

Der Weg des Lebens ist begrenzt

Hospizgruppe Cuxhaven mit einem reichen Angebot in der Trauerbegleitung

Die Hospizgruppe Cuxhaven der Diakonie Cuxland ist im Stadtgebiet Cuxhavens mit den umliegenden Ortschaften Altenbruch, Lüdingworth, Altenwalde, Oxstedt, Arensch, Berensch und auf der Insel Neuwerk tätig.

50 Personen sind aktuell in der Gruppe. „Die Nachfrage nach Hospizbegleitung ist sehr groß. 10 bis 15 Mitglieder können wir noch gut gebrauchen“, sagt Diakon Jörg Peters. „Ab dem nächsten Jahr werden wir selber in unseren Räumen in der Kasernenstraße 1 ausbilden.“

Angebote für Trauernde und pflegende Angehörige

Sechs Ehrenamtliche und eine zukünftige Mitarbeiterin der Hospizgruppe Cuxhaven trafen sich mit Diakon Jörg Peters zu einer Gesprächsrunde, um sich über bewährte und neue Trauerangebote auszutauschen.

Ein neues Trauerangebot ist in der Planung

Die bewährte **Spielgruppe** und **Atempause** werden noch bis zum Jahresende 2025 angeboten und ab 2026 neue Ideen entwickelt, um den Veränderungen im Gemeinwesen Rechnung zu tragen.

Am Mittwoch, 11. Februar 2026, um 17 Uhr startet einmal im Quartal: **Das Trauerkaleidoskop**. Ein vielseitiges Programm, das die Möglichkeit bietet, kreativ mit Fragen zur Trauerverarbeitung umzugehen. Ganz wichtig gehört dazu, miteinander zu reden. „Wir warten ab, wer sich angesprochen fühlt“, sagt eine Mitarbeiterin. „Ideen haben wir genug.“



Der **Ankerplatz** findet jeden 1. Mittwoch im Monat von 19 - 21 Uhr statt. Dies ist ein offener Trauertreff, jeder Trauernde ist herzlich willkommen und kann ohne Anmeldung zum kostenfreien Angebot kommen. Der gemeinsame Austausch am Abend gibt auch Berufstätigen die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Der Abend bietet Trauernden die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen und ihre Gedanken und Gefühle auszutauschen. Die nächsten Termine: 01.10.; 05.11.; 03.12.2025

Das **Trauercafé** ist ebenfalls ein offenes Angebot. Jeden 3. Sonntag im Monat können Trauernde in den Räumen der Tagespflege Mobicur (Eingang Terrasse), Wagnerstraße 22, 27474 Cuxhaven, von 15 bis 17 Uhr sich für 3 Euro zum Kaffee und Kuchen einfinden. Dieses Angebot ist immer heiß begehrt und dient auch dazu, dass sich Gäste untereinander vernetzen. Manche Menschen wachsen heraus, andere kommen nach, ist die Erfahrung

der Hospizmitarbeitenden. Für Rollstuhl und Rollator zugänglich; Parkplätze befinden sich vor dem Haus. Die nächsten Termine: 19.10.; 16.11.; 14.12.2025

Die **Männerkochgruppe** für bis zu 6 trauernde Männer findet einmal im Quartal zu unregelmäßigen Terminen, meistens

Weitere Informationen

unter Tel.: 04721-5109255 oder
www.hospizgruppe-cuxhaven.de

Gesprächsrunde einiger MitarbeiterInnen der Hospizgruppe
Vorne v.l.n.r.: Angelika Paul, Ulla Heubeger, Christin Fechner
Hinten v.l.n.r.: Sonja Böhm, Jörg Peters, Jutta Smith, Monika Schade, Agnes Ummartz

Foto: Holli Giesack

mittwochs, im Café Löwenzahn, Am Altenbrucher Markt 6, 27478 Cuxhaven-Altenbruch, von 18 bis 22 Uhr unter der Leitung von Stefan Brandes statt.

Kochkenntnisse sind nicht erforderlich. Es ist eine Gelegenheit, sich Zeit zu nehmen, Rezepte auszuprobieren, Geselligkeit zu genießen und füreinander da zu sein. Traditionen und Ritualen nachzugehen, sind immer mit Erinnerungen verbunden. Sie wecken Gefühle und Gedanken, die man in der Gesellschaft teilen kann.

Waldbaden für Trauernde und pflegende Angehörige findet jeweils dienstags gegen Ende des Monats von 10 bis 12 Uhr statt, (außer im Januar, Juli und Dezember). Mit Übungen, wie Thai

Chi und Chi Gong kann im Wald tief durchgeatmet werden, sodass die Atemwege frei sind und man die Empfindungen mit nach Hause nehmen kann. Man sieht den Wald aus einer anderen Perspektive. In der Begegnung mit Bäumen, kann man das Wesentliche im Leben entdecken. Bäume zeigen, dass wir an Verwundungen aus Grenzsituationen im Leben wachsen können – so kann neue Hoffnung im Leben entstehen. Treffpunkt: Am Lohmsmoor, 27476 Cuxhaven-Sahlenburg. Nächste Termine: 23.09.; 28.10.; 25.11.2025.

Die **Trauerbank** mitten in der Stadt am Holstenplatz ist am 1. und 3. Dienstag von April bis Oktober von 14 bis 15.30 Uhr mit einer Mitarbeitenden der Hospizgruppe Cuxhaven besetzt. Für trauernde Mitmenschen ist sie als Trost-Gesprächsbank eine Möglichkeit, sein Herz nach dem Motto Trauer leben – Trost geben, auszuschütten. Ein QR-Code an der Bank zeigt nähere Informationen. Da die Bank gut angenommen wird, wird überlegt, eine zweite Bank im Bereich des Friedhofs aufzustellen.

Trauer beginnt schon vor dem Tod. Trauerbegleitung hat einen gesundheitsfördernden Aspekt. Für Menschen in außergewöhnlichen und stark belastenden Trauersituationen ermöglicht die Hospizgruppe auch Einzel-Trauerbegleitung. Diakon Jörg Peters wird als Koordinator den Kontakt zu den jeweiligen ehrenamtlichen Trauerbegleitern herstellen.

Trauertage mit bestimmten Themen, wie zum Beispiel am Samstag, 15. November, von 10 bis 16 Uhr, sind Treffen die der Seele guttun. Angeboten werden Meditation, Tanzen, Kreatives und gemeinsames Essen. Die Impulse kommen von der Hospizgruppe, wie das Thema Brücken. Was bedeuten Brücken; Sprüche über Brücken und mehr. Angedacht sind außerdem Murrengruppen, Gedenkbretter und Gedenktafeln.

Eine **feste Trauergruppe** über mehrere Wochen mit unterschiedlichen Themen kann nur mit Anmeldung, fester Zusage und mindestens 6 Teilnehmern stattfinden.