Hospiz Initiative Leer

Ambulante und stationäre Hospiz- und Trauerarbeit



1999 bis 2024

ZEIT SCHENKEN

DA-SEIN UND **D**A-BLEIBEN

ZUHÖREN

VERSTEHEN

BEGLEITEN

Hospiz Initiative Leer

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

25 Jahre Hospiz-Initiative Leer – aus einem kleinen Verein mit zunächst 23 Mitgliedern und dem Angebot, schwerkranke und sterbende Menschen in dieser besonderen und oft herausfordernden Lebenssituation zu begleiten, ist inzwischen ein großer Verein mit fast 700 Mitgliedern und einer großen Zahl an unterschiedlichen Angeboten geworden.

Grund genug, dankbar zurückzuschauen. In dieser Jubiläumsbroschüre haben wir daher einmal zusammengefasst, wie alles angefangen hat und wie der Verein sich stetig weiterentwickelt hat, immer am Bedarf orientiert und oft auch seiner Zeit ein Stück voraus.

All dies konnte nur gelingen, weil es engagierte Ehrenamtliche gab und gibt, die sich auf das Thema einlassen, Zeit schenken und uneigennützig und mit bedingungsloser Wertschätzung den Menschen begegnen, die sich in ihrer Not an uns wenden.

Darum möchte ich mich heute im Namen des gesamten Vorstands herzlich bei all unseren Ehrenamtlichen bedanken, die über all die Jahre diese Arbeit auf ganz praktische Weise unterstützt haben. Diese Broschüre ist daher in erster Linie ihnen gewidmet, indem sie zu Wort kommen und Geschichten erzählen von ihrer Begleitungsarbeit im ambulanten Bereich Zuhause, in unserem stationären Hospizhuus, im Umgang mit Trauernden sowie von ihrem Einsatz in der Öffentlichkeitsarbeit und so auf anschauliche und sehr persönliche Weise die vier Säulen unserer Hospizarbeit dokumentieren.

Ein großer Dank geht auch an all die Wegbegleiterinnen und Wegbegleiter, die unsere Arbeit kontinuierlich finanziell durch eine Mitgliedschaft oder eine Spende

gefördert haben oder auf anderen Wegen ihre Wertschätzung zum Ausdruck gebracht haben.

Allen voran möchte ich jedoch Gretel Bluhm-Janssen, unserer langjährigen Vorsitzenden und jetzigen Ehrenvorsitzenden, für ihren unermüdlichen Einsatz danken. Sie hat sich hier im Landkreis Leer auf so vielfältige Weise für die Hospizarbeit eingesetzt, neue Ideen eingebracht, ihre Vision eines stationären Hospizes realisiert und die Arbeit der Hospiz-Initiative kontinuierlich auf hohem Niveau weiterentwickelt. Sie ist bis heute Motor der Hospizarbeit geblieben.

25 Jahre Hospizarbeit in Leer sind natürlich auch ein Grund zum Feiern.
So haben wir im Juli eine Karikaturenausstellung mit dem Thema „Wenn der Tod dich anlacht“ in unseren Räumen. Außerdem ist eine Jubiläumswoche vom 16. bis zum 22. August geplant mit einem Sommerfest, einem Kinderfest inklusive Theateraufführung, einem Tag der offenen Tür mit unterschiedlichen Angeboten. Auch Vorträge zum Thema assistierter Suizid, Kindertrauer oder „Letzte Hilfe“ finden in der Jubiläumswoche statt.

Seien Sie uns alle herzlich willkommen und feiern Sie mit uns.



Marlies Smidt
1. Vorsitzende



Grußwort des Bürgermeisters der Stadt Leer

Wenn ich an ein Vierteljahrhundert Hospiz-Initiative Leer denke, dann sind es vor allem drei Gefühle, die ich mit diesem Jubiläum verbinde: Stolz, Respekt und Dankbarkeit!

Ich bin sehr stolz, dass wir in unserer Stadt seit 25 Jahren einen segensreichen Verein wie die Hospiz-Initiative haben und habe enormen Respekt vor der Arbeit des gesamten Hospiz-Teams. Nicht zuletzt fühle ich eine unendliche Dankbarkeit dafür, dass es Menschen gibt, die Sterbenden und ihren Angehörigen in deren schwersten Zeiten diese unbezahlbare Hilfe zukommen lassen. All dieses ehrenamtliche Engagement macht mir Mut. Ich finde, sie macht unsere Welt, in der sich in vielen Lebensbereichen zunehmend eine zwischenmenschliche Kälte breit macht, ein kleines Stückchen besser.

Um es mit den Worten der Gründerin des ersten Hospizes im Jahr 1967 in London, Cicely Saunders, zu sagen: „Es geht darum, den Tagen wieder mehr Leben zu geben statt dem Leben mehr Tage.“ Dieser Gedanke war auch ein zentraler Antrieb, der hinter der Gründung der Initiative im April 1999 stand. Mit der Eröffnung des ersten stationären Hospizes in Ostfriesland zehn Jahre später hat die Initiative in der Mörkenstraße in Leer einen Ort geschaffen, der gleichzeitig auch sichtbares Zeichen dafür ist, dass das Sterben als letzte Phase des Lebens wieder mehr in das Bewusstsein der Menschen in der Region rückt. Auch das ist eine wichtige Entwicklung.

Unglaublich viele Menschen, mit denen ich mich unterhalten habe, haben in irgendeiner Form einen Berührungspunkt zur Hospizarbeit in Leer, sei es, weil sie die Sterbebegleitung für einen Familienangehörigen in Anspruch genommen haben, oder sei es, weil sie nah dran waren, als Bekannte die letzte Wegstrecke in Begleitung eines der vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gegangen sind.
Viele dieser Menschen eint, dass sie trotz des Verlustes eines nahestehenden Menschen von einem „guten Gefühl“ erzählen, von „Glück“ und von einem „Segen“, dass die ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterinnen und -mitarbeiter für sie da waren.

Das sagt eigentlich alles!



Ihr Claus-Peter Horst
Bürgermeister der Stadt Leer

25 Jahre Hospiz-Initiative Leer

Ein Interview mit Gretel Bluhm-Janssen, Gründerin und Motor der Hospizarbeit im Landkreis Leer

Liebe Frau Bluhm-Janssen – 25 Jahre Hospizarbeit – ist das für Sie ein Grund zum Feiern?

Oh ja, das ist unbedingt ein Grund zum Feiern und zwar im doppelten Sinn, denn wir feiern nicht nur 25 Jahre ambulante Hospizarbeit, sondern auch das 15-jährige Bestehen unserer stationären Einrichtung, das Hospizhuus.

25 Jahre Hospiz-Initiative Leer – das ist eine lange Zeit. Was haben Sie und Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit der Zeit gemacht?

In der Tat – das ist eine lange Zeit und ja, wo ist sie geblieben, die Zeit?

Ich würde sagen, wir haben sie verschenkt. Wir haben die Zeit verschenkt an Menschen, die beladen und belastet waren, an Menschen in ihrer letzten Lebensphase, an Menschen, die in Trauer waren, an Angehörige, die hilflos waren, an Eltern, die ein Kind hergeben mussten und verzweifelt waren, an Kinder und Jugendliche, die selbst krank und hoffnungslos waren.

25 Jahre Hospiz-Initiative Leer – das war und ist eine Zeit des Zuwendens, eine Zeit des intensiven Zuhörens, eine Zeit der bedingungslosen Wertschätzung, eine Zeit voller Achtsamkeit. Eine Zeit, die man nicht kaufen kann. Dabei ist die verschenkte Zeit für uns persönlich keine verlorene Zeit, sondern eine privilegierte, bereichernde und intensive Lebenszeit, sie zu schenken war und ist uns eine Ehre.

25 Jahre Hospiz-Initiative Leer, das hieß und heißt auch immer noch: ganz viel Herzblut, Übernahme von Verantwortung, engagiert gelebtes Ehrenamt, gemeinsames Tun sowie kreative und konsequente Weiterentwicklung.

Wie kam es zur Gründung des Vereins?

Es war im Winter 1997/98, als ich in Zusammenarbeit mit Eko Ahlers von der VHS Leer einen Qualifizierungskurs für ehrenamtliche Hospizmitarbeiterinnen und Hospizmitarbeiter anbot. Beruflich arbeitete ich derzeit als Diplom-Psychologin im Klinikum Leer und wurde fast jeden Tag mit dem Thema Sterben und Tod und der Frage nach einem würdigen Sterben konfrontiert. Zu jener Zeit waren Sterben und

Tod noch sehr tabuisiert. Zunächst arbeitete ich mit Ärzten und Pflegekräften an der Umsetzung einer Palliativstation im Krankenhaus, aber für die Entscheidungsträger war die Zeit dafür noch nicht reif. Also konzentrierte ich mich ehrenamtlich darauf, Hospizarbeit im Landkreis Leer zu etablieren. Für die Auszubildenden der Krankenpflegeschule bot ich einen ersten Workshop zum Thema Sterben und Tod an.

Es war an der Zeit, einen anderen Umgang mit sterbenden Menschen zu finden.

Die ersten 16 Teilnehmenden des Qualifizierungskurses erhielten im August 1998 ihre Zertifikate. Im April 1999 beschlossen wir, der Arbeit eine Struktur zu geben und gründeten einen Verein – die Hospiz Initiative Leer e.V.

Gab es Widerstände oder Berührungsängste in der Bevölkerung?

Nein, die gab es nicht. Im Gegenteil, ich kann mich nur an eine breite Zustimmung erinnern und das quer durch alle Bevölkerungsschichten. Wir wurden von den unterschiedlichsten Gruppen aus dem ganzen Landkreis eingeladen, um von der Hospizidee zu erzählen. Die Menschen haben sich berühren lassen und es gab viel Verständnis und positive Rückmeldungen für unsere Arbeit. Und ich darf sagen, dass dies bis heute andauert. All die vielen Jahre haben wir aus der Bevölkerung ideelle und finanzielle Unterstützung erfahren, verbunden mit großer Wertschätzung für unsere Arbeit. Auch die Presse hat uns mit ihrer Berichterstattung über unser Wirken unterstützend begleitet.

Wie entwickelte sich die Arbeit weiter?

Die Anfragen nach einer ehrenamtlichen Unterstützung am Lebensende nahmen kontinuierlich zu. Und wir selbst hatten viele Ideen, das Thema zum Thema zu machen, boten Vorträge und Diskussionen mit folgenden Themenschwerpunkten für die Öffentlichkeit an: „Hospiz – was ist das?“, „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“, „Männer trauern anders“, „Umgang mit Tod und Sterben im Mittelalter“, „Mama, warum stirbt mein Meerschweinchen?“, „Der Grabstein als Trauerhilfe für die Hinterbliebenen“, „Suizid bei Kindern und Jugendlichen“, „Palliativmedizin und Schmerztherapie“, um nur einige Beispiele zu nennen.

Und wir starteten Aktionen, unter anderem: Filmabende, Theatervorführungen, Podiumsdiskussionen, waren mit Infoständen auf Veranstaltungen im ganzen Kreisgebiet präsent. Andere Menschen organisierten Benefizveranstaltungen für uns. Es gab Konzerte, Theater, Benefizbälle, Fußballturniere, Verlosungen, Kuchen-

und Brotbackaktionen, die Teetied auf dem Denkmalplatz, Weihnachtsaktionen der hiesigen Zeitungen, den Citylauf, Schüleraktionen und vieles mehr.

Wir erfuhren soooo viel Unterstützung und die Arbeit der Hospiz-Initiative entwickelte sich kontinuierlich weiter.

Mit der Trauerarbeit begannen wir schon 2002, boten ein Trauercafé an und bald auch eine Trauergruppe für trauernde Eltern. Heute bieten wir, neben vielen Einzeltrauergesprächen, 16 unterschiedliche Trauergruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an.

Meine Vision, ein stationäres Hospiz für Leer zu bauen und zu betreiben, nahmen wir schon 2003 in unsere Vereinssatzung mit auf und verfolgten dieses Ziel mit großem Engagement und Beharrlichkeit. Wir konnten eigens zu dem Zweck eine Stiftung gründen und Politik, Kirchen und Großspender ins Boot holen. Dank der überwältigenden Unterstützung aus allen Schichten der Bevölkerung konnten wir zehn Jahre nach Vereinsgründung unser Hospizhuus eröffnen, das erste stationäre Hospiz in Ostfriesland.

Wie haben Sie ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewonnen?

An Menschen, die ehrenamtlich mithelfen wollten, hat es in Leer nie gemangelt und das ist bis heute so geblieben. Interessierte melden und informieren sich bei uns. Wir haben in unserer Satzung verankert, dass Ehrenamtliche, die für die Hospiz-Initiative tätig sein möchten, einen Qualifizierungskurs von 160 Stunden absolvieren müssen. Das ist unser Qualitätsanspruch an die Arbeit mit schwerkranken Menschen und ihren Angehörigen. Er dient dem Schutz der begleiteten Menschen und ebenso dem Schutz der Begleiter und Begleiterinnen. Der Kurs findet einmal jährlich mit zwölf bis 16 Teilnehmenden statt.

Die Hospizarbeit wird ehrenamtlich geleistet. Was waren Ihre Beweggründe, sich dafür zu engagieren?

Auch wenn es vielleicht ein wenig idealistisch daherkommt, ich möchte mithelfen, die Welt ein wenig menschlicher zu gestalten und das fängt nicht erst mit dem Engagement in der Hospizarbeit an, sondern durchzieht mein Leben. So habe ich z.B. schon als junger Mensch für einige Jahre in Afrika gelebt, um als „Entwicklungshelferin“ dem Ungleichgewicht zwischen den Völkern etwas entgegenzusetzen. Auch wenn es kaum messbar scheint, so hindert es mich doch nicht an meiner Überzeugung davon, dass jeder Mensch, an seinem Lebensort, etwas dazu beitragen kann, die „Welt“ positiv zu verändern.

Wie haben Sie das geschafft, als berufstätige Mutter von drei Kindern, dieses umfangreiche ehrenamtliche Engagement zu leben?

Das geht wohl nur mit viel Power, Visionen im Kopf, Freude und Spaß an dem Tun zusammen mit einem tollen Team und einem sehr verständnisvollen Ehemann. Ohne den Rückhalt in der Familie ist es kaum möglich. Darüber hinaus macht es mir einfach Freude, Neues anzustoßen und zu gestalten.

Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie mit Sterben, Tod und Trauer gemacht?

Ich wurde früh mit dem Tod konfrontiert. Als meine Mutter mit 21 Jahren starb, war ich 18 Monate alt und wuchs anschließend bei meiner Großmutter auf. Mein Vater war Seemann und mit dem Schiff auf den Meeren unterwegs. Als ich 17 war, starb auch meine Großmutter. So stand ich relativ jung auf meinen eigenen Füßen. Es gab noch viele Verluste im Laufe des Lebens, aber es gab eben auch so viele wunderschöne Begegnungen, die mich reich beschenkt haben.

Sie feiern in diesem Jahr Ihren 75. Geburtstag – ein Vierteljahrhundert ehrenamtliches Engagement in der Hospizarbeit. Wie lange können wir noch mit Ihnen rechnen?

Mit mir muss man immer rechnen … antwortet sie und lacht herzhaft. *Solange ich einigermaßen fit bin, werde ich meine Kraft, Zeit und Erfahrung sowohl weiterhin in den Vorstand der Hospiz-Initiative als auch in die drei verschiedenen Hospizstiftungen und natürlich in unser Hospizhuus einbringen.*

Was wünschen Sie sich für die Zukunft der Hospizarbeit im Landkreis Leer?

In erster Linie wünsche ich mir auch in Zukunft viele hospizbewegte Menschen, die sich in den unterschiedlichsten Arbeitsbereichen der Hospiz-Initiative Leer aktiv engagieren und viele Mitglieder, die als starkes Rückgrat des Vereins so wichtig sind. Wenn uns die Menschen weiterhin so großzügig unterstützen wie bisher, ist mir nicht bange um die Zukunft der Hospizarbeit im Landkreis Leer.

Sehr wünsche ich mir auch, dass unser „Leeraner Konzept“, welches das „Hospizliche“ in allen Bereichen ausnahmslos in den Mittelpunkt stellt sowie das Miteinander von Hauptamt und Ehrenamt auf Augenhöhe auch dann noch gelebt wird, wenn ich eines Tages nicht mehr da bin. Das sind schon ausdrucksstarke Markenzeichen unserer Arbeit hier in Leer.

In den 25 Jahren habe ich viele engagierte Menschen kennen und schätzen gelernt. Ihnen möchte ich von Herzen danken für das große Vertrauen in unsere Arbeit und für die wohlwollende und wertschätzende Unterstützung.

Sie alle haben dazu beigetragen, dass wir in diesem Jahr unser 25-jähriges Jubiläum dankbar und fröhlich feiern können. Also …

„Kommt mit uns feiern!“



Gretel Bluhm-Janssen
am Teich im Hospizgarten

Das Interview führten Jutta Röttgers und Maike Janssen

Schafft euch ein Nebenamt,

„… ein unscheinbares, womöglich ein geheimes Nebenamt. Tut die Augen auf und sucht, wo ein Mensch oder ein gutes Werk ein bisschen Zeit, ein bisschen Teilnahme, ein bisschen Gesellschaft, ein bisschen Arbeit eines Menschen braucht. Vielleicht ist es ein Einsamer oder ein Verbitterter oder ein Kranker oder ein Ungeschickter, dem du etwas sein kannst. Vielleicht ist es ein Greis oder ein Kind. Oder ein gutes Werk braucht Freiwillige, die einen freien Abend spenden oder Gänge tun können.
Wer kann die Verwendungen alle aufzählen, die das kostbare Betriebskapital, Mensch genannt, haben kann! An ihm fehlt es an allen Ecken und Enden. Darum suche, ob sich nicht eine Anlage für dein Menschentum findet. Lass dich nicht abschrecken, wenn du warten oder experimentieren musst. Auch auf Enttäuschungen sei gefasst. Aber lass dir ein Nebenamt, in dem du dich als Mensch an Menschen ausgibst, nicht entgehen …“

Albert Schweitzer

Entwicklung der Hospizarbeit

1997 Beginnend mit dem ersten Qualifizierungskurs für ehrenamtliche Hospizmitarbeitende

1999 Gründung der Hospiz-Initiative Leer e.V.

1999 Beginn mit Sterbebegleitung und Trauerbegleitung, Öffentlichkeitsarbeit

2000 Gesprächskreis für alleinstehende ältere Menschen

2003 Bau und Betrieb eines Hospizes als Ziel in die Vereinssatzung aufgenommen

2004 Eröffnung des Trauercafés „Trauer und Gespräch“

2004 Einrichtung einer Koordinatorenstelle für die Organisation der Begleitungen

2005 Gründung der Hospizstiftung Leer

2006 Gründung des runden Tisches für die Hospiz- und Palliativarbeit

2007 Beginn der ambulanten Kinderhospizarbeit

2007 Beginn der Elterntrauergruppe

2007 Errichtung des Hospiz- und Palliativstützpunktes Ostfriesland

2007 Spatenstich für das stationäre Hospiz in der Mörkenstraße

2008 Bau des Hospizhuus

2009 Eröffnung des ersten stationären Hospizes in Ostfriesland

2009 Beginn der Trauergruppe „Schritte gehen – neue Wege wagen“

2009 Durchführung von Palliative Care Kursen für Pflegekräfte

2011 Beginn der Kindertrauergruppe für sechs- bis zehnjährige Kinder

2012 Beginn des maltherapeutischen Angebots für Erwachsene und Kinder

2013 Planung eines Neubaus für die ambulante Hospiz- und Trauerarbeit

2014 Beginn der Männertrauergruppe „Von Mann zu Mann“

2014 Beginn des Projekts „Hospiz macht Schule“ für 3. und 4. Klassen in Grundschulen

2015 Bau des Hauses für die ambulante Hospiz- und Trauerarbeit

2015 Beginn der Trauergruppe für Jugendliche ab 16 Jahre und junge Erwachsene

2016 Beginn der Trauergruppe für elf- bis 15-Jährige

2016 Eröffnung des Neubaus der Hospiz-Initiative für die ambulante Hospiz- und Trauerarbeit

2017 Der 20. Hospizqualifizierungskurs für ehrenamtliche Hospizmitarbeitende findet statt

2018 Beginn der Trauergruppen „Trauer in Bewegung“: Nordic Walking und Gemeinsam Gehen

2018 Beginn des Projekts „Let’s talk about death“ für Schülerinnen und Schüler der Klassen acht bis zehn

2019 20-jähriges Jubiläumsjahr mit monatlichen Veranstaltungen für die Öffentlichkeit und Eröffnung der Ausstellung „Mein letztes Gepäck“

2020 Beginn eines weiteren Trauercafés „Tee, Torte, Trauer“

2021 Beginn des musiktherapeutischen Angebots für Sterbende und Trauernde

2021 Beginn der Trauergruppe für Sternenkindeltern

2021 Beginn der Trauergruppe „Seele in Bewegung“

2021 Beginn des Kurses „Letzte Hilfe“

2021 Beginn der „Trauergruppe nach Suizid“

2021 Ausstellung „Wenn Worte fehlen“

2021 Durchführung des Qualifizierungskurses Trauerbegleitung

2022 Beginn der Musiktrauergruppe „Grieve&Groove“

2023 Beginn des Angebots „Yoga für Trauernde“

2024 25-jähriges Jubiläum mit Jubiläumsprogramm

2024 Voraussichtlicher Baubeginn eines Gartenpavillons

Unsere Domizile



Ein Zimmer
in der Pferdemarktstr.

