





VORWORT

Liebe Mitglieder und Freunde des Ambulanten Hospizes Oberhausen,

im März haben wir den 25. Geburtstag unseres Hospizvereins gefeiert. Der digitale Hospiztag am 5.3.22 hat einen spannenden Rückblick auf unser Entstehen und Wachsen mit nun 700 Mitgliedern und 200 ehrenamtlichen Sterbebegleiter:innen gegeben. Mit diesem Hospizbrief möchten wir zugleich die ausgeschiedene Koordinatorin Rafaela Schmitz und die ausgeschiedenen Vorstandsmitglieder Rudolf Heinichen und Michael Schröder verabschieden und uns für die lange engagierte Mitarbeit bedanken. Mit der Koordinatorin Pia Roos und der leitenden Koordinatorin Stefanie Hübers begrüßen wir zwei neue Mitarbeiterinnen; wir freuen uns zudem, dass mit Ellen Maus eine neue Schatzmeisterin in den ehrenamtlichen Vorstand berufen werden konnte. Mitgliederversammlung und Sommerfest werden wegen der Pandemie im Spätsommer stattfinden.

Das Sterben ins Leben zurückzuholen ist Anliegen der Hospizbewegung. Die Begleitung sterbender Menschen kann helfen, den letzten Abschnitt des Lebens in Würde so zu gestalten, wie es sich die Menschen wünschen. Auf den Weg gemacht haben sich die Bürger:innen der Gesellschaft. Unsere Bürgerbewegung bleibt geprägt von Menschenliebe, Ehrenamt und Unabhängigkeit. Bei Anfragen spielt es keine Rolle, ob die Betroffenen einer Religion oder Kirche angehören, in welchem Krankenhaus oder Pflegeheim sie liegen und wo sie versichert sind. Unsere Hilfe ist kostenlos. Wir kommen nach Hause und überall hin.

Die Hospizbewegung hat in unserem Land und in unserer Stadt schon vieles bewegt. Ihnen allen sei für Hilfe und Unterstützung in schwierigen Zeiten herzlich gedankt. Vieles ist aber noch zu tun. Sie können uns dabei helfen.

Heute verheißt das "Glückauf" des Ruhrgebiets auch Hoffnung auf friedvollere Tage für unseren Kontinent. Angefügt habe ich ein englischsprachiges Gedicht, das unserer Welt mit wenigen Worten unendlich viel Hoffnung schenkt.

Ihr Prof. Dr. Claus Niederau

"HOPE" IS THE THING WITH FEATHERS

"Hope" is the thing with feathers – That perches in the soul – And sings the tune without the words – And never stops – at all –

I've heard it in the chillest land – And on the strangest Sea – Yet – never – in Extremity, It asked a crumb – of me.

Emily Dickinson, 1830-1886



EIN LEBEN MIT DEM TOD

Annamarie Krajger war ehrenamtliche Sterbebegleiterin im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. der ersten Stunde. 25 Jahre ist das her. Im Mai 2022 liegt sie selbst – schwerkrank – im stationären Hospiz und wird dort regelmäßig von einer Sterbebegleiterin aus unserem Hospiz besucht. Unser Redakteur Michael Bokelmann war dabei.

Es ist wahrlich ihr Zimmer im stationären Hospiz St. Vinzenz Pallotti in Oberhausen. Zahllose Fotos hängen über ihrem Bett, gerahmte Bilder sind in Sichtweite, im Schrank Bücher und Ordner, auf der Fensterbank Blumen und kleine Engel. Annamarie Krajger (86) ist nun seit einigen Monaten hier. Mal geht es ihr etwas besser, mal schlechter. Der Tag unseres Gespräches gehört zu den guten. Wir unterhalten uns über ihre vielen Jahre als ehrenamtliche Sterbebegleiterin im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. und über das Hier und Jetzt. Mit dabei ist Brigitte Dymarkowski (53). Sie vertritt sozusagen die nächste Generation der Sterbebegleiterinnen – ein viertel Jahrhundert nach Krajgers Einstieg ins Ehrenamt.

