenzer Hospizverein e.V.
10:10 Uhr	Grußworte des Schirmherrn Ingo Schneider, Dezernent für Bildung und Kultur der Stadt Koblenz
10:20 Uhr	Musikalische Einstimmung Orchester der LTS Lohmann Therapie-Systeme AG
10:30 Uhr	Vorstellung der Referentin und des Referenten Ina Rohlandt
10:40 Uhr	Vortrag: Selbstfürsorge in der Hospizarbeit Gabi Rimmele
11:45 Uhr	Austausch zum Vortrag
12:00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen (vegetarisch)
13:00 Uhr	Vortrag mit Workshopcharakter: Mit Leichtigkeit zur Lebensfreude Gabi Rimmele
14:30 Uhr	Kaffeepause
15:00 Uhr	Vortrag: Umwege im Leben – Zeitverschwendung oder Glück? Dr. Peter Helmling
15:30 Uhr	Austausch zum Vortrag
15:45 Uhr	Ende der Veranstaltung
