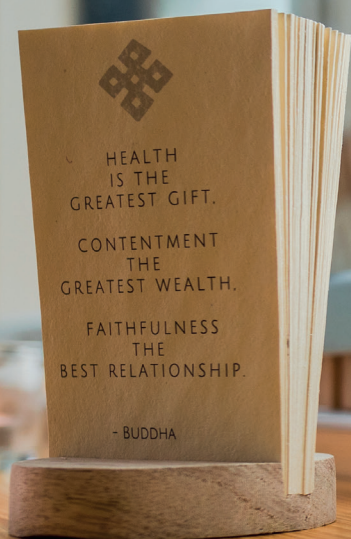




SUKHAVATI



Sukhavati-Verbundene,

das sich dem Ende neigende Jahr war für uns voller bedeutsamer Momente. Mit dem 7. Geburtstag Sukhavatis am 4. Mai und dem einjährigen Bestehen unseres Hospizes sind wir der Verwirklichung unseres Zentrums als buddhistisch inspiriertes Modellprojekt erneut ein Stück näher gekommen und haben dafür ein starkes, stabiles Fundament geschaffen. Hierfür steht auch der Baubeginn der Stupa.

Der vierte Fortbildungszyklus für ehrenamtliche HospizhelferInnen wurde abgeschlossen und hat weitere engagierte BegleiterInnen im Leben und Sterben hervorgebracht. Uns allen wird dabei immer wieder bewusst, wie wichtig das Ehrenamt nicht nur für die Hospizarbeit, sondern auch für das gesamte Wirken Sukhavatis ist. Das Engagement unserer Ehrenamtlichen berührt Leben und gibt Hoffnung. Und das ist ein Geschenk, das unbezahlbar ist. Weiterhin werden wir das Ehrenamt ausbauen und im kommenden Jahr die Fortbildung in ein neues Format bringen.

Auch im Jahr 2023 durften wir erneut zahlreiche tibetisch-buddhistische LehrerInnen in Sukhavati begrüßen: Tulku Rigdzin Pema Rinpoche gestaltete mit vielen unterschiedlichen, harmonisch miteinander wirkenden Menschen das spirituelle Fundament unserer Stupa. Ling Rinpoche sprach über das Herz-Sutra, einen Text, den alle buddhistischen Schulen als Grundlage praktizieren. Jetsun Khandro Rinpoche, die Sukhavati von Beginn an sehr verbunden ist, gewährte diesmal formelle Zuflucht, was eine besondere Bedeutung im Buddhismus hat, und inspirierte uns, für Verstorbene regelmäßig aus dem Buch Bardo Thödrol zu lesen. Orgyen Tobgyal Rinpoche, der 2018 in Sukhavati ein zehntätiges Phowa-Retreat leitete, betete und praktizierte gemeinsam mit zwei ihn begleitenden Mönchen für alle BewohnerInnen. Darüber hinaus fand auch in diesem Jahr unser regelmäßiges Lichtritual zum Gedenken an Verstorbene statt, welches immer wieder einen atmosphärisch berührenden Moment schafft und Gelegenheit gibt,

mit dem Darbringen eines Lichtes Abschied vom geliebten Menschen zu nehmen.

Im kommenden Jahr werden wir unserem Seminarbereich mehr Energie und Aufmerksamkeit zuwenden. Wir wollen Sukhavati mit inspirierenden ReferentInnen und relevanten Themen bekannter machen und einen Raum für Austausch, Bildung und Reflexion schaffen.

Ein Großteil der Kosten der Hospizversorgung wird zwar von der Krankenkasse übernommen, jedoch reichen diese Zuschüsse bei weitem nicht aus, um die umfassende Pflege und Begleitung unserer unheilbar kranken Gäste zu ermöglichen. Der Rest muss über Spenden und Eigenmittel gedeckt werden. Ein herzliches Dankeschön geht daher an alle Mitarbeitenden und SpenderInnen, die uns auch in diesem Jahr unterstützt haben. Gerade jetzt, zur Jahreszeit der Großzügigkeit, wäre Ihre Spende von immensem Wert und würde sehr geschätzt werden. Vielen Dank für Ihr Engagement.

