



Bochum, 2. Dezember 2019

## – PRESSEMITTEILUNG –

### **Klinikseelsorge lädt zur inneren Einkehr für Jedermann ein**

„Heilsames Singen“ und „Stille im Advent“  
im Knappschaftskrankenhaus

Die Adventszeit ist für viele Menschen die wichtigste und auch schönste Zeit des Jahres: eine Zeit der Vorfreude, der Besinnlichkeit, der Traditionspflege mit Plätzchenduft und Kerzenschein, aber auch eine Zeit der Hektik und Unruhe. Passend dazu bietet die Klinikseelsorge am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum im Dezember unter dem Motto „Heilsames Singen“ (5.12.) und „Stille im Advent“ (12.12.) zwei Veranstaltungen für die innere Einkehr an. Die Angebote finden jeweils von 18 bis 19 Uhr im „Raum der Stille“ statt und richten sich an alle Interessierten, unabhängig von ihrer Glaubensrichtung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

#### **Heilsames Singen**

Singen fördert die Gesundheit. Dabei geht es nicht darum, den „richtigen Ton“ zu treffen, sondern vielmehr einen Ton für sich zu finden und Spaß in Gesellschaft zu haben. Neben typischen Lockerungs- und Atemübungen geht es bei dem Angebot „Heilsames Singen“ mit Musiker Michael Kampmann darum, die Kraft des Singens für das eigene Wohl zu erfahren. Ziel ist es, der Seele durch Singen eine eigene Stimme zu geben.

Datum: Donnerstag, 5. Dezember, 18 bis 19 Uhr  
Ort: Raum der Stille, Knappschaftskrankenhaus

#### **Stille im Advent**

„In der Ruhe liegt die Kraft“: Bei einem Gebet mit Achtsamkeitsübung soll dieser Erfahrung einen Raum gegeben werden. „Stille im Advent“ ist ein spirituelles Angebot für alle Menschen, die der Kraft, die von innen kommt, auf der Spur sein wollen. Dabei geht es nicht darum, etwas zu leisten, sondern vielmehr nach „innen“ zu schauen und dabei die Stille bewusst wahrzunehmen und zu genießen. Ziel ist es, einfach da zu sein.

Datum: Donnerstag, 12. Dezember, 18 bis 19 Uhr  
Ort: Raum der Stille, Knappschaftskrankenhaus

**Universitätsklinikum  
Knappschaftskrankenhaus Bochum GmbH**  
In der Schornau 23-25  
44892 Bochum  
[www.kk-bochum.de](http://www.kk-bochum.de)

**Ihr Ansprechpartner:**  
Bianca Braunschweig M.A.  
Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
+49 (0)234 / 299-84033  
[bianca.braunschweig@kk-bochum.de](mailto:bianca.braunschweig@kk-bochum.de)