1999–2002



Drei Zimmer
am Dr.-Reil-Weg

2003–2005



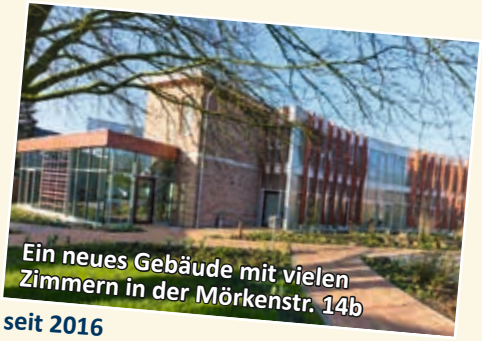
Ein Haus im Turnerweg

2006–2009



Ein Flügel im Hospizhuus
Mörkenstr. 14

2009–2016



Ein neues Gebäude mit vielen
Zimmern in der Mörkenstr. 14b

seit 2016

Ehrenamtliche Hospizarbeit in Zahlen 1999 – 2024



623 Mitglieder

102 Aktiv ehrenamtlich tätige Mitglieder



Sterbebegleitungen bei Erwachsenen **1.724**

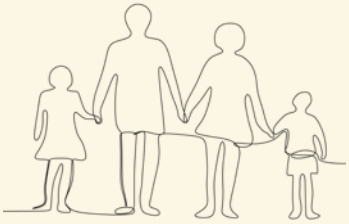


Einige Begleitungen erstrecken sich über wenige Tage mit täglichen, meist sehr zeitintensiven Besuchen, andere Begleitungen wiederum dauern ein bis zwei Jahre. So haben in 25 Jahren etwa

58.072

Besuche bei sterbenden Menschen stattgefunden.

Sterbebegleitungen bei Kindern/Familienbegleitungen **54**



Die Familienbegleitungen starten ab Diagnosestellung und erstrecken sich daher häufig über mehrere Jahre. So haben in 25 Jahren etwa **11.232** Besuche stattgefunden.

Es wurden **8.621** **Angehörige** von Sterbenden begleitet.

Beratungsgespräche **5.282**



Vorträge/Aktionen



3.080

16 unterschiedliche Trauergruppenangebote



Anzahl der Trauergruppen-Treffen:

Trauergruppen Erwachsene 910



Trauergruppen Kinder und Jugendliche 369



Ausdrucksmalgruppen 580



Fortbildungen 222

Supervisionen 298

Sitzungen 689

Ehrenamtlich geleistete Stunden **364.000**

Würde man eine Stunde mit 40 Euro vergüten,
hätte man ein Ergebnis von:

14.560.000 Euro



Hospizarbeit in Bildern


Das Haus der Hospiz-Initiative und das Hospizhuus aus der Vogelperspektive


Theater, Theater ...


Bibliothek in der Hospiz-Initiative


Kindertrauergruppe


Begegnung


Benefizpaddeln


Hospiz braucht Freunde
Häuschen-Aktion


Gesundheitstag




Ausdrucksmalen
junge Erwachsene


Fortbildung


Dachziegel kleben
für's Hospiz


Backen für's Hospiz


Niedersachsentag 2003


Rote Nase – große Wirkung


Benefizball Schrock-Opitz


Julianenparkfest


Citylauf


Gedenkfeier


Ein Kaminofen wärmt


Lesung Gräfin Schönfeld


Seniorentag


Boßeltour



Trauercafé



Bundesverdienstkreuz 2016



Ostfr. Kirchentag





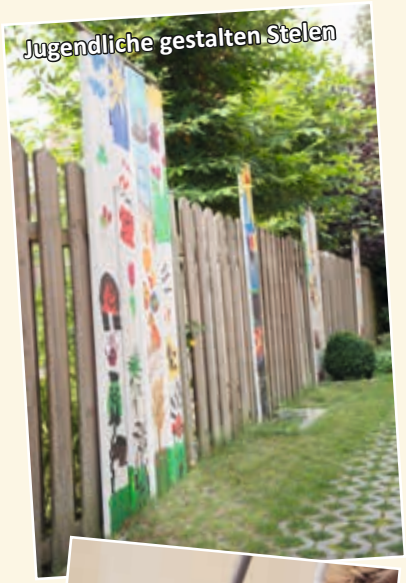
Oldersumer Puppenspölers zu Besuch



Verdienstmedaille vom Land Niedersachsen 2007



Haus der Hospiz-Initiative


Jugendliche gestalten Stelen


Ministerin zu Besuch


Stein für Stein
zu unserem Hospiz


Ein Pony zu Besuch –
Alte Vertrautheit spüren


Öffentlichkeitsarbeit/Vorträge


Jugendtrauergruppe


Märchenerzähler


Sing-Workshop Trio a Due


Landrat lädt zum Grillen ein


Losverkauf im Emspark


Im Gespräch


Abendbrot Männertrauergruppe


Trommelworkshop


Vortrag Annelie Keil


Raum der Stille



Spaß bei den Vorbereitungen zur Eröffnungsfeier des Hospizhuus ...



... geschafft!



Eröffnung Hospizhuus 2009



Prost!



Clowns weihen unseren neuen Bauwagen ein



Schatzkästchen für die Erinnerung basteln



Frühschoppen unter freiem Himmel



Von Angesicht zu Angesicht



Büchertisch



Jubiläumsfeier im Rathaus –
15 Jahre Hospiz-Initiative



Frauenpower



Gallimarkt im Hospiz



Zehn Paar selbstgestrickte Söckchen
zum 10-jährigen Jubiläum



Helfer in der Kinderhospiz-
und Trauerarbeit



Trauerweiterbildung



Abendstimmung im Hospizhuus



Kinderhospizarbeit – Familienbegleitung



Die Tabutanten – Sie werden lachen, es geht um den Tod



Wir feiern den Augenblick



Theaterlaboratorium

Der Mann, der niemals weinte



Fest für trauernde Kinder mit Schminkangebot



Paradiso



Benefizfußballspiel mit Ailton



Eröffnungsfeier „Mein letztes Gepäck“ anlässlich des 20-jährigen Jubiläums



Nikolaus zu Gast



Musik tut gut



Blinkfüür 2018



Saxophonisten erfreuen mit einem Konzert



10 Jahre Benefizball – Hospizlerinnen schwingen zum Dank das Tanzbein



Alpakawanderung mit Trauernden



Aktion am Kinderhospiztag



Letzte-Hilfe-Kurs



Ohne Lakritz läuft nichts



Lichtdurchflutet



Theater – Die Silbermöwen



Geschenk von Otto Waalkes



Ostfrieslandschau



Trostbonbons



Kofferausstellung
„Mein letztes Gepäck“





Hospiz braucht Freunde –
Werbung auf den Kap Verden



Freude beim Kursabschluss



Mutter und Tochter genießen
den Sommer auf der Terrasse



Wenn Worte fehlen



Ausstellung anlässlich
des Welthospiztages



Sommerfest mit Nachbarschaft



Gemeinschaft





Rathausfest



„Der untröstliche Hugo“
Hospiz macht Schule



Radrallye zum 20-jährigen Jubiläum



5 Themenkoffer –
Hospiz macht Schule


Weiterbildung in Coronazeiten
mit Maske und Abstand


Wiehnachtsmarkt
achter'd Waag


Öffentlichkeitsarbeit


Entspannung im Hospizgarten


Essen ...


... in Gesellschaft


Auch Mitarbeiterinnen müssen sich mal stärken


Teetied ...


... auf dem Denkmalplatz


... mit musikalischer Unterstützung


... mit Muckje in d' Loop


Teetied mol anners –
am Hafen ...


Weihnachtsfeier ...


... mit Engel ...


... und Verknobelung

Hospiz ist Haltung

Hospiz ist mehr als ein Ort – Hospiz ist eine Haltung dem schwerkranken und sterbenden Menschen gegenüber. Sie ist gekennzeichnet von großem Respekt und Achtung vor diesem individuellen Menschen, vor seinem Lebenskonzept, vor seinem ganz eigenen Lebensweg, verbunden mit bedingungsloser Wertschätzung.

Die Hospizbewegung möchte ein würdevolles Leben bis zuletzt in Geborgenheit unterstützen und Menschen auf dem letzten Stück ihres Lebensweges begleiten. Dabei stehen die Bedürfnisse und Rechte der Betroffenen im Mittelpunkt.

„Sie sind bis zum letzten Augenblick Ihres Lebens wichtig und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben können, sondern auch bis zuletzt leben können.“ Cicely Saunders

Wir von der Hospiz-Initiative Leer e.V. haben es uns zur Aufgabe gemacht, für alle Menschen da zu sein, die sich Begleitung und Unterstützung in dieser besonderen und oft herausfordernden Lebensphase wünschen. Dafür haben wir uns durch die Teilnahme an einem Qualifizierungskurs umfassend vorbereitet. Regelmäßig stattfindende Supervisionen sowie Fort- und Weiterbildungen aller MitarbeiterInnen tragen dazu bei, die Qualität unserer Arbeit zu erhalten und unser Angebot zu erweitern. Die Einhaltung der Schweigepflicht ist für uns selbstverständlich. Wir arbeiten ehrenamtlich und überkonfessionell. Die Inanspruchnahme unserer Angebote ist kostenfrei.



Begriffe aus der Hospizarbeit

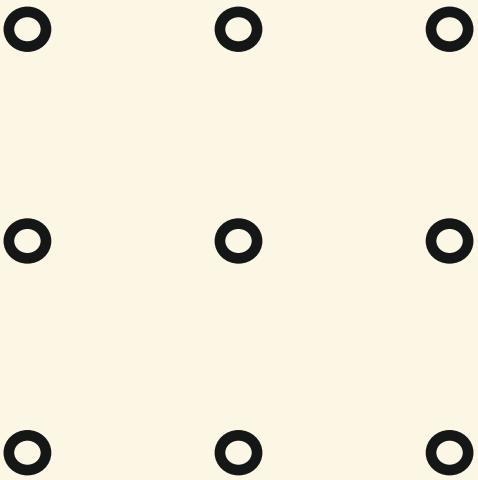


Geiht nich giff`t nich

Gewohnte Denkstrukturen verlassen, um Lösungen zu entwickeln.

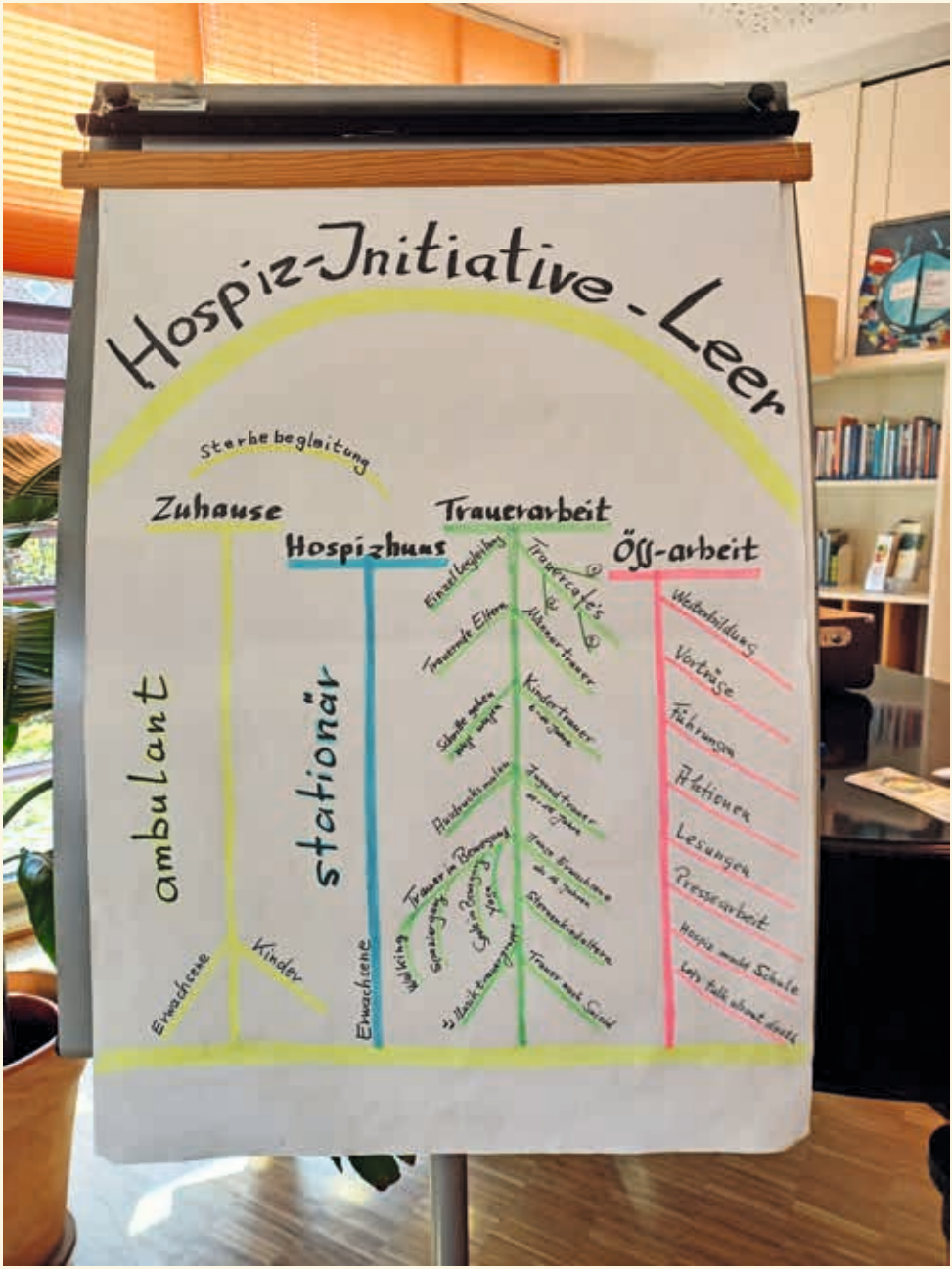


Verbinde alle Punkte mit vier geraden Linien, ohne den Stift abzusetzen.



Die meisten Menschen nehmen zunächst ein Punktequadrat wahr und versuchen innerhalb dieses Quadrates eine Lösung zu finden. Das erschwert die Aufgabe. Erst wenn es uns gelingt, die Quadratstruktur gedanklich zu durchbrechen, kann eine Lösung gefunden werden.

Die vier Säulen der Hospiz-Initiative Leer



Erste Säule: Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen in ihrem häuslichen Umfeld

Die Bedürfnisse des kranken Menschen sind der Maßstab für unser Handeln. Ehrenamtlich Mitarbeitende möchten für Sie da, wo Sie es wünschen und so, wie Sie es wünschen, begleiten und Ihnen unterstützend zur Seite stehen.
Wir kommen zu Ihnen nach Hause, aber auch ins Pflegeheim oder ins Krankenhaus. Wir schenken Zeit und hören achtsam zu, so dass ausgedrückt werden kann, was bewegt, Last abgeladen werden kann, die beschwert, geklärt werden kann, was noch umtreibt. Konkrete Hospizarbeit durch Gesellschaft und Fürsorge zu erleben, beinhaltet z.B.: vorgelesen zu bekommen, spazieren zu gehen oder noch einmal ans Meer zu fahren, zusammen zu lachen, zu weinen, zu schweigen, zu singen – was immer es braucht.

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter berichten von ihrer Begleitungsarbeit

Die Namen der Begleiteten aus allen hier vorgestellten Geschichten wurden aus Daten- und Personenschutzgründen anonymisiert.

„Ich würde so gern zu Hause sterben“

Die Begleitung, von der ich erzählen möchte, liegt schon viele Jahre zurück und doch erinnere ich mich noch sehr gut an Gisela und Wolfgang S.

Frau S. hatte sich bei der Hospiz-Initiative gemeldet und um Unterstützung gebeten. Nach einem ersten kurzen Telefonat vereinbarten wir gleich für den nächsten Tag einen Termin.

Frau S. war allein zu Hause, da ihr Mann kurz zuvor ins Krankenhaus gekommen war. Sie berichtete mir, dass er ein paar Tage zuvor starke Schmerzen bekommen habe und sie nachts den Rettungsdienst angerufen hätte. Herr S. war an Bauchspeicheldrüsenkrebs erkrankt. Die Krankheit war rasch fortgeschritten und es ging ihm bereits sehr schlecht.

Im Laufe des Gesprächs stellte sich heraus, dass Frau S. ihren Mann überwiegend alleine versorgte, lediglich morgens wurde sie von einem Pflegedienst unterstützt.

Man sah ihr die Erschöpfung deutlich an und sie erzählte mir von ihren Ängsten und vor allem der Sorge, allein zu Hause zu sein, wenn ihr Mann stirbt. Daher war sie froh, dass er im Krankenhaus versorgt wurde. Sie wünschte sich von mir zunächst, ihren Mann im Krankenhaus zu besuchen, um ihr einen Tag Pause zu ermöglichen. Bereits am folgenden Tag machte ich mich auf den Weg zu Herrn S. ins Krankenhaus. Seine Frau hatte ihm von mir erzählt und so freute er sich, mich kennenzulernen.

Er wusste um die Erschöpfung seiner Frau und war froh, dass sie nun einmal einen Tag zum Ausruhen hatte. Da er schon sehr geschwächt war und ganz offensichtlich auch nicht mehr viel Zeit zu leben hatte, war eine Entlassung nach Hause zunächst nicht geplant. Daher bot ich ihm an, ihn regelmäßig im Krankenhaus zu besuchen.

Bei meinem nächsten Besuch wurde im Laufe des Gesprächs mit Herrn S. deutlich, dass es ein großer Wunsch von ihm war, im eigenen Zuhause sterben zu dürfen. Doch er machte sich Sorgen um seine Frau und hatte Angst, er würde sie mit der inzwischen erforderlichen Pflege und Versorgung überfordern und zu sehr belasten.

Ich berichtete ihm von möglichen Unterstützungsangeboten und von entsprechenden Versorgungsmöglichkeiten auch für zu Hause. Gut vorbereitet und geplant wäre dieser Wunsch sicherlich umsetzbar. Auch von Seiten der Hospiz-Initiative gebe es noch die Möglichkeit weiterer Unterstützung. Dieser Gedanke gefiel Herrn S., trotzdem hatte er Zweifel, dass es tatsächlich möglich sei. Ich fragte ihn, ob seine Frau von seinem Wunsch wüsste, was er verneinte.

Der Gedanke daran ließ ihn jedoch nicht mehr los.

Als wir uns das nächste Mal trafen, erzählte er mir, er wolle seiner Frau von dem Wunsch erzählen und ob ich dabei sein könne.

Das Gespräch mit den beiden, gleich am nächsten Tag, verlief sehr emotional. Die Ehefrau berichtete ihm von ihren damit verbundenen Ängsten und es flossen viele Tränen. Alle Bedenken und Sorgen kamen auf den Tisch, aber auch die Unterstützungsmöglichkeiten wurden thematisiert. Ich äußerte den Gedanken, dass sie es einfach versuchen könnten. Schließlich gebe es auch dann immer noch die Möglichkeit, sich doch wieder für eine Versorgung im Krankenhaus, Pflegeheim oder Hospiz zu entscheiden.

Kurz darauf rief mich Frau S. an und berichtete mir, dass sie ihren Mann nach Hause holen wolle. Dann ging alles recht schnell, ein Palliativpflegedienst wurde organisiert, ein Palliativmediziner mit eingebunden, eine zusätzliche ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin stand zur weiteren Unterstützung in den Startlöchern und

ebenso wurde ein Pflegebett organisiert, welches im Wohnzimmer mit Blick in den Garten aufgestellt wurde.

Wenige Tage später brachte ein Krankentransport Herrn S. nach Hause.

Sein Zustand hatte sich in den letzten Tagen rasant verschlechtert und er war schon sehr geschwächt. Er war jedoch sehr dankbar, wieder in seinem gewohnten Umfeld zu sein und verstarb vier Tage später ganz friedlich in seinem Wohnzimmer.

Frau S. und ich saßen noch eine Weile mit einer Tasse Tee an seinem Bett und sie erzählte mir, wie froh sie sei, dass sie ihm seinen Wunsch erfüllen konnte. Voller Trauer, aber auch erleichtert, umarmte sie mich.

Ich berichtete ihr noch von der Möglichkeit, ihren Mann noch bis zu 36 Stunden zu Hause zu haben, um in Ruhe Abschied nehmen zu können. Dankbar für diese Möglichkeit, blieb Herr S. noch bis zum nächsten Tag im Wohnzimmer mit Blick in seinen Garten.



Marlies Smidt, 57 Jahre, Dorfhelferin, wohnhaft in Nortmoor, hat 2002 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in allen Bereichen der Hospiz-Initiative tätig.