Mit großer Vorfreude und Dankbarkeit blicken wir auf das neue Jahr 2024. Gemeinsam werden wir weiterhin Gutes tun und unsere Gemeinschaft stärken. Lasst uns das kommende Jahr mit Optimismus und Entschlossenheit begrüßen. Gemeinsam werden wir noch mehr erreichen!

Mit herzlichen Grüßen und den besten Wünschen,

Ihre Agnes Wehr
Geschäftsführung Sukhavati



Wir blicken zurück auf ein ereignisreiches Jahr Hospizarbeit

Mit dem Begriff Hospiz verbinden viele Menschen Krankheit, Abschied, Sterben und Trauer. Hospiz ist jedoch auch ein Ort, an dem das Leben bis zuletzt in all seiner Fülle stattfindet. Ein Ort, an dem letzte Wünsche erfüllt werden und wo Alltag und Wohlbefinden unserer Gäste ein hoher Stellenwert eingeräumt wird. Auch in diesem Jahr sind hier Familien zusammen-



Unsere Hospizgästin mit ihrer Kaffeerunde

gekommen, um Geburtstage, Weihnachten und Hochzeitstage zu feiern – ein letztes Mal und deshalb umso kostbarer. Wenn ein Hospizgast sich wünscht zu feiern, dann wird der Gemeinschaftsraum von unserem Team festlich hergerichtet, es wird gebacken und gebrutzelt. Und wenn ein

„NIMM DIR JEDEN TAG DIE ZEIT, STILL ZU SITZEN UND AUF DIE DINGE ZU LAUSCHEN. ACHE AUF DIE MELODIE DES LEBENS, WELCHE IN DIR SCHWINGT.“



Gast nicht mehr laufen kann, dann wird das Bett mit hineingeschoben.

Die Wünsche am Lebensende sind vielfältig. Frau K. wollte noch einmal ihr Zuhause sehen und sich von der Katze verabschieden.



Frau Prof.in Dr.in U. Hanke im Gespräch mit Frau Peschke (Januar 2023+)

den. Frau S. wollte noch einmal ans Meer, und Herr V. hat sich Rinderrouladen gewünscht. Gemeinsam mit SozialarbeiterInnen, Ehrenamtlichen, KüchenmitarbeiterInnen, Pflegenden und dem Seelsorger Überlegen wir dann im Team, wie wir diese kleinen und größeren Wünsche erfüllen können.

Im Hospizalltag achten wir sorgfältig auf alle körperlichen, spirituellen und psychosozialen Bedürfnisse unserer Gäste. Hierzu gehören sowohl eine adäquate Schmerztherapie und umsorgende Pflege als auch Gespräche, Seelsorge und Meditation, Homöopathie, Aromatherapie sowie Körpertambura-Anwendungen.



Schulungskurs, Körpertambura

Unsere haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden konnten auch in diesem Jahr in zahlreichen Fortbildungen ihr Wissen um die Bedürfnisse am Lebensende erweitern und wenden dieses täglich in ihrem Arbeitsalltag an – darunter Themen wie Medikamente am Lebensende, Sterben auf allen Ebenen begreifen, Einführung in die Anwendung der Körpertambura und Bestattungswesen.

Auch in Zeiten des Abschieds

und in der Trauer sind wir für die Menschen da. An jedem 3. Freitag im Monat findet unser Trauer-Café statt. Auch Menschen, die außerhalb von Sukhavati jemanden verloren haben, werden hier



EHRENAMT IN DER HOSPIZARBEIT

Wir suchen Menschen, die ihre Zeit spenden möchten, um unsere Hospizgäste und ihre Angehörigen zu unterstützen. Durch Gespräche, einfaches Da-Sein oder durch Ihr Engagement in unserer kulinarischen Seelsorge tragen Sie zu Wohlbefinden und Lebensqualität bei. Wenn Sie sich vorstellen können, sich in diesem Bereich zu engagieren, dann melden Sie sich gerne bei uns. Ab März 2024 bieten wir einen Vorbereitungskurs für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit an.

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme und beantworten gerne Ihre Fragen:
033631-646158 oder
hospizdienst@sukhavati.eu



Stimmungsvolles Lichtritual

aufgefangen und auf dem Weg des Abschieds und Neubeginns begleitet.