BESONDERE STRAHLKRAFT

Die Mitarbeiterin des stationären Hospizes kommt ins Zimmer und gibt Annamarie Krajger ein kleines Gläschen mit einer Flüssigkeit. Sie greift mit zittrigen Händen danach und führt es – begleitet von der anderen Hand – langsam an ihren Mund. Die Atmosphäre im Zimmer ist ruhig und entspannt, draußen fährt ein Bus vorbei, und dann erzählt sie ein paar Worte, hält inne, sucht nach dem gerade noch fassbaren Gedanken, bricht mitten im Satz wieder ab und erklärt sich: "Ich muss immer stottern und weiß das alles nicht mehr richtig. Ich muss ganz stark überlegen, was ich damals alles gemacht habe." Sie hatte in den zurückliegenden 25 Jahren bereits zahlreiche Krebserkrankungen, aber im Gegensatz dazu strahlt dieser Krebs bereits in den Rücken und in den Kopf. Nicht nur im Wissen um die Schwere ihrer Erkrankung ist die Strahlkraft dieser Frau nahezu umwerfend. Sie blickt Brigitte Dymarkowski freundlich an, während diese ihre Hände massiert und dabei Krajgers Leben skizziert.



MIT HAUT UND HAAREN

Aus der ehemaligen DDR stammt sie, hat dort eine Ausbildung zur Krankenschwester gemacht und kam noch vor der Wiedervereinigung in den Westen. Zwei Töchter, eine geschiedene Ehe, die große Liebe zu ihrem Beruf und eine weitere zur Literatur. "Sie hat ihr ganzes Leben aufgeschrieben. Die Bücher stehen auch hier im Hospiz-Schrank," weiß Dymarkowski. Auch am Tag unseres Gesprächs liegt auf ihrem Bettnachtschrank ein Buch über das kreative Schreiben. Sie hat seit Monaten nicht mehr zum Stift gegriffen, aber die Lust am Wort ist etwas Grundsätzliches, das für immer bleibt. So wie ihre Hingabe für das Ehrenamt. Damals, als sie noch auf der anderen Seite der Begleitung saß, war sie mit Haut und Haaren dabei, war einst Teil des ersten Qualifizierungskurses und anschließend ein höchst engagierter Teil des jungen Teams der Sterbebegleiterinnen. "Annamarie Krajger war eher zurückhaltend und zugleich äußerst feinsinnig. Dabei war sie mit ganzem Herzen ehrenamtlich tätig und hat alles stehen und liegen lassen, um einem Menschen zu helfen," erinnert sich die damalige Koordinatorin Rafaela Schmitz.







KRAFT IM GLAUBEN

In den Jahrzehnten ihres Ehrenamts hat sie wohl 100 Menschen im Sterben begleitet. Darunter waren auch viele stille Sitzwachen und noch mehr aktive Begleitungen über einen längeren Zeitraum. Und nun wird sie selbst begleitet, im Wissen um die greifbare Endlichkeit. Macht ihr das keine Angst?

»Nein, absolut nicht. Ich fühle mich hier sehr behütet und bin durch meinen Glauben in Sicherheit.«

So schwer ihr die meisten Worte fallen, diesen Gedanken formuliert sie strahlend und blickt einen Moment beinahe bestätigend ihre hospizliche Begleitung Brigitte Dymarkowski an. Diese hält die ganze Zeit die Hand der 86-jährigen. Die beiden sind seit 2020 ein echtes Team, haben sich zahllose Stunden unterhalten und lernten sich so gegenseitig kennen. "Ihr Wunsch war es damals, dass jemand zu ihr nach Hause kommt, bevor die Krankheit weiter fortschreitet. Und das haben wir auch gemacht. Wir haben uns ganz viel erzählt, haben uns kennengelernt, wir sind viel spazieren gegangen und haben uns auch immer gern vorgelesen. Ich bin wirklich sehr dankbar für diese Einblicke in ein wirklich spannendes Leben," beschreibt Dymarkowski die Beziehung zu Annamarie Krajger. Cappuccino und Kekse, ein freundschaftliches Miteinander, ihr gemeinsamer Glaube. So kann Sterbebegleitung funktionieren.

EIN ZIEL

Annamarie Krajger wird müde. Sie hält schweigend einen kleinen Stoff-Teddy in der Hand, den irgendjemand im stationären Hospiz genäht hat und denkt vielleicht an ihr Urenkelkind, das im Juni 2022 das Licht der Welt erblicken will. Es ist ein Ziel. Ihr Ziel. An der Wand schreitet eine digitale Uhr mit großen Zahlen und geschriebenen Tageszeiten lautlos voran, und wieder fährt ein Bus an ihrem Fenster vorbei. Das Leben fließt und Annamarie Krajger lächelt.