„Bis zuletzt an Kunst interessiert“

Als ich die ambulante Begleitung bei der 62-jährigen Frau B. begann, hatte sie ein paar Monate zuvor zum zweiten Mal die Diagnose Brustkrebs bekommen. Die erste Erkrankung hatte sie durch eine Behandlung mit Chemotherapien überstanden, sie lag drei Jahre zurück.

Auch jetzt bekam sie seit der Diagnose wieder eine Chemotherapie und Bestrahlungen. Dadurch ging es ihr nicht gut, sie hatte starke Schmerzen und war körperlich sehr geschwächt.

Sie willigte ein, dass ein Palliativmediziner hinzugezogen wurde, der sie noch am selben Tag auf die Palliativstation einwies. Dort wurde sie medikamentös gut eingestellt und nach ein paar Tagen wieder nach Hause entlassen.

Da es ihr besser ging, war sie überzeugt, dass sie auch dieses Mal die Krankheit besiegen würde. Ich besuchte sie wöchentlich in ihrem Zuhause. Beim gemeinsamen Teetrinken erzählte sie mir von sich und ihrer Familie oder wir machten zusammen einen Spaziergang mit ihrem Hund.

Da Frau B. beruflich als Kunsttherapeutin gearbeitet hatte, war sie sehr an Kunst interessiert und so fragte sie mich eines Tages, ob ich mit ihr in die Kunsthalle nach Emden fahren würde. Gerne willigte ich ein. Beide genossen wir diesen Ausflug in die Kunstwelt. Auch nutzte sie häufig unser Angebot des Ausdruckmalens im Kreativraum der Hospiz-Initiative.

Durch die regelmäßigen Chemotherapien und Bestrahlungen ging es ihr oft nicht gut, aber für Frau B. war diese Therapie ihre Lebensversicherung. Nach ein paar Monaten klagte sie über Kopfschmerzen, Sehstörungen und die Operationsnarbe der Brust veränderte sich. Der Onkologe sprach von Metastasen im Gehirn und in der Haut.

Das war für Frau B. und auch für mich ein großer Schock. Für Frau B. brach jede Hoffnung weg und im Grunde wusste sie, dass sie diese Krankheit nicht überwinden würde.

Wir hatten in der Zeit lange und intensive Gespräche und Frau B. entschloss sich, alle Therapien abzubrechen und nur noch die palliativmedizinische Behandlung in Anspruch zu nehmen. Jetzt wollte sie die ihr noch verbleibende Zeit ohne die beschwerlichen Chemotherapien genießen, soweit es ihre Krankheit und ihr Befinden zuließen.

Da sie durch die Chemotherapie ihre Haare verloren hatte, äußerte sie den Wunsch nach Oldenburg zu fahren, um sich eine schöne Perücke auszusuchen. Da sie selbst

nicht mehr Auto fahren konnte, fuhren wir beide mit meinem Wagen nach Oldenburg. Die passende Perücke war schnell ausgesucht und sie verkündete, noch das Horst Janssen Museum besuchen zu wollen. Gesagt - getan! Für Frau B. und auch für mich war es ein sehr schöner Nachmittag. Erschöpft, aber sehr glücklich kamen wir gegen Abend wieder in der Heimat an. Die Malerei war eine große Leidenschaft von ihr und so haben wir in den nächsten Monaten noch einige schöne Ausstellungen in Worpswede, Groningen und Bremen besucht. Dazwischen trafen wir uns ein- bis zweimal die Woche zum Teetrinken und Reden zu Hause, im Café oder zum Einkaufen.

Mit der Zeit wurde Frau B. immer schwächer, sie verbrachte viel Zeit im Bett und ich habe dann oft im Sessel daneben gesessen und ihr etwas vorgelesen oder nur ihre Hand gehalten.

Wenige Wochen vor ihrem Tod äußerte sie den Wunsch, ins Hospiz zu wollen.

Dort hat sie die letzten drei Wochen ihres Lebens zufrieden verbracht und ist dort friedlich verstorben. Ich habe sie fast jeden Tag besucht und konnte auch für mich, nach einer sehr intensiven Begleitung, einen guten Abschluss finden.



Doris Greve, 76 Jahre, technische Fernmeldebeamtin, wohnhaft in Leer, hat 2001 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

„Hoffnung bis zuletzt“

Eine 32-jährige junge Frau erhält die Diagnose Brustkrebs und bittet um Unterstützung. Ich lerne sie noch als Patientin im Krankenhaus kennen. Dies sollte der Beginn einer langjährigen Begleitung werden. Voller Hoffnung, dass mit der Therapie die Krankheit überwunden sei, wird sie ein Jahr nach Therapieende schwanger und schenkt einem gesunden kleinen Jungen das Leben. Es ist ihr drittes Kind. Alle sind glücklich und voller Zuversicht.

Aber schon wenige Monate später wird festgestellt, dass der Krebs gestreut hat und nun auch andere Organe betroffen sind. Es herrschen Verzweiflung, Wut, Bitterkeit und immer wieder abgrundtiefe Traurigkeit. Ich besuche sie jede Woche, höre zu, halte diesen kaum beschreibbaren Schmerz mit ihr aus, auch wenn es fast nicht auszuhalten ist. Ich bleibe da, versuche eine Säule zu sein, die Halt gibt, an der man sich reiben darf und an der man sich auch festhalten kann. Es ist ein langer Prozess der Auseinandersetzung bis hin zu der Erkenntnis, dass sie möglicherweise sterben wird.

Auch die Kinder und der Ehemann leiden. Alles hat sich verändert. Eine weitere ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin begleitet die Kinder, holt sie einmal die Woche ab, geht mit ihnen Eis essen, auf den Spielplatz und hört ihnen vor allen Dingen zu. Was bewegt sie? Was brauchen sie?

Wir nehmen Kontakt mit der Schule auf, erzählen von der schwierigen Situation, unterstützen den Achtjährigen bei seinen Hausaufgaben, nehmen Kontakt auf mit der Familienhilfe, um weitere Betreuung für das jüngste Kind zu organisieren.

Der Ehemann braucht Unterstützung bei Behördengängen und Anträgen, braucht jemanden, mit dem er auch das Undenkbare ansprechen kann, braucht Trost in dieser nahezu trostlosen Situation.

Die Mutter der jungen Frau wohnt weit weg, kommt aber immer wieder mal für 14 Tage, um zu helfen. Sie kann es kaum ertragen, ihre Tochter so krank zu sehen. In dieser Zeit fahre ich mehrmals mit ihr nach Leer, um einen Kaffee zu trinken. Doch der Kaffee ist nur Beiwerk, auch sie braucht jemanden, dem sie ihr Herz ausschütten kann, der sie fragt: „Und wie geht es dir? Was brauchst du in dieser schweren Zeit?“

Nach einem weiteren Jahr fragt die junge Frau mich bei einem meiner wöchentlichen Besuche, ob ich ihr wohl ein festliches Kleid besorgen könne. „Ja klar,“ antworte ich, „verrätst du mir auch, wozu du es brauchst?“ Und sie erzählt, dass sie in diesem Jahr zehn Jahre mit ihrem Mann verheiratet sei und dass sie ihre grüne Hochzeit nicht gefeiert habe, sondern mit Jeanshose und Pullover auf dem Stan-

desamt in Amsterdam geheiratet habe. Nun wolle sie gerne zum zehnjährigen Hochzeitstag ein kleines Fest feiern. Gesagt – getan. Sie war derzeit schon überwiegend bettlägerig und konnte nur noch im Rollstuhl bewegt werden. Aber nach dem Motto unserer Hospizarbeit: „geiht nich – gifft `t nich", wurden die Vorbereitungen angegangen.

Die Farbe ihres langen festlichen Kleides war metalliclila. Die Farbe hatte sie sich aus mehreren Stoffproben ausgesucht. Der, nach vielen Chemotherapien, kahle Kopf bekam ein lila Häubchen mit einem rosa Schleier. Der Ehemann bekam eine metalliclilafarbene Krawatte. Genäht hat es eine Schneiderin aus dem Nachbarort. Bezahlt hat es die Hospiz-Initiative. Die Nachbarn hängten einen grünen Tannenkranz um die Tür, es gab Musik, leckere Schnittchen, wir konnten zusammen lachen und es war für alle ein schöner und entspannter Nachmittag.

Und obwohl die junge Frau ihr mögliches Ende vorgedacht und Dinge geregelt hatte, äußerte sie eines Tages den Wunsch, nach Lourdes, einem Wallfahrtsort in Frankreich, fahren zu wollen. Vielleicht würde ja doch noch ein Wunder geschehen. Hoffnung flammte auf.

Wir organisierten ein Wohnmobil, eine befreundete Krankenschwester, der Ehemann und die zwei kleineren Kinder fuhren mit. Sauerstoffflaschen und genügend Schmerzmittel wurden eingepackt. Ein Nachbar steuerte das Wohnmobil. Da die junge Frau schon sehr geschwächt war, kamen Bedenken von einigen Menschen, sie könne auf der Fahrt sterben. Ja, das hätte passieren können. Und ja, es hätte auch passieren dürfen. Sie war todkrank und hatte diesen Wunsch. Sie wollte und sie durfte noch einmal Hoffnung leben.

Nach ein paar Tagen kam sie zurück, müde, aber zufrieden, war erfüllt von den Eindrücken und äußerte, sie habe das Gefühl, dass es ihr etwas besser ginge.

Hoffnung bis zuletzt.

14 Tage später verstarb sie in ihrem Bett zu Hause, wo sie die letzten Monate verbracht hatte.

Ich durfte mit ihr und der Familie sein, zusammen mit dem Ehemann weinen, Kinder in den Arm nehmen, gemeinsam ihre Lieblingsmusik hören, Tee kochen, den Arzt benachrichtigen …

„Gehst du jetzt weg, Gretel?" fragt Tom, der neunjährige Sohn. „Nein, Tom, ich bleibe noch hier. Ich habe Zeit."

Wir wurden eingeladen zur Einsargung und zur Beerdigung und hatten über viele Jahre danach noch Kontakt zu der Familie. Nach etlichen Jahren des Nichtsehens

traf ich zufällig letzten Sommer die Mutter der jungen Frau und zwei der nun schon fast erwachsenen Kinder auf einer Veranstaltung in Leer wieder. Wir umarmten uns und freuten uns, einander zu sehen. Es war ein gutes und vertrautes Gefühl.



Gretel Bluhm-Janssen, 75 Jahre, Diplom Psychologin, wohnhaft in Potshausen, seit 1999 aktiv verantwortlich für den Verein tätig, bildet seit 25 Jahren alle Ehrenamtlichen aus.

Hören
ist
eine
Grundform
von
Zärtlichkeit …

Kurt Mati

„Ich dachte, es gäbe nur Sterbebegleiterinnen“

Kurz vor Weihnachten 2022 wurde ich für eine Sterbebegleitung angefragt. Die Ehefrau hatte sich persönlich an die Hospiz-Initiative gewandt und ihre Situation und die Diagnose ihres 54-jährigen Mannes geschildert. Einen Tag nach der Anfrage habe ich mich telefonisch an das Ehepaar gewandt. Die Frau meldete sich und war überrascht, dass sich ein Mann bei ihnen meldete. Sie war davon ausgegangen, dass es nur weibliche Sterbebegleiter geben würde. In einem netten Gespräch haben wir dann erste Fragen besprochen und einen Termin zum persönlichen Kennenlernen abgestimmt.

Das persönliche Kennenlernen und das Gespräch mit beiden verlief gut. Wir unterhielten uns darüber, was wir von der Hospiz-Initiative alles anbieten, wo wir unterstützen und vieles mehr. Die anfängliche Skepsis gegenüber einer männlichen Begleitung war nach dem Gespräch wie weggeblasen.

Bei einem der nächsten Besuche kam u.a. von dem Ehemann die Frage auf, was er überhaupt alles vor seinem Tod schon regeln dürfte und was möglicherweise pietätlos wäre. Es entwickelte sich ein offenes Gespräch darüber, was die beiden sich darunter so vorstellten, z.B. jetzt schon einen Sarg aussuchen, die Traueranzeige besprechen, die Beerdigung planen. Ich machte ihnen Mut miteinander über alles zu sprechen.

Als wir uns eine Woche später wieder bei Tee und Kuchen in ihrer Küche trafen, berichteten beide davon, dass sie beim Bestatter waren und viele Punkte vorbesprochen und auch schon einige Entscheidungen getroffen hatten. Trotz des schweren Themas führten wir ein intensives Gespräch über die Entscheidungen und was dies mit den beiden Ehepartnern machte. Sie wirkten ein Stück weit erleichtert, diese Entscheidungen gemeinsam getroffen zu haben und dass der Ehemann seine Vorstellungen und Wünsche mit einbringen konnte. Es entlastete den Ehemann sehr, dass er es seiner Frau und den Kindern dadurch leichter machen würde, wenn „der Tag“ mal käme.

Beim nächsten Besuch berichtete der Mann dann, dass er sich ein neues Grundstück zugelegt hätte. Ich war darüber erstaunt und in dem darauf folgenden Gespräch erzählten dann beide, dass sie vor ein paar Tagen auf dem Friedhof waren und sich eine Grabstelle ausgesucht hatten. Da sich in unseren Gesprächen eine große Vertrautheit entwickelt hatte, vermochte der Mann dies auch mit einem gewissen Augenzwinkern, gepaart mit ein wenig Ironie, zu erzählen. Wir mussten gemeinsam schmunzeln.

In all dieser Zeit war der Mann in chemotherapeutischer Behandlung. Er fühlte sich zunehmend geschwächter und in einer Nacht ging es ihm so schlecht, dass er

ins Krankenhaus kam. Hier stellte sich heraus, dass die Krankheit sehr weit fortgeschritten war und er nur noch eine sehr kurze Zeit zu leben haben würde. Da beide Eheleute sich schon im Vorfeld gewünscht hatten, die verbleibende Zeit in unserem stationären Hospiz zu verbringen, unterstützte ich sie bei der Umsetzung. Nach einigen Tagen konnte der Mann ins Hospizhuus einziehen. Hier verbrachte er zusammen mit seiner Frau und den Kindern die letzte gemeinsame Zeit. Zwölf Stunden nach dem Einzug verstarb der Mann im Kreis seiner Familie.



Bodo Leemhuis, 47 Jahre, Mitarbeiter Qualitätsmanagement, wohnhaft in Uplengen, hat 2022 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Wir können das Leid anderer nicht heilen,
aber wir können Ihnen mit Mitgefühl und Verständnis beistehen.

Elisabeth Kübler-Ross

Ausdrucksmalen



Oft fehlen Worte, um das Unfassbare auszudrücken. Das Ausdrucksmalen bietet daher eine hilfreiche Möglichkeit, einen anderen Weg des Ausdrucks zu finden. Es geht darum, Gefühle in Form und Farbe darzustellen. Neben Pinsel und Schwamm kommen gelegentlich auch Hände und Füße zum Einsatz. Das Malen erschließt eine kreative Erfahrung, die oft mit einer heilsamen Entspannung einhergeht. Ehrenamtliche, die das Ausdrucksmalen anbieten, haben alle eine zusätzliche Qualifizierung an der Mildred Scheel Akademie in Köln erworben.

„Für kurze Zeit abschalten dürfen und im Malprozess Entspannung finden“

„Wenn mir die Tür der Hospiz-Initiative zum Malen geöffnet wird, dann bleibt meine Erkrankung draußen“ Diese Aussage machte eine junge Frau, die schwer an Krebs erkrankt war. Sie wusste, wie begrenzt ihr Leben war.

Sie benutzte helle Farbtöne, manchmal etwas gold, selten schwarz. Sie malte gerne, tauchte ihre Stimmung in Farbe ein, konnte in einer achtsamen Atmosphäre Gefühle und Befindlichkeiten ausdrücken. Es kam hin und wieder vor, dass die Schwäche ihres Körpers das Malen nicht zuließ … Sie kam trotzdem, denn die Gemeinschaft tat ihr gut.

Ihre Bilder sind sehr ausdrucksstark. Sie hängen bei Familie und Freunden, erinnern an eine tapfere junge Frau, die so früh Abschied vom Leben nehmen musste.



Anna Aeissen-Krakowiak, 68 Jahre, Krankenpflegehelferin, wohnhaft in Leer, hat 2007 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Kinderhospizarbeit

Begleitung von Familien mit schwerkranken Kindern in ihrem Zuhause

Wenn ein Kind lebensverkürzend erkrankt ist, beeinflusst dies das ganze Familienleben in bedeutsamer und vielfältiger Weise. Zusätzlich in der Kinderhospizarbeit und Familienbegleitung qualifizierte Ehrenamtliche stehen hier, oft über viele Jahre hinweg, zuverlässig unterstützend zur Seite, um Entlastung und Freiräume zu schaffen. Neben dem schwerkranken Kind und den Eltern brauchen gerade auch die Geschwisterkinder häufig liebevolle Aufmerksamkeit während der Begleitung.



Drei Kinder und ein Gendefekt

Aktuell unterstütze ich eine Familie mit drei Kindern, die alle einen Gendefekt in unterschiedlichen Ausprägungen haben.

Das älteste Kind, Alexa, wird 2003 geboren. Sie entwickelt sich körperlich normal, ist jedoch in ihrer geistigen Entwicklung eingeschränkt.
Das zweite Kind, Jonas, wird 2005 geboren und ein Jahr später wird festgestellt, dass auch seine Entwicklung beeinträchtigt ist.

2009 nimmt die Familie erstmalig Kontakt mit der Hospiz-Initiative auf.
Ein Jahr später wird das dritte Kind, Timo, mit großen Komplikationen als Frühchen geboren. Er erleidet eine Hirnblutung und die Ärzte geben ihm nur eine geringe Überlebenschance. Timos Prognose gleicht der von seinem Bruder Jonas.
Jonas ist zu dieser Zeit bereits ein kompletter Pflegefall und benötigt eine intensive Betreuung. Er leidet u.a. an epileptischen Anfällen.

Ein Pflegedienst unterstützt die Familie fortan und wir, meine Kollegin Silke und ich, kommen regelmäßig in die Familie und kümmern uns vorwiegend um die Geschwisterkinder.

Jonas wächst heran; er wird größer und schwerer und die Betreuung wird zunehmend herausfordernder für alle Beteiligten. Er leidet vermehrt unter Spastiken und hat große Schmerzen. Ein Palliativteam wird zur Betreuung hinzugezogen.

2019 erhält die Familie die Bestätigung, dass alle drei Kinder denselben Gendefekt haben.

Einige Jahre später leidet auch der jüngste Sohn Timo an epileptischen Anfällen, was eine zusätzliche Belastung für die Familie darstellt. 2024 wird Jonas in eine Pflege WG aufgenommen. Die Familie besucht ihn dort häufig und regelmäßig.

Alexa und Timo werden weiterhin von Silke und mir betreut.

Während Silke sich um den jüngeren Sohn Timo kümmert, bin ich für Alexa da. Mit gemeinsamen Unternehmungen, wie zum Beispiel Kinobesuche, Eis essen gehen oder zusammen spielen und kreativ sein, Hausaufgaben machen, beschäftigen wir uns intensiv mit ihnen und haben ein offenes Ohr für ihre Wünsche, Fragen und Sorgen. Basis für diese Aufgabe ist eine vertrauensvolle Beziehung, Flexibilität, Verlässlichkeit und vor allem Kontinuität.

Wir schenken Zeit, schaffen Freiräume und orientieren uns an den Bedürfnissen der Familie. So können die Eltern kleine Auszeiten nehmen, Atem holen, Jonas besuchen oder wichtige Besorgungen erledigen.

Ich empfinde mein ehrenamtliches Engagement als sehr bereichernd und als sinnvolle Nutzung meiner Zeit.



Hilde Knoop, 60 Jahre, Sportwissenschaftlerin, wohnhaft in Hesel, hat 2018 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

„Das Schattenkind“

Vor ca. neun Jahren lernte ich Familie K. kennen. Ich hatte gerade meine Ausbildung zur Familienbegleiterin im Rahmen der Kinderhospizbegleitung abgeschlossen. Inge, die schon ein paar Jahre in der Kinderhospizbegleitung eingesetzt war, und ich wurden als sogenanntes Tandem von der Koordination für diese Familie angefragt.

Familie K. hatte zwei Kinder, Julian fünf Jahre und Lea zwei Jahre. Lea war mit einem schweren Gendefekt zur Welt gekommen, konnte weder laufen noch sprechen, war stark entwicklungsverzögert, wurde über eine Sonde ernährt, hatte mehrere epileptische Anfälle am Tag und auch sonst viele Einschränkungen. Fast die gesamte Aufmerksamkeit der Eltern brauchte das schwerkranke Kind. Julian, der große Bruder, wurde ungewollt zum sogenannten „Schattenkind“ und lernte schnell, selbstständig zu werden. Alles drehte sich um Lea, ein Kinderpflegedienst kam täglich vorbei, Ergo- und Physiotherapeuten kamen regelmäßig ins Haus, um mit Lea zu arbeiten und Julian stand oft im Hintergrund.