In diesem Jahr fand unser Lichtritual dreimal in feierlicher Atmosphäre statt. Es gab hier die Möglichkeit, in unserer begehbaren Lichtspirale einem verstorbenen Menschen zu gedenken, eine Kerze zu entzünden, gute Wünsche zu formulieren und Lebewohl zu sagen. Auch die heilsame Kraftquelle ist ein besonderes Angebot, das von unserer buddhistischen Gemeinschaft ehrenamtlich durchgeführt wird. Auf meditative Weise können hier Menschen in Krankheit, Lebenskrisen und in Zeiten der Trauer Kraft schöpfen und ihre Ressourcen stärken.

Wir freuen uns sehr, dass uns auch in diesem Jahr viele kleine und große Spenden erreicht haben.

Wir werden von der Sukhavati-Stiftung unterstützt. Die Franz Knöbel, Wilhelm Gerhard Ralenkötter und Dr. Joseph Franz Werdehausen Stiftung finanziert dankenswerterweise unser Homöopathie-Angebot. Die vielen privaten SpenderInnen ermöglichten uns Neuanschaffungen wie unsere Kühlplatte zur Aufbahrung Verstorbener, eine neue Klingelanlage und unsere Wechseldruckmatratze.

Auch in unserem ambulanten Hospizdienst blicken wir auf eine bewegte Zeit zurück. Ambulante und stationäre Hospizarbeit verfolgen das gleiche Ziel. Wir möchten

Menschen am Lebensende eine optimale Fürsorge bieten. Der Unterschied ist, dass die Aufgabe ambulanter Hospizarbeit darin besteht, ein tragfähiges Netz für die Versorgung in der Häuslichkeit zu knüpfen. Wir begleiten die Betroffenen und ihre Familien gemeinsam mit den Ehrenamtlichen umfassend und ganzheitlich entlang ihrer Bedürfnisse. Wir beraten zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht und stellen Kontakte zu anderen Versorgern her.



Fortbildung in Sukhavati

Unser ambulanter Pflegedienst steht nicht nur für qualifizierte Versorgung, sondern auch für den Aufbau einer starken Gemeinschaft. Die Gäste im Haus erfahren nicht nur Pflege, sondern finden in unserer Gemeinschaft einen Ort des Zusammenhalts und der Vielfalt. Mit zahlreichen Anfragen von BewohnerInnen, die hier einziehen möchten, wächst unsere Gemeinschaft stetig. Diese Entwicklung manifestiert sich mit unterschiedlichen Aktivitäten. Jeden Mittwoch wird gemeinsam gebastelt, gerätselt und das Miteinander gestärkt. Es freut uns, eine lebendige und unterstützende Atmosphäre zu schaffen, die über die Pflege hinausgeht.



Bastelrunde im Sukhavati-Wohnzimmer

Aktuelles zur Weihnachtszeit aus Sukhavati

Auch in diesem Jahr haben wir für unsere BewohnerInnen ein winterliches Programm zusammengestellt. Unter anderem die Adventskonzerte vom **Rauener Chor am 4. Dezember** und vom **Chor Bestes Age am 11. Dezember**.

Ganz besonders freuen wir uns, dass die **Kinder des Chors und der Blasmusikgruppe des Bernhards zum 13. Dezember** wieder bei uns zu Gast sein werden.

Zudem gestalten wir eine gesellige Weihnachtsfeier, bei der uns unsere evangelische Pfarrerin Annemone Bekemeier mit ihren KonfirmandInnen spirituell bereichern wird.