DER 23. QUALIFIZIERUNGSKURS

Das Interesse an einer Qualifizierung zur ehrenamtlichen Sterbebeleitung ist groß. Und es ist auch die einzige Möglichkeit, nach etwa zehn intensiven Monaten der Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer, eigenständig eine entsprechende Begleitung durchzuführen. Einen solchen Qualifizierungskurs haben mitten in der Coronapandemie 11 Teilnehmerinnen begonnen. Ihr Kurs endete bereits im November 2021, seitdem sind sie Teil der ehrenamtlichen Sterbebegleiter:innen unseres Ambulanten Hospizvereins.

Aber warum macht jemand eine derart intensive Schulung, während die Menschen um einen herum diesen Weg zumeist mit den Worten quittieren: Das könnte ich nicht. Hut ab, dass Du das machst! "Ich habe bereits meine Schwester in den Tod begleitet – ohne genau zu wissen was ich da eigentlich mache. Zwei Jahre später dann meine Tante. Und dann habe ich erstmals an einen Kurs wie diesen gedacht, in dem ich letztlich viele gute Tipps für genau diese Begleitung bekommen habe," erklärt Christel Dahlenburg. Und Vera Mühlbach ergänzt: "Meine Schwiegermutter war damals im Hospiz, und ich war unheimlich von der Atmosphäre dort beeindruckt. Was für ein Unterschied zu einem normalen Krankenhaus. Und da dachte ich mir: Wenn ich Zeit habe, mache ich so etwas auch."

Im Grunde haben alle Teilnehmerinnen des Qualifizierungskurses ihre Erfahrungen mit dem Tod gesammelt. Der Kurs hilft ihnen dabei, diese Erfahrungen zu sortieren, gemeinsam darüber zu sprechen und sie gut ins Leben zu integrieren, damit sie selbst Menschen mit lebensverkürzenden Erkrankungen, Sterbenden und/oder deren Zugehörigen helfen können. Der Kurs ist aber nicht nur Lehrstunde und Wissensvermittlung: "Das war ganz toll im Kurs, eine nette Gemeinschaft. Und als wir uns dann auch leibhaftig gesehen haben, sind wir richtig zusammengewachsen", weiß Angelika Becher.

Im Gegensatz zu vielen anderen Qualifizierungskursen der Vergangenheit startete dieser in der denkbar ungünstigsten Zeit der maximalen Distanz. Onlineunterricht, Zoom-Treffen, digitale Vermittlung. Recht, Ethik, Hilfsmittel, nonverbale Kommunikation, basale Stimulation und endlos vieles mehr –

die Themen funktionieren auch am Bildschirm, aber erst im direkten Miteinander werden sie fassbar. Also trafen sich alle Akteurinnen sechs Mal bis zur Übergabe des Zertifikats und sind nun bereit, wenn ihr Telefon klingelt, die anstehenden Aufgaben zu übernehmen. "Und es ist uns auch immer gesagt worden, dass wir sofort hier anrufen sollen, wenn wir bei einer Begleitung Hilfe brauchen. Und ich kann sagen, dass ist auch so – wir werden bei unseren Sterbebegleitungen gut von den hauptamtlichen Koordinatorinnen unterstützt.", schließt Ursula Wehry.

Der Start des nächsten Qualifizierungkurses steht noch nicht fest. Bei Interesse beachten Sie bitte die Hinweise auf unserer Internetseite!

DER DIGITALE HOSPIZTAG

Was waren das damals beim Hospiztag im Medikon für beinahe rauschende Tage, an denen Dankesreden erklangen, eingeladene Redner:innen einen Fachvortrag hielten und anschließend die Anwesenden sich auf die Workshops zum Thema Sterben, Tod und Trauer verteilten. In der Mittagspause ein Süppchen, ein Kaffee und danach der zweite Workshopteil bis zum Nachmittag. Eine Zusammenfassung des Tages, Ende.

Mit Corona waren diese bisweilen dicht gedrängten Treffen unmöglich, und so haben wir 2021 erstmals den Hospiztag digital veranstaltet. Der erste Samstag im März ist geblieben, das Konzept hat sich angepasst. Auch 2022 hat unser Öffentlichkeitsreferent Michael Bokelmann moderativ durch den Hospiztag geleitet, nachdem im Vorfeld zahlreiche Filme extra für diesen Jubiläumshospiztag produziert wurden. So hat sich nicht nur der hiesige Oberbürgermeister mit einer digitalen Laudatio zu Wort gemeldet, auch unser 1. Vorsitzender Prof. Dr. Claus Niederau verdichtete das Vierteljahrhundert dieses