Die Eltern machten sich Sorgen um ihren Ältesten und so entstand bei Ihnen der Gedanke, bei der Hospiz-Initiative um Rat und Hilfe anzufragen.

Von der Zeit an sollten Inge und ich die Familie einmal wöchentlich aufsuchen. Inge war eher als Ansprechpartner für die belasteten Eltern da und ich, um Zeit mit Julian zu verbringen. Wir freundeten uns schnell an, gingen gemeinsam zum Spielplatz, machten ein Picknick oder ich begleitete ihn zum Fußball. Er sollte einfach eine schöne Zeit haben.

So wurde ich im Laufe der Zeit eine wichtige Ansprechpartnerin für ihn, der er vieles anvertraute. Manchmal wurde er eifersüchtig, wenn ich seiner Ansicht nach zu viel Zeit mit seinen Eltern verbrachte oder gar mit Lea.

Er bestand darauf, dass ich nur „ihm gehören“ würde und seine Eltern und seine Schwester keinen Anspruch auf mich hätten.

Lea verstarb mit sechs Jahren, nachdem sich ihr Zustand ein halbes Jahr zuvor rapide verschlechterte. Julian, inzwischen neun Jahre alt, und ich sprachen in dieser Zeit viel über Lea, ihre Erkrankung und darüber, dass sie wahrscheinlich nicht mehr lange zu leben hätte. Er spürte die Trauer seiner Eltern und wollte sie mit seinen Sorgen und Fragen nicht noch mehr belasten.

Als Lea verstarb, traf ich mich gleich tags darauf mit Julian, wir schauten uns Bilder an, erzählten auch von lustigen Begebenheiten und gestalteten eine Schatzkiste, in die er Dinge legen konnte, die ihn an Lea erinnerten. Auch gingen wir noch einmal gemeinsam zu Lea und nahmen Abschied von ihr.

Julian besuchte später noch einige Zeit die Kindertrauergruppe der Hospiz-Initiative und auch seine Eltern bekamen Unterstützung in der Gruppe für trauernde Eltern.



Karin Olm, 66 Jahre, Bürofachkraft, wohnhaft in Moormerland, hat 2013 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

„Lange saßen sie dort und hatten es schwer,
doch sie hatten es gemeinsam schwer,
und das war ein Trost.
Leicht war es trotzdem nicht.“

Astrid Lingren

„Organisation einer Sterbebegleitung“



Ich bin eine von vier Koordinatorinnen der Hospiz-Initiative Leer und u.a. zuständig für die Organisation von Sterbebegleitungen.

Es ist Dienstagmorgen, als das Telefon im Büro klingelt und eine völlig aufgelöste Frau um Unterstützung bittet. Sie erzählt, dass ihr Ehemann vor einem Jahr an einem Hirntumor erkrankt ist. Trotz Operation, Chemo und Bestrahlung sei nun ein Rezidiv aufgetreten und ihr Mann musste sich einer erneuten Operation unterziehen. Gestern wurde Herr B. entlassen, leidet unter starken Kopfschmerzen und Frau B. macht sich große Sorgen, wie es weitergehen soll. Das Ehepaar hat zwei Kinder im Alter von neun und zwölf Jahren. Die Sorgen und Fragen sprudeln nur so aus ihr heraus.

Ich höre ihr zu, lasse Raum für ihren Kummer und am Ende des Gesprächs vereinbaren wir einen Termin am folgenden Tag bei ihr zu Hause.

Am nächsten Tag empfängt mich Frau B. im Wohnzimmer. Ihr Mann liegt auf dem Sofa. Er begrüßt mich, schließt aber sofort wieder die Augen. Beide Ehepartner signalisieren aber, dass sie das Gespräch gerne zusammen führen wollen.

Frau B. erzählt, dass das erste Jahr mit der Diagnose noch viel Lebensqualität bot. Herr B. konnte zwar nicht mehr gut lesen und litt unter leichten Wortfindungsstörungen, genoss jedoch, wenn auch eingeschränkt, das Leben. Er liebte das Reisen, fuhr mit seiner Familie nach Mallorca und verbrachte sogar noch einen Angelurlaub mit engen Freunden in Norwegen. Nun, nach der zweiten OP, fällt das Sprechen schwerer und die Gedanken kreisen. Herr B. hat Angst vor dem, was noch kommt, vor einem erneuten Tumorwachstum, vor dem Sterben. Seiner Frau geht es ähnlich.

Das Angebot, ihm eine ehrenamtliche Mitarbeiterin zur Seite zu stellen, die Zeit hat, für ihn da ist, die ihm zuhört und vielleicht hilfreich sein kann, die kreisenden Gedanken zu sortieren, nimmt er dankend an.

Auch der Ehefrau biete ich Begleitung an. Sie möchte diese vorerst nicht in Anspruch nehmen. Es ist für sie schon eine große Entlastung, wenn ihr Mann Begleitung erhält.

Zusätzlich sprechen wir über die Situation der beiden Kinder. Da Herr B. ein positiver und auch humorvoller Mensch ist, sind die beiden im Moment noch recht unbekümmert, obwohl in der Familie offen über die bösartige Erkrankung gesprochen und nichts verheimlicht wird. Ich berichte von unseren Angeboten für Kinder und lasse ihnen unsere Flyer dazu da.

In Bezug auf die starken Kopfschmerzen von Herrn B. informiere ich beide über die Möglichkeit, sich über den Hausarzt eine SAPV-Verordnung (spezialisierte ambulante Palliativversorgung) ausstellen zu lassen und erläutere die verschiedenen Möglichkeiten einer solchen Versorgung. Herr B. ist sehr interessiert an dem Angebot einer palliativen Betreuung durch ein Palliativteam zu Hause und stellt viele Fragen. Ich gebe dem Ehepaar Telefonnummern von mehreren SAPV-Diensten in der näheren Umgebung.

Zurück im Büro überlege ich, wer von unseren Ehrenamtlichen Herrn B. begleiten könnte. Wer hat im Moment noch Kapazitäten frei für eine weitere Begleitung und wer würde am besten zu Herrn B. und seiner Familie passen? In Absprache mit meinen Kolleginnen entscheide ich mich schließlich für Anita und nehme Kontakt mit unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin auf. Obwohl sie seit Jahren in der Hospizarbeit aktiv ist, hat sie großen Respekt vor der Herausforderung, einen erst 50-jährigen Mann mit dieser Diagnose und ausgeprägten Sprachstörungen zu begleiten. Sie sagt dennoch zu und trifft sich fortan einmal die Woche mit Herrn B.

Nach drei Wochen führe ich ein erstes Begleitungsunterstützungsgespräch mit Anita, um zu hören, wie es ihr geht und wie sie mit der Familie und der Begleitung von Herrn B. zurechtkommt. Anita erzählt, dass sich die Begleitung für sie gut anfühlt und Herr B. großes Vertrauen zu ihr entwickelt hat. Ihm sei es sehr wichtig, seine Familie nicht noch zusätzlich zu belasten und er genieße es sehr, nun alles, was ihn bewegt, ohne Rücksichtnahme aussprechen zu können.

Als acht Monate nach der zweiten Operation wieder ein Tumor gewachsen ist, wird das Für und Wider einer weiteren Therapie in der Familie diskutiert. Frau B. hat große Probleme damit, dass ihr Mann sich gegen eine weitere Operation entscheiden könnte, hat Angst, ihn zu verlieren, will Zeit gewinnen. Herr B. wiederum hat Angst, dass eine Operation noch mehr Einschränkungen nach sich ziehen könnte.

In Gesprächen mit der Koordination berichtet Anita, wie herausfordernd die Situation für alle Beteiligten sei. Gemeinsam überlegen wir, was der Familie in der Situation weiterhelfen könnte und kommen zu dem Ergebnis, dass Anita die Familie in dieser entscheidenden Zeit nun häufiger besucht, um so den wachsenden Bedürfnissen der einzelnen Familienmitglieder weiterhin gerecht werden zu können.

Letztendlich entscheidet sich das Ehepaar gegen eine weitere Operation und füllt die noch verbleibende Zeit mit viel Leben.

Anita unterstützt Frau B. bei der Organisation eines Pflegedienstes und eines Pflegebettes. Als Herr B. orientierungslos wird, ist es eine große Entlastung für die Ehefrau, wenn Anita an seiner Seite ist. Sie hat dann Zeit für sich und kann für ein paar Stunden die Verantwortung abgeben. Manchmal nutzt sie die Zeit, um Dinge zu erledigen oder sie schläft ein paar Stunden, um Kraft zu tanken. Die Kinder sind oft bei den Großeltern, die ganz in der Nähe wohnen und werden von ihnen wunderbar aufgefangen.

Herr B. wird 51 Jahre alt und stirbt nach wenigen Monaten in seinem Zuhause im Kreis seiner Familie. Nach seinem Tod finden noch zwei Gespräche mit der Ehefrau statt, dann beendet Anita die Begleitung.

Anita und ich führen ein Abschlussgespräch, reflektieren noch einmal die Begleitungsarbeit.

Einige Wochen später nehmen sowohl die Ehefrau als auch die Kinder Angebote der Trauerbegleitung der Hospiz-Initiative wahr.



Jutta Röttgers, 54 Jahre, wohnhaft in Papenburg, Palliativpflegefachkraft, ist seit 2020 als Koordinatorin bei der Hospiz-Initiative tätig.

Immer ist die wichtigste Stunde
die Gegenwärtige.
Immer ist der wichtigste Mensch der,
der dir gerade gegenübersteht.
Immer ist das wichtigste Tun
das Lieben.

Meister Eckhart

Zweite Säule: Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen im stationären Hospizhuus



Die meisten Menschen möchten am liebsten zu Hause sterben. Leider ist das aus verschiedenen Gründen nicht immer möglich. Daher haben wir mit unserem Hospizhuus einen Ort geschaffen, an dem sich der kranke Mensch wie zu Hause fühlen kann und gleichzeitig von einem multiprofessionellen Team von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern umfassend betreut und liebevoll umsorgt wird.

„Es war mir eine Ehre."

Ich war gerade in meiner Nachtdienstwoche als Krankenschwester auf der Dialysestation, als mich Maike, eine der Koordinatorinnen der Hospiz-Initiative, anrief.

Sie berichtete mir von Herrn N., der aufgrund seines Krebsleidens Gast in unserem Hospizhuus war und nur noch eine kurze Lebenszeit hatte. Sein sehnlichster Wunsch war es, noch einmal das Große Meer bei Aurich zu sehen. Dort hatte er viele schöne Stunden in seiner Kindheit verbracht.

Da er unter regelmäßiger Opiateinnahme war, wurde für die Erfüllung dieses Wunsches eine Ehrenamtliche mit medizinischem Hintergrund gesucht. Die Geschichte berührte mich und ich fühlte mich sehr geehrt, den Wunsch eines Gastes erfüllen zu dürfen. Ich habe mich dann auf den Weg zu Herrn N. und seiner 80 Jahre alten Mutter gemacht, um mich bei ein paar Tassen Tee erst einmal vorzustellen. Die erste Begegnung mit Herrn N. und seiner Mutter war sehr heiter. Sie haben mir viele Geschichten aus der Vergangenheit erzählt und wir haben viel gelacht. Wir waren uns sofort sympathisch und haben uns gleich für den Ausflug zum Großen Meer verabredet.

Am Ende meiner Nachtdienstwoche ging es an einem Samstagvormittag los.

Herr N. saß im Rollstuhl. Er war sehr von der Krankheit gezeichnet, strahlte aber über das ganze Gesicht und war sehr aufgeregt. Er bedankte sich mehrfach dafür, dass wir ihm und seiner Mutter den Tag am Meer ermöglichen wollten.

Nachdem wir den Rollstuhl für Herrn N., den Rollator für die Mutter und andere Utensilien ins Auto gepackt hatten, ging es los. Die Fahrt war sehr angenehm und ja, sogar fröhlich. Herr N. und seine Mutter erzählten von schönen Erlebnissen am Großen Meer. Auf halber Strecke legten wir eine Pause ein, da Herr N. seine Schmerzmittel benötigte.

Am Großen Meer angekommen, war die Stimmung sehr gelöst und Herr N. mit erwartungsvoller Freude erfüllt.

Zunächst ging es in ein Restaurant. Herr N. äußerte den Wunsch, Flammkuchen essen zu wollen sowie ein Stück Käsekuchen und dazu ein Glas Fanta zu trinken. Aufgrund seiner schweren Erkrankung war die Nahrungsaufnahme sehr kompliziert für ihn. Aber er hat trotz allem mit einer großen Passion den Käsekuchen und Flammkuchen zu sich genommen und genossen.

Nach der Stärkung haben wir einen Spaziergang um das Große Meer gemacht. An seiner Lieblingsstelle verweilten wir und er bat uns, ihn für einen Moment allein zu lassen. Er wollte ein letztes Mal auf das Meer schauen und sich verabschieden. Wir zogen uns zurück und er saß eine lange Weile so da und schaute nur aufs Meer.

Auf dem Rückweg erzählte Herr N. von der Evenburgallee und dem Schloss. Auch dort war er in seiner Jugend oft gewesen. So fuhren wir spontan auch noch zur Evenburg, wo Herr N. sich im Schlosscafé einen großen Eisbecher bestellte und mit Genuss verzehrte.

Nachdem Herr N. erschöpft, aber glücklich und dankbar wieder zurück im Hospizhuus war, verabredeten wir uns für den nächsten Tag zum Tee.

Am Montag ließ ich die Bilder, die ich am Großen Meer und bei der Evenburg gemacht hatte, ausdrucken, sortierte sie in ein kleines Album und schenkte es ihm und seiner Mutter. Sie haben sich so sehr gefreut.

Am Dienstag war ich nach der Arbeit nochmal kurz zu Besuch, aber gemeinsam eine Tasse Tee trinken war nicht mehr möglich. Schon am selben Abend kam der Anruf, dass Herr N. im Sterben liegt und ich die Möglichkeit habe, mich von ihm zu verabschieden. Er lag friedlich in seinem Bett. An der Beerdigung durfte ich auf Wunsch seiner Mutter teilnehmen.

Tief beeindruckt denke ich zurück an diesen wunderschönen Tag am Großen Meer. Es war mir eine große Ehre und Freude Herrn N. seinen letzten Wunsch zu erfüllen.

Ich würde mir wünschen, mehr Zeit für mein Ehrenamt zu haben, aber aus beruflichen Gründen ist es mir aktuell nicht möglich.

Es kostet einen nichts, einem Bedürftigen ein paar Minuten seiner Zeit zu schenken. Im Gegenteil: Ich fühle mich reich beschenkt.



Adenike Adesokan, 49 Jahre, Krankenpflegefachkraft, wohnhaft in Leer, hat 2017 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Man kann dem Leben nicht mehr Tage geben,
aber den Tagen mehr Leben.

Cicely Saunders

„Mensch ärgere dich nicht … oder doch?“

Jeder Ehrenamtler erinnert sich an sein erstes Mal im Hospizhuus, an den ersten Einsatz, die ersten Eindrücke während des Praktikums im Rahmen des Qualifizierungskurses.

Für mich fing es schon mit der spannenden Frage der Kleiderauswahl an. Was zieht man an: etwas Buntes, etwas Schlichtes, hochgeschlossen oder V-Ausschnitt, Jeans, Rock, Kleid? Ist Schmuck okay? Turnschuhe oder Birkenstock?

Bei einem Blind Date hätte die Auswahl nicht schwieriger sein können.

Nachdem es mir gelungen war, voll- und anständig gekleidet mein Zuhause zu verlassen, machte ich mich auf den Weg, ohne zu wissen, was mich erwartete.

Ziemlich nervös gelang es mir den Klingelknopf zu drücken, um Einlass ins Hospizhuus zu erhalten. Nach den ersten Einführungen durch die Pflegekräfte durfte ich mich ganz den Belangen der Gäste widmen.

Meine erste Begegnung führte mich nach einem schönen Sparziergang mit einer Dame in deren Zimmer, um dort mit ihr eine Partie „Mensch ärgere dich nicht“ zu spielen.

Ich baute das Spielbrett auf dem Tisch auf und stellte für sie die grünen Figuren hin. Ich selbst wählte die daneben liegenden roten Männchen. Höflich überreichte ich ihr die Würfel und bat sie, anzufangen. Schnell waren die ersten Figuren auf dem Spielfeld zu finden, es war eine ausgeglichene Partie.

Dann war die Dame wieder dran. Sie würfelte eine drei und ich schaute ihr interessiert zu, wie sie langsam ihre Hand Richtung Spielbrett bewegte und nach einem roten Männchen, meinem roten Männchen, griff, um es vorzusetzen.

Irritiert schaute ich sie an, völlig überfordert, ob ich die Dame darauf hinweisen sollte oder nicht. Ihr schien es gar nicht aufzufallen, dass ich mit mir haderte. Nach einigen Sekunden nahm ich die Würfel wieder zur Hand und würfelte, ohne etwas zu sagen. So, wie es für mich richtig war, setzte ich meine Figur. Im nächsten Durchgang zog die Dame wieder mit einer meiner roten Figuren weiter. Mittlerweile war es mir gelungen, meine Verwunderung darüber abzuschütteln und mich auf das, was ich im Rahmen der ehrenamtlichen Ausbildung gelernt habe, zu besinnen. Es ist ihr Spiel, ihre Spielregeln und ich ließ mich von ihr führen.

Ich konnte die aufgrund ihrer Erkrankung eingetretene Erschöpfung erkennen und ihr behutsam eine Pause anbieten, ohne dass sie sich zu irgendetwas gedrängt fühlte und durfte ihr noch etwas Gesellschaft leisten.

Manchmal bedarf es keiner oder nur weniger Worte, um jemandem Gesellschaft zu leisten und manchmal ist auch nicht immer alles so, wie man es erwartet.

Manchmal muss man auch die Spielregeln von seinem Gegenüber akzeptieren und ihnen kommentarlos folgen, aber immer ist es ein gutes Gefühl, jemandem Zeit und ein freundliches Wort schenken zu dürfen.



Susanne Finger, 48 Jahre, Finanzbeamtin, wohnhaft in Leer, hat 2023 am Hospizweiterbildungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in Sterbebegleitung tätig.

„Du zählst, weil du du bist.
Und du wirst bis zum letzten Augenblick deines Lebens
eine Bedeutung haben."

Cicely Saunders

Oleg, Angelika, Werner, Hermann und Tatjana - Erinnerungen

***Oleg** war mir besonders ans Herz gewachsen. Er war Russlanddeutscher und hatte nach der Umsiedlung ein hartes Schicksal gehabt, da seine Frau kurz darauf eine Leukämie bekam und verstarb. Nun hatte auch er eine bösartige Erkrankung, die er mit großer Gelassenheit ertrug. Aufrecht erhielt ihn der Kontakt mit seinem Sohn, der zwar weit entfernt wohnte, mit dem er aber ausgiebigen E-Mail-Kontakt hatte. Gemeinsam betrieben sie Ahnenforschung und freuten sich über jede neue Entdeckung. Aber nicht nur die familiären Wurzeln suchte Oleg, auch die heimatlichen Wurzeln waren wichtig für ihn. So zeigte er mir immer wieder am Computer Fotos von Kasachstan mit der Hauptstadt Astaná und war stolz auf die aufragenden Hochhäuser, deren Schönheit vielleicht einer objektiven Beobachtung verborgen blieb. Aber es war die Heimat! Es hat mich sehr berührt, wie dieser sterbende Mann Halt suchte und fand, indem er back to the roots ging und dabei einen sehr zufriedenen Eindruck machte.*

***Angelika** war eine sehr ruhige, bescheidene Frau in meinem Alter (80 plus). Wir kamen ins Gespräch und sie erzählte mir, dass sie in der Jugend gerne und viel gesungen habe, sie sei auch in einem Chor gewesen. Das ging mir nicht anders und prompt summte eine von uns die Melodie eines der Volks- und Wanderlieder, die wir vor Jahrzehnten gesungen hatten, „Schwarzbraun ist die Haselnuss“, „Wir wollen zu Land ausfahren“, „Es waren zwei Königskinder“ und viele andere. Nach diesem Ansummen fiel die andere mit dem Text ein, nach dem ersten Lied kam fast automatisch das zweite, und wir sangen fast eine Stunde lang – wahrscheinlich nicht sehr melodisch, aber voller Zufriedenheit und Freude. Auch hier wieder eine gute und Zufriedenheit spendende Rückschau in die Jugend. - Bereits am nächsten Tag ist Angelika ganz ruhig gestorben.*

***Werner** war Ende 80 und stammte aus Schlesien. Bei einem unserer Gespräche erzählte er mir, dass seine Mutter mit vier Söhnen auf die Flucht gehen musste. Er war mit zwölf Jahren der Älteste und musste deswegen Mitverantwortung für die jüngeren Brüder übernehmen. Es folgten entbehrungsreiche Jahre in Ostfriesland – der Vater kam erst Jahre später aus der Kriegsgefangenschaft. Aber die Mutter hat ihre Söhne mit Anstand großgezogen, alle erlernten ein Handwerk und mit berechtigtem Stolz sagte Werner: „Und alle vier haben die Meisterprüfung gemacht“. Dieser familiäre Zusammenhalt und der Stolz auf die Leistung der Mutter und ihrer Kinder waren sehr wichtig für ihn und gaben ihm Halt und Stärke auch für die letzten Wochen.*

*Der Schuhmachermeister **Hermann** aus Westoverledingen war genau so alt wie ich. In einem Gespräch stellten wir fest, dass wir in den Jahren 1945/46 in Nach-*

barorten gewohnt hatten. Ich erzählte ihm, dass ich 1946 ein Paar handgenähte Schuhe von einem Schuhmachermeister seines Namens bekommen habe, da dieser sich meinem Vater dankbar erweisen wollte. Ein Paar Schuhe, und dann noch handgemacht, war in diesen Jahren eine Kostbarkeit! Und es sind die einzigen eigens für mich hergestellten Schuhe geblieben! Zu unserer beider Erstaunen kannte Hermann die Geschichte, denn es war sein Vater gewesen, der meinem Vater diese Freude machte. So schloss sich ein Kreis, und wir blickten beide auf die Nachkriegszeit zurück, die trotz aller Schwierigkeiten doch auch glückliche Erlebnisse brachte; Hermann erinnerte sich dankbar daran, dass seine Mutter von schwerer Krankheit geheilt worden war und ich mich – an die Schuhe!