HERZLICH WILLKOMMEN IM SUKHAVATI-BISTRO

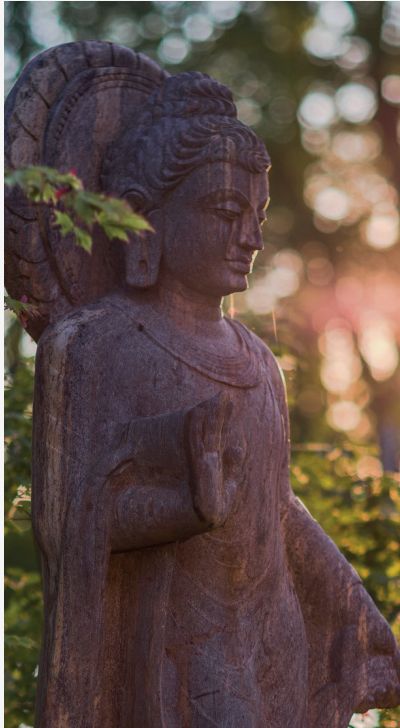
Wir finden, dass ein Besuch in unserem Bistro weit mehr sein sollte, als nur Speisen und Getränke zu konsumieren. Unser Bistro ist ein Ort, an dem sich Menschen begegnen und gemeinsam eine schöne Zeit verbringen, es geht um Genuss, Geselligkeit und Freude. Unser Sukhavati-Bistro ist ein Treffpunkt für Gäste, FreundInnen, Familien, Zu- sowie Angehörige und ArbeitskollegInnen.

Wir sind montags bis freitags von 08:00 bis 16:00 Uhr gerne für Ihre Wünsche da

Weitere Informationen unter www.sukhavati.eu/bistro



SUKHAVATI



Sukhavati
Zentrum für Spiritual Care

Vorstand
Janine Schulz
Philip Philippou
Heinz Siepmann

Geschäftsführung
Agnes Wehr

Hospizleitung
Miriam Pokora

Konto
Sukhavati Pflege gGmbH

GLS Bank
IBAN:
DE14 4306 0967 1186 6651 01
BIC: GENODEM1GLS

Impressum
Sukhavati gGmbH
Karl-Marx-Damm 25
15526 Bad Saarow

Tel.: +49 (0)33631 646-0
Fax: +49 (0)33631 646-153
E-Mail: info@sukhavati.eu

www.sukhavati.eu

Sukhavati bekommt einen Stupa

Am 28. Dezember 2022 besuchte Tulku Rigdzin Pema Rinpoche Sukhavati. Er ist ein Meister im Bau von Stupas und plant, begleitet und segnet den entstehenden Stupa. Stupa (Sanskrit; leitet sich von der Silbe ‚stup‘ ab) bedeutet: aufgehäuft, angesammelt, aufgerichtet. Es heißt, dass der Stupa einen Ort bildet, an dem der Geist des Buddha verweilt, um seine segensreiche Wirkung in der Welt zu entfalten.

Der Stupa wird zwischen Hospiz-Terrasse und Scharmützelsee



Entwurf der Stupa in Sukhavati

entstehen, und in diesem Jahr wurden die baulichen Grundlagen vorbereitet.



Baubeginn der Stupa (Sommer 2023)

Neben der Stupa wird ein Licht-Haus errichtet, wo Kerzen im Gedenken für Verstorbene entzündet werden können.



Bauphase der Stupa (November 2023)

Geben macht das Leben liebevoller.

Wir können das Sterben nicht verhindern, doch wir können es **bestmöglich begleiten**. Im Sukhavati Hospiz möchten wir unseren Gästen an jedem verbleibenden Tag das Gefühl geben, zu Hause angekommen zu sein. Hierfür haben wir zahlreiche Zusatzangebote geschaffen, die nicht von den Krankenkassen finanziert werden. Hierzu gehören Ehrenamtliche psychosoziale und spirituelle Begleitung, unser kreatives und kulinarisches Seelsorgeangebot, Trauerarbeit und das Cafe Trostbrücke, die heilsame Kraftquellenmeditation, die Aromapflege und Körpertamburaanwendungen. Wenn wir Sie in diesem Sinne von unserer Arbeit begeistern können und Sie sich dazu entschließen, uns finanziell zu unterstützen, wäre das für uns ein großes Geschenk.



Sukhavati Hospiz

Wir möchten Sie herzlich dazu einladen unser Hospiz zu besuchen. Gern geben wir Ihnen dann einen kleinen Einblick in die Arbeit und die besondere Atmosphäre, die unser Hospiz prägt.

Wir benötigen Spenden

Wir stellen Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung aus. Sie können Ihre Spende direkt auf das folgende Konto mit dem Verwendungszweck „Hospiz“ überweisen:

Sukhavati Pflege gGmbH

GLS Bank

IBAN: DE14 4306 0967 1186 6651 01

BIC: GENODEM1GLS



JETZT SPENDEN

QR-Code zur
Online-Spende.