Vereins zu einer homogenen Einheit. Ein bundesweit tätiger Zukunftsforscher berichtete über die Hospizarbeit von Morgen und Martina Kern, Leiterin der Landesberatungsstelle Alpha Rheinland, dachte an die Gründung des Vereins zurück. Zwei ehrenamtliche Sterbebegleiterinnen der ersten Vereinsstunde reflektierten ihre Anfänge und in einer Straßenumfrage haben wir die Bürger Oberhausens über die Hospizarbeit befragt. Der rund halbstündige Fachvortrag von Monika Müller mit dem Titel "Dem Sterben Leben geben" konzentrierte sich dann einmal mehr auf ein Kernthema unserer Hospizarbeit. Die mehrteilige Livediskussion mit dem zweiten Vorsitzenden des Vereins Michael Etges und der leitenden Koordinatorin Stefanie Hübers, ließ zahlreiche Fragen der Zuschauer:innen zu, die allesamt beantwortet werden konnten.

Mit einem erheblichen Technikaufwand im Hintergrund ging der Plan, zwei kurzweilige Stunden zu veranstalten, voll auf und schloss beinahe mit einer Punktlandung nach gut 120 Live-Minuten. Wer den Hospiztag noch einmal sehen möchte, kann dies über unsere Internetseite tun. In der News vom 6.3.2022 "Der Film zum Tag" kann man über einen Link den gesamte digitalen Hospiztag noch einmal sehen. Alternativ gibt man bei youtube den Suchbegriff "2. Digitaler Hospiztag im Jubiläumsjahr 2022" ein.

So schön und aufregend die digitalen Hospiztage sind, ein echter Hospiztag mit echten Begegnungen und echten Gesprächen lässt sich nicht ersetzen. Von daher hoffen wir alle, dass wir uns 2023 wieder leibhaftig treffen.

DIE NEUE KOORDINATORIN PIA ROOS

Die gebürtige Duisburgerin Pia Roos (25) war auf einem katholischen Mädchen-Gymnasium und startete als 17-jährige Abiturientin zunächst eine Ausbildung zur Bankkauffrau, erkannte aber bereits nach wenigen Monaten, dass die Welt des Geldes nicht die ihre ist. Dabei standen ihr schulisch viele Optionen offen. Eine Lehrerin empfahl ihr gar ein Studium im Maschinenbau.

Im Rahmen eines Sozialpraktikums besuchte sie bereits mit 16 Jahren das St. Raphael-Hospizzentrum in Duisburg. Es war ihr erster Kontakt zu den Themen Sterben, Tod und Trauer. Einblicke, die sie nachhaltig prägten. "Das Praktikum dort hat mich wirklich beeindruckt. Der Kontakt zu den Sterbenden und den Angehörigen, aber auch zu den Ehrenamtlichen und die Gespräche im Team – das war wahnsinnig toll", erklärt sie im Rückblick. Gerne hätte sie den Befähigungskurs zur Sterbebegleiterin absolviert (das Pendant im Ambulanten Hospiz Oberhausen ist der Qualifizierungskurs). Den durfte sie jedoch erst mit 18 machen, so dass sie fortan die ihr durch das Praktikum noch bekannten Gäste des Hospizes als ganz normale Besucherin traf.

Mit 18 dann die großen Wendepunkte. Zunächst absolvierte sie die Befähigung zur ehrenamtliche Sterbebegleiterin im



Duisburger Hospiz und beginnt zudem ein Studium der Sozialen Arbeit an der Universität Duisburg-Essen. Nun hat sie sich ganz der Arbeit mit Menschen verschrieben. Es gab studienbegleitend Zwischenstationen u.a. in einem Krankenhaus beim sozialen Dienst, bis sie dann nach dem Abschluss des Studiums in das Augustinus Hospiz in Neuss ging. Dort war sie bis Ende 2021 als Sozialarbeiterin tätig und kümmerte sich um die psychosoziale Begleitung der dort lebenden Menschen und ihrer Angehörigen mit ihren ganz individuellen Bedürfnissen. Sie empfindet, dass das Leben nirgendwo sonst so intensiv ist, wie in einem Hospiz und fühlt die Hospizarbeit als ihre Profession. Neben ihrem Beruf absolvierte sie zudem einen Masterabschluss in der Betriebswirtschaftslehre an der Middlesex University of London. Seit dem 1.1.2022 ist Pia Roos nun hauptamtliche Koordinatorin in unserem Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V.