*Auch **Tatjana** war Russlanddeutsche, die ein schweres, arbeitsreiches Leben hinter sich hatte. Sie hatte in Russland fünf Kinder geboren und einige Schwangerschaftsabbrüche vornehmen lassen, was ja dort eine legale Methode der Geburtenverhütung war. Dann wurde sie erneut schwanger, beschloss nunmehr, dieses Kind auszutragen – und bekam Zwillinge. Diese sieben Kinder hatte sie also großgezogen, manches war gut, anderes weniger gut gelaufen. - An einem ihrer letzten Lebenstage war Tatjana nicht mehr voll orientiert, so dass ich gebeten wurde, ihr ein Eis, das sie immer gerne aß, anzureichen. Sie aß es auch mit Freude, und als ich meinen grauhaarigen Kopf, den sie nun in voller Sicht hatte, über sie beugte, sagte sie voller Zufriedenheit und Dankbarkeit nur das eine Wort: „Bábuschka!“ Sie war also in die Welt ihrer Kindheit zurückgekehrt und wurde von Bábuschka, dem Großmütterchen, verwöhnt. Dieses so zufrieden ausgesprochene Wort hat mich mehr gerührt als viele lange Unterhaltungen es manchmal getan haben.*



Dr. Theda Thomasius, 88 Jahre, Gynäkologin, wohnhaft in Leer, hat 2008 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbebegleitung tätig.

Auf dem Weg ans Ufer

Ich kann nicht mit dir hinübergehen –
aber ich begleite dich an die Grenze.

Ich kann den Schmerz nicht von dir
nehmen - aber ich fühle mit dir.

Ich kann die Angst nicht wegmachen -
aber ich stehe mit dir im Feuer.

Ich kann nicht verneinen, was ist -
aber ich reiche dir die Hand, auf der
Suche nach dem Warum und dem Ja.

Ich werde dir keine Ratschläge geben -
aber ich werde dich hören.

Ich werde dich nicht aufgeben,
ich werde dich loslassen,
wenn die Zeit kommt
und bin mit all meinem Respekt
und mit meiner Liebe bei dir
auf deinem Weg bis ans Ufer.

(Mu-un-Ra)

„Kreativ und Aktiv“

Ich möchte von Herta erzählen, die in unserem Hospizhuus die letzten neun Monate ihres Lebens verbrachte.

Herta wurde eingewiesen, da ein mehrfach operierter Tumor in ihrem Kopf immer wieder nachwuchs und nicht weiter therapierbar war. Es galt nun, die ihr verbleibende Zeit so beschwerdearm und lebenswert wie möglich zu machen.

In vielen intensiven Gesprächen erfuhr ich nach und nach mich bewegende Szenen aus ihrem bisherigen Leben. Sie war unter härtesten Umständen in der ehemaligen DDR aufgewachsen. Während des Erzählens unter Tränen stiegen grässliche Bilder in ihr auf, die sie nicht gut loslassen konnte. So entstand die Idee, durch Malen der Erlebnisse einen anderen Ausdruck zu finden, um alles besser verarbeiten zu können. In Kürze verwandelte sich ihr Zimmer in eine „Künstlerwerkstatt“. Und es gelang.

Sie fühlte sich zunehmend besser und erleichtert und entwickelte nun den Wunsch, etwas für die als wohltuend empfundene Fürsorge im Huus zurückzugeben. Die Zubereitung von Salaten für alle wurde ihr in der Küche ermöglicht und fand großen Zuspruch: sie war stolz und froh, nicht immer nur DANKE sagen zu können.

Herta bat mich wiederholt, anderen Menschen von ihr und ihrem Schicksal zu berichten. Sie wollte mit ihrer Geschichte anderen Mut machen und gleichzeitig ein Zeichen gegen das Vergessenwerden setzen.

Unter den Bedingungen im Huus fühlte sie sich immer fitter und entwickelte Bedenken, man würde sie entlassen, weil sie doch hier sei zum Sterben und das „nicht schaffte“. Ihre beiden Kinder hätten die Wohnung schon aufgelöst und sie wüsste im Fall einer Entlassung nicht, wohin. Ihr wurde von allen Seiten versichert, dass man in einem Hospiz die Möglichkeit habe zu sterben, aber keinesfalls die Verpflichtung dazu. Diese Aussage beruhigte sie und brachte uns beide sogar zum Lachen.

Außer mir bekam sie wenig Besuch. Selten schauten die beiden Söhne nach ihrer Mutter, stets aber, zu Hertas Freude, in Begleitung eines Hundes. Sie liebte Tiere. Der Pastor des Wohnortes, der ihr direkter Nachbar war, kam öfter und schenkte ihr ein kleines Kreuz aus Holz und einen Schutzengel aus Metall. „Ich glaube, der will, dass ich mich taufen lasse. Was meinst du? Soll ich?“ fragte Herta mich um Rat. Ich ließ sie das Für und Wider schildern und schließlich wurde ihre Entscheidung für alle sichtbar: Herta bastelte sich eine Taufkerze und verzierte sie. Jedoch fiel sie unerwartet in der Nacht ins Koma. Am nächsten Morgen kam der Pastor und auch die Söhne kamen – mit Hund.

Nun war von jetzt auf gleich Improvisation gefragt!

Hertas Bett wurde zentral schräg in den Raum gestellt, die Söhne bekamen Stühle auf beiden Seiten des Kopfteils. Der Nachtschrank wurde blitzschnell abgeräumt und neu dekoriert mit den schon vorhandenen Blumen. Dazu Kerzen, das Kreuz und der Engel. Jemand brachte eine Obstschale mit dem Taufwasser. Der Raum füllte sich rasch mit allen, die im Hause mobil waren.

Die spontan angesetzte feierliche Taufe war nicht nur für mich ergreifend, bis plötzlich die pietätvolle Stimmung von Schlabbergeräuschen unterbrochen wurde: der Hund soff das Taufwasser!

Das gemeinsame Singen zum Abschluss wäre fast gescheitert – in der Eile brachte jemand Textbücher für Weihnachtslieder! Aber auch hier fand sich eine Lösung: die zuletzt sogar als Kanon erklang:

Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang, sei gelobet der Name des Herrn!“



Marianne Fliege, 70 Jahre, Orthoptistin, wohnhaft in Leer, hat 1999 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Wir haben zwei Leben.
Das zweite beginnt in dem Moment, in dem wir erkennen,
dass wir nur eines haben

Konfuzius

„Kommunizieren mit dem Körper“

Nach meiner Ausbildung zur Hospizmitarbeiterin, die sich zu meiner großen Freude direkt an das Ende meiner offiziellen Arbeitszeit als Sonderpädagogin anschloss, habe ich ziemlich regelmäßig einen Tag pro Woche im Hospizhuus ehrenamtlich Dienst gemacht. Nach einigen kurzen Begleitungen im häuslichen Umfeld wurde ich gefragt, ob ich eine Frau mit einer schweren geistigen Behinderung im Hospiz begleiten wollte.

Der Personenkreis der Menschen mit einer schweren Beeinträchtigung lag mir während meiner gesamten Berufszeit immer besonders am Herzen. Viele Fortbildungen über basale Wahrnehmung und Stimulation, über die Besonderheiten beim Essen anreichen, über die Kommunikation auch ohne gesprochene Sprache und natürlich mehr als 30 Jahre Praxis in diesem Bereich, gaben mir eine große Sicherheit und Vertrautheit und es machte mir viel Freude, Frau M. begleiten zu können.

Sie war zu Beginn der Begleitung noch recht wach und konnte mit Mimik und Bewegungen gut zeigen, was ihr gefiel bzw. was sie nicht wollte oder ob sie Schmerzen hatte. Jeder war bemüht, es ihr so gut wie möglich gehen zu lassen. Sie genoss sichtlich süße Speisen, Schlagermusik und alles, was ihre Augen beschäftigte und anregte, wie z.B. Lichtreflexe, bunte abwechselnd leuchtende Lampen, bunte Tücher, Licht und Schatten. Es war gut, dass sie uns allen dies noch so zeigen konnte und wir sie noch so gut kennen lernen durften.

Auch als sie zunehmend schwächer und schläfriger wurde, waren es immer noch ihre Augen und ihre Atembewegungen, die uns mitteilen konnten, wie es ihr ging und mit denen sie die Muster ihrer Einschlaf-Lampe verfolgte.

Oft fragte ich mich, ob sie wohl ohne Gedanken an morgen und das, was noch so kommen würde, sein konnte. Und ob es dann wohl leichter ist, das Erdenleben hinter sich zu lassen? Frau M. machte auf jeden Fall diesen friedlichen Eindruck und ich bin sehr froh, dass ich die Möglichkeit hatte, sie in ihren letzten Wochen begleiten zu dürfen.



Mechthild Ehlen, 67 Jahre, Sonderpädagogin, wohnhaft in Leer, hat 2022 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

„Ein trockener Sommer noch und dann ab in die Urne“

Es ist April 2020 und der 1. Lockdown ist in vollem Gange. Das gesellschaftliche Leben ruht komplett. Ich bin in Kurzarbeit und erhalte einen Anruf. „Könntest du die Begleitung von Uwe-Joachim übernehmen?“ heißt es am anderen Ende der Leitung. Ich sage „Ja“ und mache mich wenig später auf zu unserem Hospizhuus.

Uwe-Joachim sitzt in seinem Zimmer, ein eher klein gewachsener Mann mit Halbglatze, stark reduziert von der Krankheit und unzähligen Therapien. Nur wenige Habseligkeiten hat er bei sich. Aus dem Krankenhaus ist er „austherapiert“ entlassen und in seine Wohnung kann er nicht zurück. Er lebt allein und ist auf Pflege angewiesen. Drei engere Freunde sind ihm verblieben und für die nächsten vier Wochen sollte ich sein weiterer Begleiter sein.

„Ich bin Joachim, den Namen Uwe mag ich nicht“, ist der erste Satz, den er mir entgegenbringt. „Ich bin Steffen“ entgegne ich ihm und wir einigen uns auf „Du“.

Für die Jahreszeit ist schon schönes Wetter und die Tür zu Joachims Terrasse steht offen. Eine Zigarette nach der anderen raucht er vor sich hin. Oft muss er nach einem starken Zug aufgrund seines Lungenkrebses husten. Dem begegnet er aber mit seinem tiefschwarzen Humor: „Ein trockener Sommer noch und dann ab in die Urne“. Dieser Humor ist sein Markenzeichen. Noch unzählige Male werde ich in den Genuss von seinen, das Leben nicht ganz ernstnehmenden Kommentaren, kommen.

Recht schnell entwickelt sich eine vertrauensvolle Basis und es scheint so, als würden wir uns schon ewig kennen. Joachim ist kontaktfreudig und es fällt ihm schwer, alleine in seinem Zimmer zu sein. Wir kommen beide auf die Idee, mit dem Rollstuhl Leer zu erkunden. Wie ein kleiner König sitzt er auf seinem Gefährt und lässt sich bereitwillig von mir kreuz und quer durch die Straßen schieben. Immer und immer wieder zündet er sich eine Zigarette an und seine markigen Kommentare lassen nicht lange auf sich warten. Es bleibt nicht viel, was wir zusammen unternehmen können.

Sein größter Wunsch, nochmal eine Kneipe zu besuchen, konnte leider aufgrund der Corona-Bedingungen nicht mehr in Erfüllung gehen.

Ein kleiner Lichtblick ist alle paar Tage ein Einkauf im Mix Markt. Joachim war Ingenieur und hat einige Jahre auf russischen Baustellen gearbeitet. Die Produkte in dem Markt erinnern ihn an diese Zeit und so probiert er sich durch das Sortiment, vor allem Süßigkeiten haben es ihm angetan, aber auch dem Alkohol ist er nicht abgeneigt. Fast täglich besuche ich ihn. Mit keinem Wort sprechen wir über Tod und Sterben. Das Thema blendet er völlig aus.

An einem Donnerstag ist die Situation anders als gewohnt. Der immer gut aufgelegte Joachim ist schlecht drauf. Er hat gerade Schmerzmittel bekommen, ihm ist unwohl, alles ist zu viel. Er bleibt in seinem Bett liegen und möchte fernsehen. „Aber morgen sehen wir uns wieder" ruft er mir noch nach, als ich mich verabschiede.

So soll es sein – am Freitag ist wieder ein Besuch geplant. Voller Erwartung betrete ich das Zimmer. Joachim sitzt schon in seinem Rollstuhl, sichtlich geschwächt, etwas orientierungslos, aber willens, im Mix Markt einzukaufen. Mit etwas mehr Mühen als gewohnt, schaffen wir es auch. Für ein längeres Zusammensein fehlt ihm jedoch die Kraft und Joachim ist froh, als er sich wieder in sein Bett legen kann. Am nächsten Nachmittag scheitert der Versuch, mit ihm in Kontakt zu kommen. Er schläft tief und fest. Aus diesem Grund plane ich einen weiteren Besuch am späten Sonntagnachmittag. Die Situation hat sich inzwischen stark verändert. Joachim liegt im Sterben.

Ich setze mich auf den Stuhl an sein Bett, damit wir beide auf Augenhöhe sind. Leise spreche ich ihn an. In diesem Moment öffnet Joachim seine Augen und es scheint, als wollten sie sagen: „Wo bleibst du denn? Ich geh fort, aber ich muss mich doch noch von dir verabschieden".

Ich begreife noch nicht, was nun passiert. Joachim schließt seine Augen wieder. Er wird ganz ruhig, seine Gesichtszüge entspannen sich. Eine unbeschreibliche Atmosphäre erfüllt den Raum. Wenig später verstirbt Joachim in meinem Beisein. Es scheint, als hätte er nur noch auf mich gewartet. Auch in mir breitet sich eine besondere Art von Ruhe und Gelassenheit aus.

Danke, Joachim.



Steffen Kolthoff, 42 Jahre, wohnhaft in Leer, Bürokaufmann, hat 2019 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Geh nicht vor mir her,

ich könnte dir nicht folgen,

denn ich suche meinen eigenen Weg.

Geh nicht hinter mir,

ich bin gewiss kein Leiter.

Bitte bleib an meiner Seite

und sei nichts

als Freund und mein Begleiter.

Albert Camus

Musik in der Sterbe- und Trauerbegleitung

Musik kann trösten, wärmen, aufwühlen und vermag Unausgesprochenes laut, leise, sanft, oder auch aggressiv auszudrücken.



„Musik hat ihr Kraft gegeben“

Eine junge Frau, Anfang 20, gab zunächst an, nichts mit Musik zu tun zu haben. Als ich mich an den Flügel im Flur unseres Hospizhuus setzte und Songs spielte, die zu ihrem Musikgeschmack passten (Pop), setzte sie sich doch dazu. So kam es, dass sie es jede Woche genoss, wenn wir gemeinsam am Flügel saßen und ich ihr Popsongs vorspielte, zwischendurch sang sie leise mit. Obwohl ihre Krankheit rasch fortschritt, wollte sie doch immer wieder in den Rollstuhl mobilisiert werden, um, unter anderem, mit am Flügel zu sitzen. In den letzten Begegnungen genoss sie es, im Bett zu liegen, gemeinsam mit mir Musik zu hören oder eine musikalische Fantasiereise ans Meer zu machen. Als wir uns zum letzten Mal begegneten, ging es ihr sehr schlecht und sie konnte nicht mehr antworten. Ihre Familie war seit Tagen durchgehend an ihrer Seite und ihre Mutter wünschte sich sehr, dass ich noch einmal zu ihr und ihrer Tochter ans Bett kommen würde. Sie berichtete mir, wie viel Kraft ihre Tochter aus der Musiktherapie gezogen habe. Als ich ins Zimmer kam und sie begrüßte, hatte sie ihre Augen geschlossen, holte aber tief Luft und seufzte, wie eine Begrüßung. Leise spielte ich die Songs auf der Gitarre, die wir in der gemeinsamen Zeit öfter gespielt hatten und summte oder sang leise dazu. Ihrer Mutter rollten die Tränen über die Wangen, während sie jedes Lied mit ihrem Handy aufnahm. Immer wieder seufzte die junge Frau und wirkte entspannt. Die Mutter und ich hatten das Gefühl, dass sie die Musik sehr wohl wahrnahm. Ich versprach, mich noch einmal zu verabschieden, wenn ich das Huus verlassen würde. Als ich dies tat, seufzte sie noch einmal tief, für mich war es ein Abschiedsgruß. Am nächsten Morgen verstarb sie im Beisein ihrer Familie.

„Ich habe Angst“

Eine ungefähr 50 Jahre alte Frau war an diesem Morgen sehr unruhig. Sie war nicht mehr orientiert und rief nach ihrer Mutter. Kontakt zu ihr war kaum möglich, auch hatte die Medikation ihre Wirkung noch nicht ganz entfaltet, weshalb wir es mit Musiktherapie versuchten. In meiner verbalen Kontaktaufnahme schien sie mich nicht zu bemerken. Also griff ich meine Gitarre und spielte in einem leisen 6/8-Wiegetakt, während ich die Worte, die die Frau aussprach, in einer ruhigen Melodie aufgriff. Es dauerte nur ein paar Momente und als ich ihre Worte „ich habe Angst“ in meiner leisen Melodie sang, antwortete sie auf einmal „ja, ich habe Angst“. In dem Moment schien sie mich bemerkt zu haben und ich änderte meine Worte hin zu beruhigenden Versicherungen; „Du bist hier sicher, wir sind für dich da, es ist alles gut.“ Von Takt zu Takt wurde ihr Atem ruhiger, auch ihre Motorik beruhigte sich und sie nahm Blickkontakt mit mir auf. Durch den ruhigen Takt und die Melodie mit den sanften Worten beruhigte sie sich immer weiter. Als sich ihre Augen langsam schlossen, veränderte ich die Melodie in das bekannte Schlaflied „La, Le, Lu“ und nach ungefähr 10 Minuten war die Frau eingeschlafen. Sie schlief noch ein paar Stunden weiter und verstarb ein paar Tage später friedlich.

„Musik als Ressource“

Im Rahmen der Musik-Trauergruppe, die alle 14 Tage von der Hospiz-Initiative angeboten wird, entdeckte eine Trauernde, die vor kurzem ihre Mutter nach schwerer Krankheit verloren hatte, die Musik als Ressource. Im „Songwriting“ schrieb sie ein Lied über ihre Beziehung zu ihrer Mutter, lernte in der Gruppe den bewussten Einsatz von Musik als Ventil für unterdrückte Gefühle und fand das Klavierspielen als neues Hobby.

Auch ein Jahr später kommt sie noch regelmäßig in die Gruppe, teilt Lieder, die sie mit ihrer Mutter verbinden, mit den anderen TeilnehmerInnen, drückt in Improvisationen ihre Gefühle aus und spielt meist nach Ende der Gruppe noch ein Stück am Klavier, das sie gerade im Unterricht übt. Darin ist jedes Mal der Halt, den ihr die Musik gibt, zu hören.

„Musik in der Kindertrauergruppe“

Innerhalb der Kindertrauergruppe wird die Musik aktiv als Ausdrucksform für Gefühle genutzt. Einige Kinder sind zu Beginn der Stunde zurückhaltend. Sie singen leise das Begrüßungslied mit, aber sobald es um die eigenen Lieblingslieder geht, kommen die Kinder mehr in Kontakt miteinander.

Daneben entdecken sie in den Instrumenten spielerisch einen Zugang zu ihren Gefühlen. So entstehen sehr laute, wilde Improvisationen zum Thema „Wut“, aber auch sehr ruhige, langsame Improvisationen, wenn es um Traurigkeit geht. Im gemeinsamen Hören von Liedern in Bezug auf Trauer (z.B. „Die kleine Traurigkeit-Eule“), tauschen sich die Kinder darüber aus, was ihnen guttut, wenn sie traurig sind. Für den einen ist es „Mit Bezugsperson/Kuscheltier/Haustier kuscheln“ und für die andere „Mein Lieblingslied ganz laut aufdrehen“. Zum Schluss der Stunde singen wir das Begrüßungslied als Abschiedslied noch einmal kräftig alle gemeinsam und die Kinder wirken gestärkt.



