

## Grundseminar

Grundseminar "Lebensbegleitung für Sterbende" für alle interessierten Bürger, die sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer auseinandersetzen wollen

### Es gibt viele verschiedene Gründe, warum der Einzelne dieses möchte:

- die eigenen Eltern werden alt und man möchte sich auf die Zeit des Verabschiedens vorbereiten
- im Familien-, Freundes- oder Verwandtenkreis gibt es Menschen, die auf das Sterben zugehen
- man ist persönlich von einer lebensverkürzenden Krankheit betroffen
- man möchte sich mit den großen Fragen des Lebens auseinandersetzen
- man möchte sich auf die ehrenamtliche Mitarbeit als Hospizbegleiter/-in vorbereiten (1. Baustein)

Diese Grundseminare finden regelmäßig 2-mal im Jahr an verschiedenen Orten im Landkreis Traunstein statt. So sollen alle Interessenten die Möglichkeit haben, mit möglichst geringem Aufwand teilnehmen zu können.

### Ziele des Grundseminars sind:

- Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit
- Entwicklung einer eigenen Haltung zu den Themen Sterben, Tod und Trauer
- Sicherheit im Umgang mit schwerstkranken und sterbenden Menschen entwickeln
- Unterstützungsmöglichkeiten für Schwerstkranke, Sterbende und Trauernde kennenlernen

Die Teilnehmer lernen die verschiedenen Aspekte der Sterbebegleitung kennen. Durch die Annäherung an die eigene Endlichkeit, die eigenen Abschiede und Verluste kann erspürt werden, ob die eigene Trauer erkannt wird um fähig zu sein, auch fremde Trauer zu begleiten. Durch erfahrene Fachreferenten wird aufgezeigt, wie es möglich ist, auf die verschiedenen Bedürfnisse schwerstkranker und sterbender Menschen einzugehen. Dadurch kann das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zur Sterbebegleitung wachsen und gefestigt werden.

Das Seminar will die Teilnehmer/-innen zur bewussten Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer einladen und dazu anleiten. Dadurch kann eine Vorstellung von den Bedürfnissen schwerkranker Menschen, Sterbender und deren Angehörigen entstehen.

Dabei geht es nicht um die Erteilung von "Verhaltenstipps", sondern darum, auf die eigenen Erfahrungen und Erlebnisse der Teilnehmer aufzubauen. Deshalb ist neben den Vorträgen auch Raum für Gespräche und Erfahrungsaustausch.

### Themen des Grundseminars sind:

- die Hospiz-Idee und ihre Umsetzungsformen
- Einführung in die partnerzentrierte Gesprächsführung
- Umgang mit der eigenen Endlichkeit
- Von der heilsamen Kraft der Trauer
- Seelsorge im Umfeld von Sterbenden
- Palliative Care - Schmerztherapie und Symptomkontrolle
- Vorsorgeplanung für Alter, Unfall oder Krankheit
- Vorbereitung und Begleitung im AHD
- Das Grundseminar findet an 8 Montagen von 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr statt.

### Das nächste Grundseminar findet statt, im

**Pfarrheim Hl. Kreuz**  
**Schlossstraße**  
**83278 Traunstein**  
**vom 13.März – 22. Mai.2023**

#### Teilnehmerzahl:

begrenzt auf 20 Personen

#### Kosten:

70 € / 105 € für Ehepaare

#### Anmeldung:

Katholisches Kreisbildungswerk Traunstein, Tel. [0861 69495](tel:086169495)

Eine Teilnahme ist nur am ganzen Kurs, nicht an einzelnen Abenden möglich.