Wir freuen uns, dass sie da ist und unser Team bereits in jungen Jahren verstärkt.

DIE NEUE KOORDINATORIN STEFANIE HÜBERS

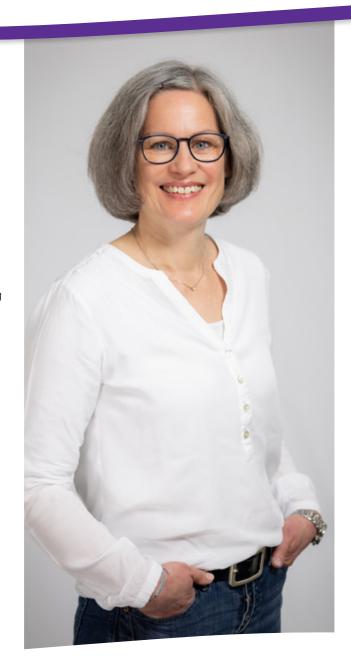
Die gebürtige Münchenerin Stefanie Hübers (49) zog in jungen Jahren nach Wuppertal und wollte nach dem Abi in der Stadt an der Wupper in die Sonderpädagogik oder in die soziale Arbeit. Mit Blick auf den damaligen Arbeitsmarkt entschied sie sich – nach einem kurzen Umweg über die geplante Physiotherapie – aber zunächst für eine Ausbildung zur Ergotherapeutin. Ein Beruf, der damals Beschäftigungsund Arbeitstherapeut hieß und das Ziel hat, Menschen ihre Handlungsfähigkeit im Alltag, gesellschaftliche Teilhabe und eine Verbesserung ihrer Lebensqualität zu ermöglichen.

Also ging sie von Wuppertal nach Berlin und bekam an einer der damals noch raren Schulen für Ergotherapeuten einen Ausbildungsplatz. Dass sie in dieser Zeit auch ihren zukünftigen Mann in Berlin kennenlernte, der dort die Meisterschule für Optik besuchte, ist Zufall. Oder Fügung? Drei Jahre später war sie auf jeden Fall staatlich anerkannte Beschäftigungs- und Arbeitstherapeutin.

Nach beruflichen Stationen in Berlin und Brandenburg orientierte sie sich Ende der 1990er Jahre schließlich wieder Richtung NRW, zog nach Essen und gründete eine Familie. Wieder spielt das Schicksal sein gutes Spiel, bekommt sie doch in jener Werkstatt für behinderte Menschen, in der man ihr vor Jahren den Tipp gab, nicht Physio-, sondern Ergotherapeutin zu werden, einen Job. Ihr Mann übernahm wenige Jahre später das Optikergeschäft seiner Eltern. Es konnte nicht besser laufen.

10 Jahre und zwei Kinder später wuchs dann der Wunsch nach Veränderung. Also begann sie ein berufsbegleitendes Studium der Medizinalfachberufe und schloss wenige Jahre später erfolgreich mit einem Bachelor ab. Es folgten Tätigkeiten in unterschiedlichen Einrichtungen für Menschen mit Behinderung, sie kümmerte sich um das Thema Autismus und arbeitete in einem Integrationsunternehmen.

2015 ging sie dann zur Lebenshilfe nach Witten und stieg in die Bereichsleitung für die schwerstmehrfach behinderten Menschen in einer Werkstatt ein. Vier Jahre später wurde sie dort Geschäftsleitung. "Ich war mir ehrlich gesagt gar nicht sicher, ob ich diese neue Funktion wirklich wollte. Ich habe viel gelernt, saß aber zum Schluss hauptsächlich vor zwei Bildschirmen und hatte nur noch wenig Zeit für die Menschen, um die es mir doch eigentlich ging – und geht."



Zeit für einen Wechsel. Und genau in dieser Zeit las sie die Stellenausschreibung für die neue Leitungsfunktion im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. Tatsächlich hat Stefanie Hübers bereits vor einigen Jahren im ambulanten Hospizdienst in Essen ihre Qualifizierung zur ehrenamtlichen Sterbebegleiterin absolviert und Begleitungen durchgeführt. Sie absolvierte die vierwöchige Palliativ Care Ausbildung und schloss noch die Qualifizierung zur Gesprächsbegleiterin an. Denn gute Patientenverfügungen nach dem Konzept, Behandlung im Voraus Planen' (Advance Care Planning) liegen ihr am Herzen.