Rieke Tooren, 24 Jahre, wohnhaft in Leer, seit 2020 als Musiktherapeutin bei der Hospiz-Initiative angestellt, hat 2022 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Musik und Rhythmus
finden ihren Weg
zu den geheimsten Plätzen
der Seele.

Platon



Stellen Sie sich vor, die Lebensspanne zwischen Geburt und Tod dauert zwölf Stunden. Wie spät ist es auf ihrer Lebensuhr?
Denken Sie einige Minuten darüber nach und vervollständigen Sie nachstehende Satzanfänge.

Es ist zu spät, um

_____

Es ist noch zu früh, um

_____

Es ist der richtige Zeitpunkt, um

_____

Ich brauche noch Zeit, um

_____

Der Wecker ist gestellt auf _____ Uhr

Das bedeutet _____

_____

Ein schwedisches Waldmärchen
Was ist das Leben?

An einem schönen Sommertag war um die Mittagszeit eine Stille im Wald eingetreten. Die Vögel steckten ihre Köpfe unter die Flügel. Alles ruhte.

Da steckte der Buchfink sein Köpfchen hervor und fragte: **„Was ist das Leben?“**

Alle waren betroffen über diese schwere Frage. Eine Rose entfaltete gerade ihre Knospe und schob behutsam ein Blatt ums andere heraus. Sie sprach: **„Das Leben ist eine Entwicklung.“**

Weniger tief veranlagt war der Schmetterling. Lustig flog er von einer Blume auf die andere, naschte da und dort und sagte: **„Das Leben ist lauter Freude und Sonnenschein.“**

Drunten am Boden schleppte sich eine Ameise mit einem Strohhalm ab, der zehnmal länger als sie selbst war, und sagte: **„Das Leben ist nichts als Mühe und Arbeit.“**

Geschäftig kam eine Biene von einer honighaltigen Blume zurück und meinte dazu: **„Das Leben ist ein Wechsel von Arbeit und Vergnügen.“**

Wo so weise Reden geführt wurden, steckte der Maulwurf seinen Kopf aus der Erde und sagte: **„Das Leben ist ein Kampf im Dunkeln.“**

Die Elster, die selbst nichts weiß und nur vom Spott der anderen lebt, sagt: **„Was ihr für weise Reden führt! Man sollte meinen, was ihr für gescheite Leute seid!“**

Es hätte nun einen großen Streit gegeben, wenn nicht ein feiner Regen eingesetzt hätte, der sagte: **„Das Leben besteht aus Tränen, nichts als Tränen.“**

Dann zog er wieder zum Meer. Dort brandeten Wogen und warfen sich mit aller Gewalt gegen die Felsen, kletterten daran in die Höhe und warfen sich dann wieder mit gebrochener Kraft ins Meer zurück und stöhnten: **„Das Leben ist ein stets vergebliches Ringen nach Freiheit."**

Hoch über ihnen zog majestätisch ein Adler seine Kreise, der frohlockte: **„Das Leben ist ein Streben nach oben."**

Nicht weit davon stand eine Weide, die hatte der Sturm schon zur Seite geneigt. Sie sprach: **„Das Leben ist ein Sich-Neigen unter eine höhere Macht."**

Dann kam die Nacht …

Im lautlosen Flug glitt ein Uhu durch das Geäst des Waldes und krächzte: **„Das Leben heißt, die Gelegenheit nutzen, wenn die anderen schlafen."**

Schließlich wurde es still im Walde.



Dritte Säule: Begleitung in der Trauer

Der Verlust durch den Tod stürzt Menschen in eine tiefe Krise. Stirbt ein uns nahestehender Mensch, droht unser inneres Gleichgewicht verloren zu gehen. Unser Körper und unsere Seele leiden. Wir werden von Gefühlen und Reaktionen überschwemmt, die uns fremd sind und uns erschrecken können.



Das Zulassen der Trauer mit ihren unterschiedlichen Gesichtern ermöglicht uns, die Veränderungen in unserem Leben langsam und schrittweise zu begreifen. Trauer ist Schwerstarbeit für den Körper und die Seele und benötigt Zeit. Trauer, die gelebt werden darf und Worte, die ausgesprochen werden, können einen Weg zu neuem Lebensmut ebnen.
Neben den Einzelgesprächen möchten unsere verschiedenen Gruppenangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene dazu beitragen, die Bewältigung der Trauer zu unterstützen und Impulse für die Gestaltung des Trauerprozesses zu geben.
Alle Ehrenamtlichen, die in der Trauerbegleitung eingesetzt sind, haben zusätzliche Qualifizierungskurse für die Begleitung in der Trauer absolviert.

„Trauergruppe von Mann zu Mann“

Da die Nachfrage nach Begleitung und Unterstützung in der Trauer im Laufe der Jahre immer größer wurde, fand bald eine Indoorschulung in den Räumen der Hospiz-Initiative für alle interessierten Sterbebegleiterinnen und -begleiter zum Thema Trauerbegleitung statt. Das hatte den Vorteil, dass viele von den Sterbebegleitenden teilnehmen konnten und keine weiten Anfahrten bzw. Übernachtungen wie bisher nötig waren. Ich nahm auch teil.

Neben Einzelbegleitungen gab es derzeit schon etliche Gruppenangebote für Trauernde, u.a. das Trauercafé, die Gruppe für trauernde Eltern, die Trauergruppe „Schritte gehen - neue Wege wagen“, die Kindertrauergruppe für sechs- bis zehnjährige, als auch das Angebot des Ausdrucksmalens für Trauernde.

Da die Angebote von Männern aber nur vereinzelt wahrgenommen wurden, entstand die Idee einer neuen Trauergruppe nur für Männer. Hintergrund dieser Überlegung war, dass Männer oft ihre ganz eigene Weise haben, mit Tod, Trauer und

Verlust umzugehen und dass sie sich möglicherweise unter ihresgleichen leichter mitteilen können. Das beinhaltete, dass auch die Gruppenleitung männlich sein musste.

Nach Ausarbeitung eines Konzeptes und Besprechung dessen mit dem Vorstand war die Männertrauergruppe „Von Mann zu Mann" geboren.

Seither findet die Männer-Trauergruppe an jedem 3. Dienstag im Monat, am gleichen Ort und zur gleichen Zeit, als offenes Angebot für Männer jeden Alters im großen Raum im „Haus der Initiative" statt.

Unter der Leitung von zwei ausgebildeten ehrenamtlichen Sterbe- und Trauerbegleitern wird eine Plattform des Austausches in ungezwungener Atmosphäre für Männer, die eine ihnen nahestehende Person verloren haben, angeboten. Die Gruppenbegleiter achten auf die Struktur der Trauerbegleitung innerhalb der Gruppe und sind insbesondere jedem einzelnen Teilnehmer gegenüber verantwortlich bei der Wahrung seiner persönlichen Integrität. Für die Gruppenbegleiter herrscht Schweigepflicht und für die Anwesenden wird ein Hinweis auf Vertraulichkeit der Veranstaltung im Rahmen eines geschützten Raumes gegeben.

Bei den Gruppentreffen wird in der Regel weder ein besonderes Programm noch ein bestimmtes Gesprächsthema vorgegeben. Dadurch entsteht Zeit und Raum für die Trauernden, um anzusprechen, was ihnen auf der Seele liegt, Gefühle zuzulassen und auszudrücken, sich auszutauschen, aber auch vom Alltag abzuschalten; von „Mann zu Mann" auf dem Weg zu neuem Lebensmut und neuer Lebensfreude. Die Gruppenbegleiter hören partnerzentriert und aktiv zu, verhalten sich ressourcen- und entwicklungsorientiert, fördern und stärken das Vertrauen in die Selbstkompetenz.

Die Gruppenbegleiter organisieren jeweils ein einfaches Abendbrot und stellen dies für die Gruppe zum Selbermachen bereit. Dieses unterstützt das Zusammensein in ungezwungener Atmosphäre. Das gegenseitige Vertrauen rund um Tisch und Abendbrot stellt die Basis für einen erleichterten Austausch der Männer untereinander dar. Die reine Männergruppe soll dabei helfen, für die Betroffenen innere Sicherheit und Vertrauen herzustellen. Individueller Ausdruck von Trauer und Schmerz, mit allen verunsichernden und bedrohlichen Gefühlsanteilen, können damit besser zugelassen werden. In ihrer Trauer angewiesen auf Verbundenheit und Anteilnahme, muss in der Männer-Trauergruppe kein Mann Sorge haben, sein Innerstes preisgeben zu müssen.

In seiner Trauer geht es für den Trauernden auch vor allem darum, mit seinen Gefühlen und Sorgen nicht allein zu bleiben, eine „Sprache" für die Gefühle und

somit die Trauer zu finden, sich angenommen und wirklich verstanden zu fühlen von anderen Männern, die etwas Gleiches selbst erlebt haben, auch den Schmerz, den Schock, den Verlust. Es geht auch darum, dass jeder Trauernde mit seinem eigenen Erfahrungswissen seinen eigenen Weg suchen und finden kann, und dass der Trauernde bei der Spurensuche nach Perspektiven und neuen Lebensentwürfen sich unterstützt und getragen fühlt.

Dabei stellt sich auch immer wieder für die gesamte Gruppe als sehr hilfreich heraus, wenn Männer zusammenkommen, die sich in verschiedenen Stadien ihrer Trauer befinden. So können frisch Trauernde ein wenig Hoffnung schöpfen, wenn sie einem schon viel länger in Trauer befindlichen Menschen zuhören, der bereits gedanklich eine neue Beziehung beginnt. Dieser wiederum kann im Gegenüber seinen bereits gegangenen Trauerweg und seine gegenwärtige Situation besser erkennen.



Helmut Langendorf, 73 Jahre, Schiffskapitän, wohnhaft in Leer, hat 2012 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Der Tod ordnet die Welt neu.
Scheinbar hat sich nichts verändert,
und doch ist alles anders geworden …

Antoine de Saint Exupéry

Mascha Kaleko... „den eigenen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der andern muss man leben“

Wir sitzen in einem kleinen gemütlichen Raum inmitten der Initiative, ein Teelicht ist angezündet und vor uns steht eine Tasse heißer Tee.

Wir, das sind zwei Frauen, eine Trauernde, deren Ehemann vor einigen Monaten nach über 30 Jahren Ehe plötzlich verstorben ist und ich, die sie auf ihrem sehr persönlichen Trauerweg begleiten darf.

Sie sucht Hilfe und einen Ort, wo sie ihre Gedanken und ihre aufgestauten Gefühle frei äußern darf, ohne von anderen Personen zurechtgewiesen und bevormundet zu werden. Sie hat erlebt, dass Freunde ihr ausweichen, eine Bekannte hat sogar die Straßenseite gewechselt, als diese sie von weitem kommen sah. Die Trauernde ist enttäuscht, möchte aber auch niemandem mit ihrer Trauer zur Last fallen.

Sie beginnt zu sprechen – erst zaghaft, dann bricht es aus ihr heraus. Sie vermisst ihn sehr. Der Verlust ist groß und die Angst, wie es für sie allein weitergehen kann.

Ich bin da, höre zu, stehe ihr wertschätzend und mitfühlend zur Seite und halte ihren Schmerz mit aus. Wir haben Zeit.

Langsam wird sie ruhiger, die Tränen lassen nach, wir schweigen, dann fordere ich sie auf, einmal tief ein- und auszuatmen. Es war anstrengend.

Ihr scheint diese emotionale Entladung unangenehm, sie entschuldigt sich, ich sage: hier sind alle Gefühle erlaubt – auch Wut! Sie lächelt, wirkt erleichtert, „es tat gut.“

In weiteren Gesprächen und im Laufe des Trauerprozesses gab es immer wieder Tränenausbrüche verbunden mit der Frage, „wann hört dieser Schmerz endlich auf?“, aber auch „Schritte nach vorn“.

In der Fachliteratur werden oft vier Trauerphasen erwähnt, die Trauernde durchlaufen, bevor sie sich dem Leben wieder zuwenden können, doch Trauer ist sehr individuell, nicht berechenbar und lässt sich nicht nach vorgegebenen Phasen „abarbeiten“.

Trauernde müssen sich bewusst machen und begreifen, dass der geliebte Mensch tatsächlich tot ist und gleichzeitig Abschied nehmen von einer vertrauten Lebenssituation, die es zukünftig so für sie nicht mehr gibt.

Sie sind gezwungen, sich in ihrem Leben neu zu orientieren. Das alles kostet viel Kraft. Was Trauernde brauchen, ist Verständnis und – wenn sie es möchten, jemanden, der ein Stück auf dem schweren Weg mit ihnen geht. Auch Trauergruppen

können eine sehr gute Stütze sein, da alle Teilnehmenden Leid erfahren haben. Sie verstehen und können nachempfinden, sodass es keiner größeren Erklärungen bedarf. Sie können sich austauschen und Kontakte schließen. Sie sind nicht allein. Aber jede(r) Betroffene muss selbst entscheiden, ob sie/er es will und wenn, wann es für sie/ihn das Richtige ist.

Doch zurück zu meiner Trauerbegleitung.

Etwas veränderte sich, kam in Bewegung. Sie fing an, Fotos zu sortieren, ihre Erinnerungen und Gedanken aufzuschreiben und wieder Freude in ihrem Leben zuzulassen. Ihrem verstorbenen Mann richtete sie einen festen Platz in ihrem Herzen ein; sie weiß, sie muss ihn nicht „loslassen", sie kann sich weiter mit ihm verbunden fühlen, denn „der Tod beendet zwar ein Leben, aber nie eine Beziehung." (Monika Müller)

Ihre Trauer wird bleiben, aber ihr Leben nicht mehr so beherrschen. Sie ist dabei, aus eigener Kraft mit ihren Fähigkeiten und Ressourcen ihren zukünftigen neuen Lebensweg kreativ zu gestalten und ihre schmerzhafte Verlusterfahrung in ihr Leben zu integrieren.



Barbara Echtle, 73 Jahre, Sozialpädagogin, wohnhaft in Leer, hat 2022 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Trauerbegleitung tätig.

Kein Morgen bringt uns das Heute zurück.
Wir haben keine andere Zeit, als diese.

Verfasser unbekannt

„Die Wiege bleibt leer“

Ich war gerade im Garten, als mein Telefon klingelte und Jutta, eine der Koordinatorinnen der Hospiz-Initiative, anrief. In dem Telefonat ging es um eine Familie, die wohl eine der schmerzlichsten Nachrichten erfahren hatte, die man sich vorstellen kann.

Die Mutter, 35 Jahre und in der 25. Woche schwanger, hatte sich über das Krankenhaus bei uns gemeldet und um Hilfe gebeten. Bei ihrer ungeborenen Tochter war ein Gendefekt festgestellt worden, welcher mit Fehlbildungen innerer Organe, vor allem dem Gehirn, einhergeht und würde nicht lebensfähig sein.

Nach vielen Gesprächen mit unterschiedlichen medizinischen Fachbereichen stand der weitere Weg für die Familie fest. Die Mutter entschied sich für eine normale Entbindung und somit für das Fortsetzen der Schwangerschaft. Eine für den 37-jährigen Vater nur schwer mitzutragende Entscheidung. Er hatte große Sorge um den kleinen vierjährigen Sohn und war der Meinung, es würde für diesen leichter sein, wenn alles schnell vorüber wäre, weil er es dann vielleicht nicht so intensiv miterleben würde. Aber auch „diesen Abschied auf Raten“, wie er es formulierte, könne er selbst kaum ertragen und hatte Sorge, dass es die Familie zerreißen würde.

Für die Mutter aber stand ihre Entscheidung ganz fest. In den Gesprächen mit ihr offenbarte sich, dass sie in der ersten Zeit nach der Diagnose die Hoffnung hatte, dass die Ärzte und Ärztinnen sich vielleicht doch geirrt haben könnten und sie mit einem Schwangerschaftsabbruch auf keinen Fall eine Fehlentscheidung treffen wollte.

Ihr Mann war, trotz seiner Bedenken zur weitergeführten Schwangerschaft, an ihrer Seite und eine große Stütze, er kümmerte sich um den Haushalt und versuchte für den kleinen Sohn Normalität im Alltag herzustellen. Wieviel Kraft es kostete, sah man ihm an, er schlief schlecht, Kopfschmerzen quälten ihn.

Ängste, Traurigkeit und Schuldfragen wurden thematisiert. Und dann waren da die ganz besonderen Momente, wo man die Mutter sah, wie sie, mit Tränen in den Augen, zärtlich ihren Bauch streichelte und mit ihrer kleinen ungeborenen Tochter redete, wissend, dass sie sie verlieren würde. Auch der kleine Sohn wurde einbezogen, durfte den Bauch anfassen, spüren, dass sich etwas bewegte, an Mamas Seite sein, so wie es auch ohne diese Tragödie gewesen wäre. Das Baby lebte. Wie aber erklärt man einem vierjährigen Kind, dass seine kleine Schwester nach der Geburt wahrscheinlich nicht mehr leben wird? Mit Bilderbüchern zum Thema Sterben, Tod und Trauer näherten wir uns dem Thema an.

Wir hatten vereinbart, dass ich dreimal in der Woche in die Familie komme, um mit dem kleinen Sohn Zeit zu verbringen, damit er mich gut kennenlernt und im

Notfall auch mit mir allein bleiben würde. Erst blieben wir zu Hause mit der Mutter zusammen, dann ging es immer öfter nach draußen, in den Garten, auch mal Eis essen und auch im Zoo sind wir gewesen.

Wir spielten gerade im Garten als Nico ganz aufgeregt rief, er hätte ein Tier gefunden, das sich nicht mehr bewegt. Es war eine tote Hummel. Wir schauten uns die Hummel genau an und überlegten, warum sie sich nicht mehr bewegte. Hatte sie nicht genug zu essen oder zu trinken bekommen, war sie alt oder hatte sie eine schwere Krankheit gehabt? Er stellte fest, dass sie nicht einmal mehr summen konnte. Ich bestätigte seine Feststellung und ergänzte, dass ein Mensch auch nicht mehr sprechen oder singen kann, wenn er tot ist.

Kleine Impulse in der Hoffnung, dass er später den Tod seiner kleinen Schwester, trotz seines jungen Alters, behutsam begreifen lernen würde. Ich fragte, ob wir ein Löchlein graben sollten, um die Hummel zu beerdigen. Er erinnerte sich an ein Bilderbuch und fragte, ob er auch Blumen pflücken dürfte, um sie auf den kleinen Hügel zu legen. Darüber würde die Hummel sich doch bestimmt freuen.

Es war rührend zu sehen, wie liebevoll er sich damit beschäftigte, um dann im nächsten Moment aufzuspringen und laut zu rufen: „Wer ist als Erster beim Haus?!“, um ein neues Spiel einzuleiten. So ist es mit den kleinen Menschenkindern, sie leben einfach in dem Moment. Manchmal wünsche ich mir, wir Erwachsenen könnten es ihnen öfter gleichtun.

Der Tag der Entbindung kam in großen Schritten auf die Familie zu. Für die Mutter zu schnell, für den Vater schien es endlos und für den kleinen Nico …?

Um 5:40 Uhr rief mich der Vater an, es ginge wohl los und es wäre schön, wenn ich ins Krankenhaus kommen und mich mit Nico beschäftigen könnte. Schnell nahm ich meine schon vorbereitete Tasche und machte mich auf den Weg ins Krankenhaus. Der Vater stand mit Nico vor dem Kreißsaal und war erleichtert, dass Nico sich auf mich freute. Der Vater kam auf mich zu, nahm mich in den Arm und fing an zu weinen. Dann drehte er sich schnell um und verschwand hinter der Tür zum Kreißsaal.

Nico und ich gestalteten für seine Schwester einen farbenfrohen Papier-Schmetterling aus seinem Händeabdruck. Die von ihm gewählten Glitzeraugen seien dafür da, so meinte er, dass man den Schmetterling auch im Dunkeln sehen könne. Anschließend haben wir miteinander gefrühstückt und einen Spaziergang gemacht, Hand in Hand die Zeit verbracht. Kurz nach Mittag kam der Anruf des Vaters. Ihre kleine Tochter hatte das Licht der Welt erblickt, nur wenige Minuten … und war dann in den Armen der Mutter verstorben. Nico und ich gingen zum Kreißsaal.

Stella, seine kleine Schwester, war in eine Decke eingewickelt, die er für sie ausgesucht hatte. Er streichelte sie vorsichtig. Die Eltern weinten und lächelten gleichzeitig, zogen Nico zu sich heran und umarmten einander. Eine berührende Familieninnigkeit, ein Gefühl, welches ihnen nicht mehr genommen werden kann. Trotz der Traurigkeit wird Nico diese Erfahrung in sich tragen und hoffentlich positiv erinnern. Eine Sternenkindfotografin, die schon von der Mutter im Vorfeld angefragt war, hielt diese besonderen Momente im Bild fest.

Es folgten auch in den Monaten danach noch viele Gespräche, sowohl mit den Eltern als auch mit dem kleinen Sohn. Eine Familie auf ihrem beindruckenden Weg durch die Trauer.