Mit Stefanie Hübers begrüßen wir also eine Fachfrau mit Erfahrungen auf vielen Ebenen. Dass sie darüber hinaus noch ein richtig sympathischer Mensch ist, hat ihr den Einstieg sicherlich erleichtert. Wir freuen uns sehr, dass sie seit dem 1.2.2022 dabei ist. Herzlich Willkommen, Stefanie Hübers.



ABSCHIED AUS DEM VORSTAND

Zwei langjährige Vorstandsmitglieder haben sich – wie bereits vor Monaten angekündigt – im Frühjahr 2022 aus der Vorstandsarbeit verabschiedet. Michael Schröder und Rudolf Heinichen. Wobei der ehemalige Schatzmeister Rudolf Heinichen die neue Schatzmeisterin Ellen Maus noch einige Monate in der Einarbeitung begleiten wird.

Gemeinsam mit dem Schatzmeister hat auch Michael Schröder seine Funktion im Vorstand beendet. Seit 2008 war er zunächst als ehrenamtliche Helfende Hand für uns tätig, kurz darauf dann auch Beisitzer im Vorstand. Mit 60 Jahren schied der gelernte Ingenieur aus dem Beruf aus, wollte etwas Sinnvolles mit seiner Freizeit anfangen und startete ehrenamtlich im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. – damals noch in Osterfeld. Kurz darauf begleitete er bereits den Umzug zur Marktstraße, kümmerte sich um die Öffentlichkeitsarbeit an den Marktständen, verteilte den Rundbrief – Aufgaben, die er gemeinsam mit den anderen rund 30 Helfenden Händen auch zukünftig begleiten wird. Die Vorstandsarbeit indes legt er nieder. "Ich bin jetzt 74 Jahre alt und finde, dass das auch mal jüngere Leute machen sollten," erklärt er seinen Schritt.

Als Besitzer kümmerte er sich viele Jahre um die die Vertretung unseres Vereins im gesamten Hospizverband und besuchte Sitzungen des Palliativverbands. "Wenn ich dort erzählt habe, wie viele Helfende Hände unser Verein hat und wie viele Sterbebegleiter:innen wir zählen, haben immer alle gestaunt", erzählt er rückblickend. Ja, das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. ist in den 25 Jahren seit seiner Gründung wirklich gewachsen. Rudolf Heinichen und Michael Schröder haben den Verein in ihren Jahren maßgeblich begleitet und wachsen lassen. Dafür gebührt Ihnen unser aufrichtiger Dank.

IMPRESSUM

AMBULANTES HOSPIZ OBERHAUSEN E.V.

Marktstraße 165 I 46045 Oberhausen Telefon: 0208.8101110 E-Mail: kontakt@hospiz-oberhausen.de www.hospiz-oberhausen.de

SPRECHZEITEN:

Montag bis Freitag 9.00–14.00 Uhr und nach Vereinbarung

KOORDINATORINNEN:

Stefanie Hübers, Petra Podubrin, Pia Roos, Sabine Schrade und Claudia Wegner

SEKRETARIAT:

Annett Erdmann

SPENDENKONTO:

Volksbank Rhein-Ruhr BIC GENODED1VRR IBAN DE87 3506 0386 4349 9000 00 Sparkasse Oberhausen BIC WELADED1OBH IBAN DE52 3655 0000 0050 1026 31 Realisierung www.wortlaut-pr.de



ANKÜNDIGUNGEN/TERMINE

FRÜHSTÜCKSTREFF

Jeden 3. Mittwoch im Monat 9.30 bis 11.30 Uhr In unserer Geschäftsstelle auf der Marktstraße

GEPLANTE VORTRÄGE:

15.06.2022 Vorstellung der Arbeit des Paritätischen

Wohlfahrtverbandes

(Selbsthilfegruppen in Oberhausen)

20.07.2022 Verbraucherzentrale Oberhausen

TRAUERSPAZIERGÄNGE

Für alle Angebote bitten wir um telefonische

Jeden 1. Freitag im Monat

14.00 - 15.00 Uhr

Anmeldung.

Treffpunkt – Café Waldhof (Revierpark Vonderort)

Jeden 3. Sonntag im Monat

14.15 - 15.15 Uhr

Treffpunkt – Ruhrpark

TRAUERCAFÉ

Jeden 4. Freitag im Monat 15.00 bis 16.30 Uhr In unserer Geschäftsstelle auf der Marktstraße

TRAUERFRÜHSTÜCK

Jeden 2. Freitag im Monat 10.00 – 11.30 Uhr

In unserer Geschäftsstelle auf der Marktstraße