Ich empfinde große Dankbarkeit, dass mich Menschen so nah an sich heranlassen, mich an ihrem Leben teilhaben lassen, mit all ihrem Schmerz, ihrer Trauer und mir ihr größtes Hab und Gut anvertrauen, ihre Kinder, ihren kleinen Sohn.

Dafür schenke ich gerne meine Zeit.



Silke van Ophuysen, 56 Jahre, Kinderkrankenschwester, wohnhaft in Leer, hat 2016 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Es gibt keine Spuren, die zu klein sind,
um Eindruck auf dieser Welt zu hinterlassen

Verfasserin unbekannt

„Unfassbar“

Anfang März begann ich eine Trauerbegleitung bei einer 43-jährigen Mutter.

Ihre 18-jährige Tochter war im Dezember des Vorjahres ganz plötzlich gestorben. Als die Tochter von Frau D. an diesem Morgen nicht wie gewohnt zum Frühstück kam, ging sie ins Zimmer ihrer Tochter, um nach ihr zu schauen. Sie öffnete die Tür und sah ihre Tochter leblos auf dem Bett liegen.

Sie rief sofort nach ihrem Mann und begann mit der Reanimation, während ihr Mann den Notruf wählte und ihr danach zur Hilfe eilte. Der Rettungswagen und der Notarzt waren nach wenigen Minuten da und übernahmen die Patientin. Sie wurde in das nächste Krankenhaus gebracht.

Als das Ehepaar wenig später im Krankenhaus ankam, erhielten sie die traurige Nachricht, dass ihre Tochter verstorben sei. Weitere Untersuchungen ergaben, dass ihre Tochter an einer schweren akuten Herzmuskelentzündung erkrankt war und diese zum Tod geführt hatte. Bei unserem ersten Gespräch, ca. acht Wochen nach dem Tod der Tochter, erzählte Frau D. erschüttert von dem dramatischen Tod ihres einzigen Kindes.

Frau D. hatte keine Kraft, war mutlos und all ihre Gedanken kreisten um ihre Tochter. Sie machte sich Vorwürfe, fragte sich immer und immer wieder, ob sie etwas übersehen hatte. Gedanken, wie soll ich das aushalten, wofür lebe ich überhaupt noch, quälten sie, denn ein Leben ohne ihre Tochter konnte sie sich nicht vorstellen. Dass dieser Zustand sich jemals wieder ändern könnte, erschien ihr unmöglich.

Auch körperlich entwickelte Frau D. Symptome, litt unter Herzrasen, Appetitlosigkeit, dazu kamen Schlafstörungen.

Nachdem wir uns mehrere Male getroffen hatten, sagte sie mir, dass unsere Gespräche ihr sehr gut täten. Sie konnte vieles aussprechen, wofür ihr bisher die Worte fehlten, aber die Traurigkeit war tief verwurzelt in ihr. Sie sprach von einem großen schwarzen Loch, in das sie versinke.

Ich habe den Schmerz von Frau D. mit ausgehalten, habe mit ihr geweint, sie festgehalten in Momenten tiefster Erschütterung, bin dageblieben und wiedergekommen. Wir sprachen darüber, dass es keine festgelegte Zeit für die Trauer gibt und dass sie sich die Zeit nehmen darf und soll, die sie braucht.

Nach einiger Zeit machte Frau D. den Vorschlag, ihren Mann ab und an zu diesen Gesprächen mitzubringen. Ich ermunterte sie dazu, ihn einzuladen.

So fanden unsere Treffen zum Trauergespräch hin und wieder zu Dritt statt.

Das Ehepaar war emotional sehr ehrlich miteinander. Herr D. machte sich große Sorgen um seine Frau, hatte Angst, dass sie in eine Depression „abrutschen" könnte. Frau D. wünschte sich mehr körperliche Nähe von ihm. Meine Anwesenheit half ihnen dabei, diese Dinge klar zu formulieren.

Frau D. ging jeden Tag mit ihrem Hund zum Grab ihrer Tochter. Für Frau D. hatte dieser Ort etwas Tröstliches und sie fühlte sich ihrer Tochter für einen Moment ein klein wenig näher. Es tat ihr gut, das Grab zu schmücken.

Im Spätsommer wurde dann ein Grabstein ausgesucht. Dieses geschah mit großer Sorgfalt und viel Zeit. Es sollte ein ganz persönliches Denkmal für die Tochter werden und diese Aktion brachte Frau D. voran. Es wurden Skizzen und Zeichnungen angefertigt und ich wurde immer involviert, bis die Vorstellung von dem Gedenkstein ganz konkret war. Sie fanden bald einen Steinmetz, der genau diesen Stein für sie fertigen würde.

Als der Stein auf dem Grab aufgestellt wurde, war das für das Ehepaar ein ganz besonderer Moment, der auch etwas Erleichterndes in sich hatte.

Bei Frau D. wuchs die Sorge, sie könnte vergessen, wie ihre Tochter ausgesehen hat, wie ihre Stimme klang, wie es sich anfühlte von ihr in den Arm genommen zu werden. Sie berichtete mir, dass sie das Gefühl habe, ihr Umfeld würde immer mehr zum Alltag übergehen und ihre Tochter würde kaum noch Thema sein.

Ich erzählte ihr von unserer Gruppe für trauernde Eltern und dass es sehr hilfreich sein könne, sich mit anderen betroffenen Eltern über diese Sorgen auszutauschen, da sie ähnliche Erfahrungen machen bzw. gemacht haben.

Das Ehepaar zögerte zunächst, hatte Sorge, die Geschichten der anderen Eltern würden sie zusätzlich belasten, besuchten jedoch kurze Zeit später zum ersten Mal die Gruppe.

Wie gut ihnen der Austausch getan hat, erfuhr ich bei unserem nächsten Gespräch. Frau D. berichtete, dass sie auf Eltern getroffen war, die genau die gleichen Sorgen und Ängste hatten wie sie, die von ähnlichen Fragen erzählten. Auch war sie Eltern begegnet, die berichteten, dass sich ihre Trauer im Laufe der Zeit langsam verändert habe, dass sie an manchen Tagen sogar wieder lachen könnten, für Frau D. bis dahin unvorstellbar. Hoffnung keimte bei ihr auf und die beiden nahmen von da an regelmäßig an der Gruppe teil.

Anfang des darauffolgenden Jahres fing Frau D. probeweise wieder an zu arbeiten. Die körperlichen Beschwerden gingen langsam zurück und im vergangenen Sommer hat sich das Ehepaar ein Wohnmobil angeschafft, mit dem sie jetzt kleine Reisen machen.

Ihre Gruppentreffen mit anderen trauernden Eltern versäumen sie dennoch selten.

Und auch wir beide treffen uns immer noch in größeren zeitlichen Abständen zu einem Gespräch, denn auch nach über drei Jahren ist die Trauer um das verstorbene Kind nicht weg, aber sie hat sich verändert. Frau D. erlebt noch Tage, da ist die Trauer wieder ganz besonders stark, aber das Wissen darum, dass diese Tage wieder vorübergehen, helfen ihr, damit umzugehen.



Doris Greve, 76 Jahre, technische Fernmeldebeamtin, wohnhaft in Leer, hat 2001 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Man sieht nur mit dem Herzen gut,
das Wesentliche bleibt den Augen verborgen.

Antoine de Saint-Exupéry

Trauernde Kinder und Jugendliche



Kinder trauern anders als Erwachsene. Jüngere Kinder scheinen in ihre Trauergefühle hinein- und herauszuspringen. Dieser Umgang mit der Trauer ist für sie auch ein Schutz, mit intensiven Gefühlen umzugehen. Nicht selten drücken sie ihre Gefühle und Gedanken durch Spielen oder andere Aktivitäten aus. Einige reagieren in sich gekehrt, traurig oder trotzig, andere ärgerlich, aggressiv oder störrisch.
Das Schlagen auf den Boxsack, die kreativ-liebevolle Gestaltung eines Schatzkästchens, worin Erinnerungsstücke an den Verstorbenen aufbewahrt werden können sowie freie Spielphasen helfen, mit der Trauer umzugehen.

Jugendliche zwischen elf und 15 Jahren kommen in die Pubertät, die für Eltern und Kinder eine besondere Herausforderung ist. Gefühle werden in diesem Alter neu erlebt und bekommen einen anderen Platz in ihrem Leben. Die Kinder lernen sich sozusagen neu kennen. Wird in dieser bedeutsamen Zeit auch noch ein Verlust erlitten, ist die Herausforderung riesig und wird oft krisenhaft erfahren.
Rollenspiele, Ausdrucksmalen, Musik gestalten, das liebevolle Verständnis der Trauerbegleiterinnen und -begleiter, als auch der Austausch mit Gleichaltrigen weiten den Raum und helfen, das Chaos der Gefühle zu sortieren.

„Ein Ort für die Trauer“

Finn war gerade neun Jahre alt geworden, als seine Pflegemutter sich bei der Hospiz-Initiative meldete und um Trauerbegleitung für ihn bat.

Seine Mutter war einige Monate zuvor nach langer Krebserkrankung verstorben, seinen Vater hatte er nie kennengelernt, da er sich noch vor Finns Geburt von der Mutter getrennt hatte und kurze Zeit später bei einem Autounfall ums Leben gekommen war.

Somit kam Finn nach dem Tod seiner Mutter dauerhaft zur Pflegefamilie, bei der er während der Erkrankung seiner Mutter schon einige Male für ein paar Wochen

gelebt hatte. Seine Pflegeeltern waren sehr fürsorglich und ließen ihm viel Zeit, sich in seiner neuen Umgebung einzuleben, daher suchten sie auch Unterstützung bei uns, um ihm noch eine weitere Möglichkeit zu geben, seine Trauer zu verarbeiten.

Als ich Finn kennenlernte, war er ein tieftrauriges und stilles Kind. Nachdem wir uns etwas kennengelernt hatten, erzählte er mir, dass er sehr darunter leiden würde, dass seine Mutter auf See bestattet wurde und er dadurch keinen Ort hätte, um zu ihr zu gehen. Gemeinsam überlegten wir, dass es vielleicht hilfreich wäre, einen Gedenkort zu schaffen und machten uns Gedanken, wo so ein Ort sein könnte und wie er aussehen müsste. Finn kam zu dem Entschluss, dass er so einen Platz bei seinen Pflegeeltern im Garten am schönsten fände und so besprach er es mit ihnen. Bei unserem nächsten Treffen erzählte er mir, dass er sich im Garten einen schönen Platz, etwas abgelegen vom Haus, ausgesucht hätte. Gemeinsam mit Anja, seiner Pflegemutter, war er Blumen dafür einkaufen gegangen und hatte sie mit ihr gepflanzt.

Wir beide gestalteten an diesem Tag noch einen Stein mit der Aufschrift „Für meine liebe Mama". Unser nächstes Treffen fand dann im Garten seines neuen Zuhauses statt. Wir saßen lange gemeinsam an diesem besonderen Platz für seine Mama und er erzählte mir von ihr.

Finn und ich trafen uns noch ca. ein dreiviertel Jahr, dann wurden die Abstände zwischen unseren Treffen immer größer und schließlich konnte die Begleitung mit einem guten Gefühl auf beiden Seiten beendet werden.



Monika Boelmann, 68 Jahre, Erzieherin, wohnhaft in Leer, hat 2018 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Trauer in Bewegung



Gerade in Zeiten der Trauer fehlt Menschen oftmals die Motivation, überhaupt irgendwie in Bewegung zu kommen, sich aufzuraffen und nach draußen zu gehen, denn der Körper trauert mit uns, nicht nur unsere Seele. Unsere vier Bewegungsangebote: Spazieren und Walken in der Natur, gemeinsam mit anderen oder Yogaübungen als auch das Seelensportangebot können helfen, Traurigkeit abzubauen, sich selbst mehr zu spüren, um wieder mehr Lebensenergie zu erlangen.

Was ist Seelensport und wie wirkt sich dieser bei Menschen in ihrer Trauer aus?

Seelensport ist ein gefühlsbetontes und aktives Bewegungskonzept speziell für Trauernde mit stärkenden Affirmationen. Es gibt die Kategorien Wut, Angst, Trauer, Freude und Dankbarkeit.

Ich möchte gerne von zwei Beispielen berichten, die zeigen, wie sich Seelensport positiv in der Trauer auswirken kann.

Eine Trauernde, deren Mann vor nicht langer Zeit verstorben ist, berichtete von einer anstehenden Beerdigung in der Nachbarschaft. Sie selbst wollte gerne daran teilnehmen, hatte jedoch Angst und große Befürchtungen, dies nicht durchstehen zu können.

Die Seelensportübung „Kassiopeia“ ist aus der Kategorie Mut. Das kraftvolle Bewegen der Arme und das rhythmische Stampfen wird in dieser Übung unterstützt durch die wiederkehrende laut ausgesprochene Affirmation:

„ Ich - kann - das - schaffen!“ „Ich - kann- das - schaffen!“

14 Tage später berichtete sie, dass sie die gesamte Trauerfeier in der Kirche damit überstanden hat, dass sie sich innerlich gesagt hat: “Ich-kann-das-schaffen.“ Und

sie war sehr stolz auf sich, dies geschafft zu haben und sagte, sie nimmt diese Stärke auch mit in ihren Alltag, Dinge zu schaffen bzw. schaffen zu können.

Eine andere Trauernde erzählte, sie habe seit dem plötzlichen Herztod ihres Mannes keine Kraft und Energie mehr, dabei habe sie früher viel Sport gemacht und außerdem sei sie wütend auf die Situation, mit der Firma und allem allein gelassen zu sein. In diesem Zustand sei sie schon fast ein Jahr.

Die Seelensportübung „Der Stier" aus der Kategorie Wut war für sie genau richtig. Ein Teil dieser Übung sind Boxhiebe nach vorne und ich habe ihr meine Hände als Widerstand hingehalten.

Überraschend für sie und mich war die Power und die Kraft, mit der sie in meine Hände boxte. Und sie weinte und lachte und weinte und lachte …

Nach der Übung war sie erschöpft aber voller Freude darüber, ihre Energie und Kraft wieder gespürt zu haben, ja einfach nur wieder körperlich sich selbst zu spüren und wie viel „Leben und Lebendigkeit" in ihr steckt.

An diesen beiden Beispielen lässt sich nachvollziehen, wie Seelensport individuell in der Trauer wirken kann, wie durch Aktivierung der körperlichen Bewegungen, Trauersituationen verändert oder neu bewertet werden können.



Karin Boekhoff, 62 Jahre, Ernährungscoach, wohnhaft in Leer, hat 2012 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither aktiv in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Vierte Säule: Öffentlichkeitsarbeit und Weiterbildung



Hospizarbeit beinhaltet auch informieren und qualifizieren, um der Verdrängung von Sterben, Tod und Trauer entgegenzuwirken. Das Thema zum Thema zu machen, es in das Bewusstsein der Bevölkerung zu heben, damit ein Sterben in Würde überall wieder mehr möglich ist, haben wir uns zur Aufgabe gemacht.
Dazu gehören u.a. persönliche Gespräche über Sterben, Tod und Trauer, Beratung zu palliativen Hilfsmöglichkeiten, zu Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten, aber auch Vorträge und Workshops zu Themen der Hospizarbeit, sowie Führungen in unseren Räumlichkeiten.

Selbstbestimmt und würdevoll die letzte Lebensphase in vertrauter Umgebung verbringen

Damit dies gelingen kann, ist eine Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit oder der von unseren Angehörigen notwendig. Doch gerade diese Auseinandersetzung ist für uns Menschen nicht einfach.
Auch erhalten noch immer nicht alle Menschen die für sie geeignete Unterstützung und palliative Versorgung, die sie brauchen. In der Konsequenz fühlen Angehörige sich oft überfordert und hilflos, erschweren ihnen diese Gefühle die Möglichkeit, ihren Angehörigen trotz der schweren und traurigen Situation nah zu sein und mit ihnen eine intensive und erfüllte Zeit der Gegenseitigkeit zu erleben.
Wir möchten einen vielseitigen Rahmen bieten, um auf unterschiedliche Art und Weise die Beschäftigung, die Konfrontation mit den Themen Tod, Sterben, Trauer im Miteinander immer wieder zu ermöglichen, u.a. mit dem Workshop „Letzte Hilfe“.

Letzte Hilfe

Die meisten Menschen möchten zu Hause sterben. Uraltes Wissen zur Sterbebegleitung ist in den letzten Jahrzehnten jedoch zunehmend verloren gegangen. In der Folge macht uns das Lebensende und das Sterben von Angehörigen, Freunden und Nachbarn oft hilflos. In dem Kurs „Letzte Hilfe“ möchten wir Basiswissen und Orientierung vermitteln und einfache Handgriffe vorstellen, denn Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern gelebte Mitmenschlichkeit. Wir möchten

ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden, denn Zuwendung ist das, was wir am Ende des Lebens am meisten brauchen. Um dieses Wissen zurückzugewinnen, bieten wir regelmäßig „Letzte Hilfe“ an. In diesem Kurs lernen interessierte Menschen, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.



„Bedeutung von Berührungen“

Im Verlauf des Letzte-Hilfe-Kurses zeigen wir u.a. auch einen kleinen Kurzfilm zum Sterbeprozess und gehen mit den Teilnehmenden in den Austausch über ihre Erfahrungen. Hier wird immer deutlich, dass der Sterbeprozess bei jedem Menschen ganz individuell ist. Manche Menschen mögen beispielsweise Berührungen bis zum Schluss, andere Menschen wiederum wollen kaum oder keine Berührungen mehr.

Eine Teilnehmerin, die ihre Mutter begleitet hatte, erzählte, dass diese Erkenntnis im Kurs für sie sehr erleichternd und beruhigend gewesen sei, denn ihre Mutter hatte im Sterbeprozess immer wieder die Hand von ihr weggeschoben und wurde bei Berührungen eher unruhig. Dies hatte die Tochter als eine Art Ablehnung ihr gegenüber gedeutet und berichtete, dass sie dies sehr getroffen und im Nachgang viel beschäftigt habe. Im Kurs wurde ihr klar, dass der Sterbeprozess bei jedem Menschen anders ist und dass ihre Mutter nicht nur ihre Berührungen nicht wollte, sondern eben gar keine Berührungen mehr mochte. Dies ermöglichte ihr nun Frieden mit dem Sterbeprozess und der Begleitung ihrer Mutter zu finden.



Maike Janssen, 32 Jahre, wohnhaft in Rhauderfehn, Palliativpflegefachkraft, ist seit 2018 als Koordinatorin in der Hospiz-Initiative tätig.

Anfassen ist simpel,
Berührung ist Kunst.

Verfasserin unbekannt

Hospiz macht Schule



„Hospiz macht Schule“ umfasst eine fünftägige Projektwoche und wir bieten sie an Grundschulen für die dritten und vierten Klassen an.

Der Ansatz des Projektes ist auf den Ausdruck von eigenen Gefühlen, Vorstellungen und Erlebnissen der Kinder gerichtet und orientiert sich an deren Bedürfnissen. An fünf Schultagen wird auf die Themen: „Veränderungen im Leben“, „Krankheit und Leid“, „Sterben und Tod“, „Vom Traurig sein“ und „Vom Trost und Trösten“ eingegangen und diese mit den Kindern einfühlsam bearbeitet. Fünf erfahrene ehrenamtliche MitarbeiterInnen, die alle eine zusätzliche Qualifikation zur Durchführung der Projektwoche erworben haben, begleiten die Klasse in Klein- und Großgruppen durch die Tage. Die Lehrkräfte sind aktiv eingebunden und die Eltern werden intensiv im Voraus informiert. Am Ende der Woche gibt es einen gemeinsamen Abschluss mit Kindern, Eltern und Lehrenden.

„Die Weisheit von Kindern“

Am vierten Tag schauen wir uns z. B. zusammen eine Filmsequenz an, in der es um Trauer geht. Im Film wird eine Pflanze aus der Erde gezogen, sozusagen entwurzelt, wie auch wir Menschen durch einen Verlust entwurzelt werden. Die Pflanze im Film wird dann an einer anderen Stelle wieder eingepflanzt und bekommt eine Stütze. Sie kann durch Sonnenlicht, Wasser und Pflege/Zuwendung wieder neue starke Wurzeln bilden und wächst manchmal sogar über sich hinaus.

Die Kinder bemalen nun Blumentöpfe und wir entwurzeln gemeinsam vorgezogene Sonnenblumenpflanzen, die danach zunächst zusammenfallen und sehr fragil sind. Die Pflanzen werden von den Kindern vorsichtig in die bemalten Blumentöpfe umgepflanzt und mit einem Holzstab abgestützt. Die Schüler und Schülerinnen haben die Aufgabe, sich in den nächsten Wochen und Monaten um ihre Pflanze zu kümmern, damit sie sich wieder verwurzeln und wachsen kann in Analogie zum trauernden Menschen.

In der Abschlussrunde dieses Tages bemerkte ein zehnjähriger Schüler, ihm sei noch wichtig zu sagen, dass der trauernde Mensch nicht nur neue Wurzeln bildet und nach einiger Zeit wieder kräftiger wird, sondern er finde, dass der Verstorbene auch ganz tief im Herzen des trauernden Menschen verwurzelt ist und er ihn so immer in seinem Herzen haben wird.

Er hat uns eine neue Sichtweise auf das Thema Verwurzelungen mitgegeben.



Ein Junge aus der Projektwoche im letzten Jahr hat sich sehr gut um seine Sonnenblume gekümmert und bat seine Mutter, uns ein Bild zuzusenden.



Stephanie Urban, 67 Jahre, Rentnerin, wohnhaft in Twixlum, hat 2016 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig.

Lets talk about death



„Let`s talk about death“ ist ein Angebot an weiterführende Schulen für die Klassen 8 – 10.

Auf was es ankommt – Leben ist mehr als Lernen. Der Tod macht auch vor der Schule nicht halt. Schülerinnen und Schüler jeder Altersstufe kommen mit Erleben von Tod und Trauer in Berührung. Das dreitägige Seminar findet jeweils vormittags in den Räumen der Hospiz-Initiative statt. Mit unterschiedlichen Methoden werden die Jugendlichen an das Thema herangeführt. Es geht sowohl um die Bedeutung von Sterben, Tod und Trauer in der Gesellschaft, als auch um persönliche Erfahrungen mit dem Thema. Es ist eine besondere Thematik, gerade auch für Jugendliche. Es muss sehr einfühlsam behandelt werden und ist doch für die jungen Menschen eine bedeutende Erfahrung auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden. Der dritte Tag schließt mit einer Präsentation für die Lehrkraft und einem gemeinsamen Frühstück ab.

„Das ist krass“

Nachdem wir über die vier Dimensionen von Schmerz gesprochen haben, machen wir gemeinsam die „Erbsenübung“. Alle bekommen Erbsen in die Schuhe und laufen 10 Minuten allein und schweigend durch den Raum oder den Garten. Nach dieser Zeit können die Jugendlichen Paare oder Gruppen bilden und es darf über die Erbsen, das Fußballergebnis vom Vorabend oder über Wochenendpläne usw. gesprochen werden. Nach einigen weiteren Minuten machen sie zu zweit noch eine „Kugelschreiberübung“, die viel Aufmerksamkeit erfordert.

Die Jugendlichen berichten nach der Übung immer, dass „der Schmerz“, das unschöne Gefühl an den Fußsohlen zu Beginn der Übung hoch war, sie sich mit der Zeit aber ein kleines bisschen mehr daran gewöhnten. Am schlimmsten empfanden sie den Schmerz, als sie keinen zum Reden und keine Ablenkung hatten, da sie sich gedanklich permanent mit den Erbsen befassten. Viel besser wurde es, als sie jemanden an ihrer Seite hatten und durch die Gespräche die Aufmerksamkeit von den Erbsen abgelenkt wurde. Als sie sich auf die Paarübung mit den Stiften konzentrierten, haben sie die Erbsen mit den dazugehörenden Empfindungen teilweise sogar vergessen können und gemeinsam viel gelacht.

Ein Schüler sagte nach der Übung „Mir war gar nicht bewusst, dass ich durch mein bloßes Da-sein und ein Gespräch dazu beitragen kann, dass ein Mensch den Schmerz eventuell etwas weniger erlebt und ihn für einen kurzen Moment vielleicht sogar gar nicht spürt - das ist krass“



Anja Watermülder, 58 Jahre, Dipl. Ingenieurin, wohnhaft in Bunde, hat 2018 am Hospizqualifizierungskurs teilgenommen und ist seither in der Sterbebegleitung tätig.

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“
„… erst am Du wird der Mensch zum Ich …“

Martin Buber

Qualifizierung ist uns wichtig

Um der hohen Verantwortung in der Sterbebegleitung, den vielfältigen Aufgaben und Bedürfnissen der Sterbenden gerecht werden zu können, aber auch um die eigenen Ressourcen und Grenzen wahrnehmen zu können, müssen ehrenamtliche Hospizmitarbeiterinnen und -mitarbeiter menschlich und fachlich qualifiziert sein. Die Herausbildung einer Haltung, als elementare Eigenschaft dieses Ehrenamts, entwickelt sich aus einer gleichberechtigten Zusammenführung aus Fachwissen, biografischer Selbstreflexion, praktischen Übungen und Selbsterfahrungseinheiten. Erweiternde Fortbildungsangebote, regelmäßige Supervision und gelebte Fürsorge im wertschätzenden Miteinander sichern die Qualität unserer Begleitungsarbeit.

Qualifizierungskurs zur Hospizmitarbeiterin, zum Hospizmitarbeiter

Der Qualifizierungskurs für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter richtet sich an diejenigen, die Menschen in ihrer letzten Lebensphase sowie deren Zugehörige im Auftrag der Hospiz-Initiative qualifiziert begleiten möchten.

Voraussetzung ist die Bereitschaft

- sich persönlich mit den Themen Sterben, Tod und Verlusterfahrung auseinanderzusetzen
- eigene Erfahrungen und die anderer zu reflektieren und zu respektieren
- eine eigene hospizliche Haltung herauszubilden, die in der achtsamen und respektvollen Begegnung dem sterbenden Menschen und seiner ihm Nahestehenden gegenüber mündet
- sich in der Begegnung mit sterbenden Menschen und seiner ihm Nahestehenden zurückzunehmen und sich an dessen Bedürfnissen zu orientieren
- sich auf das Lernen in einer Gruppe einzulassen
- sich zur Mitarbeit in den vielfältigen Aufgabenbereichen der Hospiz-Initiative zu engagieren

Der Kurs umfasst 120 Unterrichtsstunden und 40 Praktikumsstunden

Inhalte sind:

- Hospizbewegung und Palliative Care
- Motivation und Bedürfnisse
- Soziale Wahrnehmung
- Umgang mit eigenen Verlust- und Abschiedserfahrungen

- Auseinandersetzung mit Krankheit, dem eigenen Sterben, dem eigenen Tod
- Lebensbilanz und Säulen der Identität, Spiritualität, interkulturelle Kompetenz
- Kommunikative Kompetenz
- Vermittlung und Entwicklung einer hospizlichen Haltung
- Nähe und Distanz, Psychohygiene, Ressourcen und Kraftquellen
- Aspekte der Grundpflege / Palliative Pflege
- Palliativmedizin, Krankheitsbilder, Symptomkontrolle, ethische Fragen am Lebensende, Lebensqualität
- Rechtliche Aspekte
- Rahmenrichtlinien und Strukturen hospizlicher und palliativer Versorgung, Soziales Netz am Lebensende
- Einblick in Basale Stimulation, Musiktherapie, Aromatherapie, Ausdrucksmalen
- Bestattungswesen
- Demenz in der Sterbebegleitung
- Abschied und Trauer im Familiensystem
- Trauerprozesse
- Ausblick auf ehrenamtliche Arbeit
- Praktische Erfahrungen
- Rituale
- Referat und Kursabschluss

Für Ehrenamtliche ist diese Weiterbildung die Voraussetzung, um im Namen der Hospiz-Initiative tätig werden zu können und den Sterbenden adäquate Begleiterinnen und Begleiter sein zu können. Aber auch ganz persönlich profitieren die Teilnehmenden in ihrem Lebensalltag von der Auseinandersetzung mit diesem Thema.



Freude über Zerfifikat

Dazu Aussagen von Teilnehmenden in der Abschlussreflexion:

„Für mich war interessant, von der eigenen Lebensgeschichte her zu gucken … ich habe viel über mich selbst gelernt … über meine Empfindungen, meine Denkweise, meine Vorurteile …“

„Die Sterbemeditation hat mich sehr berührt … sich vorzustellen, dass man jetzt wirklich Abschied nehmen muss … Abschied von lieben Menschen … von allem, was mir lieb und wichtig ist … ich lege jetzt andere Schwerpunkte … ich lebe mehr …“



Gesprächsübung Kurs 2024

„Ich habe gelernt, mit mir und anderen achtsamer umzugehen“ …

„Mein Leben hat mehr Tiefgang bekommen … habe erkannt, dass manche Menschen mir nicht gut tun … es fehlt das Ehrliche …“

„Ich bin gelassener geworden … (lacht) … und ich putze nicht mehr so oft Fenster … alltägliche Probleme nehmen nicht mehr so viel Raum ein … habe Blick für das Wesentliche bekommen …“

„Ich sehe die Menschen und Dinge mit anderen Augen … nehme anders wahr … packe sie nicht gleich in Schubladen … das hilft mir auch sehr in meinem privaten Umfeld …“

„Die Menschen so zu nehmen, wie sie sind … sie bedingungslos wertzuschätzen … das ist gar nicht so leicht …“

„Für mich ist wahrnehmen das Wichtigste … dass man selbst nicht so viel redet, fand ich für mich schwer … ich rede viel und gern und da muss ich mich zurückneh-

men und einfach nur zuhören und aufnehmen … das find ich am eindrucksvollsten …“

„Ich muss mich selbst lieben und wertschätzen … wie soll ich sonst geben, was ich selbst nicht habe …“

„Ich spüre große Dankbarkeit für das Leben, für die Menschen, die zu mir gehören, für die Möglichkeit diesen Kurs zu besuchen … ja … für alles … von mir aus kann der Kurs ewig weitergehen …“

„Für mich ist es wichtig, auch meine eigenen Grenzen zu beachten …den anderen empathisch zu begleiten, aber auch immer gucken, wo habe ich meine Ressourcen … wo schöpfe ich Kraft …“

„Zuhören, zuhören, zuhören … wahrnehmen, wahrnehmen … mich selbst zurücknehmen … ich hab mich verändert.“



Kurs 2022

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hospiz-Initiative



Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hospiz-Initiative



Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hospiz-Initiative



Hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hospiz-Initiative



Es ist gut,
wenn uns die verrinnende Zeit nicht als etwas erscheint,
das uns verbraucht oder zerstört,
sondern als etwas,
das uns vollendet.

A. de Saint Exupéry

Entwicklung unserer stationären Einrichtung – das Hospizhuus

Der Spatenstich für das erste stationäre Hospiz in Ostfriesland fand im Oktober 2007 statt.
Gretel Bluhm-Janssen gab damals unserer großen Freude in ihrer bewegenden Rede Ausdruck. Ihre Worte haben auch heute noch Gültigkeit.
Hier eine leicht gekürzte Wiedergabe ihrer Rede:



„Wat`n Bliedskupp vandaag".

Das Wort Bliedskupp stand unlängst auf einer Favoritenliste mit beliebten plattdeutschen Wörtern an erster Stelle. Der Ausdruck vereint ganz vielfältige und unterschiedliche Ausprägungen von Gefühlen der Freude. Daher wurde es letzte Woche anlässlich des Gallimarktes benutzt und es passt auch wunderschön für den heutigen Tag, obwohl es ein völlig anderer Anlass ist.

Wat`n Bliedskupp vandaag!

Bliedskupp daaröver, dat de erste Spaasteek daan ward, um en Tohuus to bauen för all de Minsken, de groot Hartsehr hebben.

Hartsehr – ein ebenso aussagekräftiges wie wunderschönes plattdeusches Wort, das nur unzureichend ins Hochdeutsche übersetzt werden kann, weil es eine breite Palette von tiefen Gefühlen der Trauer, des Kummers, eines ganzheitlich empfundenen Schmerzes widerspiegelt – Hartsehr.

Biedskupp vandaag över dit Hospizhuus, wat wie nu anfangen willn to bauen för die Minsken mit Hartsehr van mörgen.

Mag dit Huus mithelpen, dat Hartsehr to dragen und uptofangen un lichter to maken.

Ein stationäres Hospiz für Ostfriesland in Leer – WOW!!!

Das war anfangs nur als Vision in unseren Köpfen, später haben wir es dann festgeschrieben, zwar immer noch visionär, allerdings nicht im Sinne von Trugbildung gemäß einer Übersetzung von Vision im Duden, sondern als Ziel, als Zukunftsentwurf, festgeschrieben in der Satzung der Hospiz-Initiative Leer.

Vision? Visionär? Ja!

Immer aber auch vorhanden war und ist die unerschütterliche Zuversicht, dass Visionen manchmal wahr werden können, nicht müssen, aber können, dass das vermeintlich Unmögliche doch möglich werden kann,

- *wenn Herzen sich entzünden lassen für eine Idee*
- *wenn unbegrenzte Begeisterung vorhanden ist*
- *wenn gewohnte Denkrahmen verlassen werden, um Neues, um Entwicklung zu ermöglichen*
- *wenn Menschen wahrhaftig für eine Sache einstehen*
- *wenn sie mutig, überzeugend und beharrlich daran arbeiten*
- *wenn sie das vor allen Dingen tun zusammen mit anderen Menschen, unabhängig von irgendwelchen Merkmalen oder Positionen, überkonfessionell und überparteilich*
- *wenn also Menschen mit anderen Menschen zusammen an einem Strang ziehen und das Wesentliche nicht aus den Augen verlieren – dann sind wir dem, was Hospiz verkörpern will, ganz nahe – und dann können sogar Visionen wahr werden.*

Auch wenn Menschen seit Menschengedenken daran arbeiten: der Tod wird sich wohl nicht besiegen lassen; aber die Bedingungen, unter denen Sterben heute, im 21. Jahrhundert, geschieht, können durch die, mit dem Hospizgedanken vorhandene Neuorientierung auf Lebensqualität, Menschlichkeit und Mitmenschlichkeit doch wesentlich verbessert werden, so dass der unheilbar kranke Mensch sein Leben, mit seiner Art zu sein und seiner ganz eigenen Lebensqualität, mit Würde auch zu Ende leben kann und mag.

Mit Hospizen kann man keine Gewinne einfahren – im Gegenteil – es ist sozusagen ein „Verlustgeschäft"- allerdings nur, wenn wir es ausschließlich vor wirtschaftlichem Hintergrund sehen – aus jedem anderen Blickwinkel betrachtet ist Hospiz ein Gewinn – für jeden von uns.

Bleibt zum Schluss, Danke zu sagen.

Danke all den Menschen, die den Hospizgedanken mittragen und auf so vielfältige Weise unsere Arbeit hier vor Ort unterstützen.

Ich möchte und werde ganz bewusst heute keine einzelnen Namen oder Personen hervorheben, denn ich könnte weder dem Einzelnen und auch nicht allen gerecht

werden, sondern ich möchte meinen Respekt zum Ausdruck bringen für das Engagement, dass jeder und jede Einzelne vor seinem, vor ihrem ganz persönlichen Hintergrund, den Lebensumständen und vorhandenen Möglichkeiten einbringt.

Dazu gehört das Schenken und zur Verfügung stellen von Zeit und Lebensenergie ebenso wie

das finanzielle Engagement von wenigen Euro bis hin zu mehreren tausend Euro.

Dazu gehört die alltäglich und oft im Stillen gelebte große Güte im Umgang mit beladenen Menschen ebenso wie

der eingebrachte Sachverstand und die Übernahme von Verantwortung.

Ich danke Ihnen für die konkret gelebte Bereitschaft, hospizbewegt mitzuarbeiten daran, dass sich das Angesicht der Welt verändern kann zugunsten der Menschlichkeit.

Ich danke Ihnen für das Miteinander, für das Einstehen für eine wichtige Sache, für das Hospiz in Leer.

Danke!

Ein gutes Jahr später, im Januar 2009, konnten wir unser Hospizhuus unter großer Anteilnahme der Bevölkerung eröffnen. Das ganze Projekt wurde mit viel Herzblut umgesetzt.
Es ist ein Projekt des Ehrenamts.



Das Gebäude ist ganz auf die Bedürfnisse unserer Gäste zugeschnitten. Zwei sanft gebogene Gebäudetrakte eröffnen einen anmutigen und weiten Raum. Sie sind verbunden durch den kommunikativen Mittelpunkt einer Küche und dem großzü-

gigen Wohn- und Essbereich mit Wintergarten. Hier trifft man sich zu Gesprächen, zum gemeinsamen Essen, zum Feiern oder zum Entspannen vor dem Kamin. Darüber hinaus steht ein Raum der Stille zur Verfügung.

Die Zimmer für die kranken Menschen sind so geräumig, dass Angehörige mit in den Zimmern übernachten können. Die Räume, hell und wohnlich eingerichtet, können auch mit persönlichen Einrichtungsgegenständen gestaltet werden. Alle Zimmer verfügen über ein eigenes Bad und sind mit Telefon, Fernseh- und Internetanschluss ausgestattet. Die Holzterrasse vor jedem Zimmer lädt dazu ein, die frische Luft oder die Sonne im Grünen zu genießen. Sie ist auch mit dem Bett zugängig.

Im Hospizhuus werden Menschen aufgenommen, die eine weit fortgeschrittene Erkrankung mit einer begrenzten Lebenserwartung von einigen Wochen oder Monaten haben. Unabhängig von Weltanschauung, sozialer Stellung, religiöser Überzeugung, Nationalität oder Lebensform ist jeder Mensch herzlich willkommen.



15 Jahre Hospizhuus in Zahlen

Gäste insgesamt:
2540

Kürzester Aufenthalt:
1 Tag

Längster Aufenthalt:
1 Jahr

Durchschnittlicher Aufenthalt:
3-4 Wochen

Jüngster Gast:
18 Jahre

Ältester Gast:
99 Jahre

Durchschnittsalter:
65-75 Jahre

Begleitete Angehörige: ca.
25.400

Anteil der Gäste
Männer / Frauen
49% **51%**

Zimmer: **12**

Pflegefachkräfte mit Zusatzqualifikation in Palliative Care: **23**

Mitarbeitende in der Hauswirtschaft, Reinigung, Hausmeister, Verwaltung: **10**

Ehrenamtliche der Hospiz-Initiative: **40**

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hospizhuus



Hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hospizhuus



Lass uns Zeit nehmen
füreinander.
Lass uns die Böschung
der Vergänglichkeit
mit unvergesslichen Stunden
und Augenblicken befestigen,
gegen den Strom der Zeit
anschwimmen.
Lass uns verweilen
am Ufer des Augenblicks,
bis unsere Sehnsucht
groß und stark genug ist,
dass sie
den langen Weg
ins Meer der Geborgenheit
ohne unterzugehen
schaffen kann.

Ernst Ferstl

„Lebensqualität bis zuletzt trotz Knochenmetastasen in der Wirbelsäule“

Häufig denken wir noch an Frau K. Sie kam Mitte Juni mit einem Liegendtransport zu uns. Aufgrund von Knochenmetastasen in der Wirbelsäule war sie schon seit circa acht Wochen ans Bett gefesselt. Als sie sich nach ein paar Tagen ein bisschen eingelebt hatte, machte eine Pflegekraft ihr den Vorschlag, sie mit Hilfe eines Lifters in einen speziellen Pflegerollstuhl zu mobilisieren. Anfangs etwas empört über diesen Vorschlag, klingelte sie wenig später, ließ sich noch einmal erklären, wie dies geschehen sollte und äußerte dann den Wunsch, es zu probieren. Nie hatte sie geglaubt, noch einmal aus dem Bett zu kommen. Von dem Tag an hat sie bis zwei Tage vor ihrem Tod Ende November am Gemeinschaftsleben ihre Freude gehabt. Sie war sogar noch mit einer Ehrenamtlichen zum Gallimarkt, ist fast jeden Tag ein Weilchen draußen gewesen, hat noch mehrere Male ihre Tochter besucht und auch das Grab ihres Bruders, der kurz zuvor verstorben war und an dessen Beerdigung sie nicht teilnehmen konnte, weil sie ans Bett gefesselt war.

Ein befürchteter Wirbelbruch und die damit verbundene Querschnittslähmung durch Mobilisierung aus dem Bett ist nie eingetreten. Dafür hatte sie noch Lebensqualität bis zuletzt.

„Manchmal reicht der Geruch“

In Zimmer vier war ein neuer Gast eingezogen. Es hieß, er sei in einem sehr schlechten Allgemeinzustand und möchte außer etwas Milchsuppe oder einer Brühe nichts mehr essen.

Als ich ins Zimmer ging, um den Gast, eine Frau von ca. 55 Jahren, zu begrüßen und mich vorzustellen, erkundigte ich mich, ob ich ihr etwas Gutes tun könnte. Sie schaute mich etwas verwundert an und meinte: „Das mag ich Ihnen gar nicht sagen, ich hab so einen Appetit auf Schweinshaxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree“. Eine gute Stunde später stand die Schweinshaxe vor ihr. Gegessen hat sie davon nichts, aber die Freude darüber war grenzenlos und genießen konnte sie den Geruch von Schweinshaxe.

„Ein Sternekoch zu Gast“



Im Herbst zog ein Sternekoch ein und fühlte sich sehr schnell wohl bei uns. Gerne wollte er uns etwas zurückgeben und machte den Vorschlag, das Festmenü für Weihnachten zu kochen. Doch bis dahin waren es noch einige Monate und es war absehbar, dass er nicht mehr so viel Zeit hatte. So schlug ich ihm vor, doch schon einmal eine kleine Kostprobe seiner Kochkünste zum Besten zu geben. Der Gedanke gefiel ihm und wir einigten uns auf eine Feigensuppe mit rotem Pfeffer. Eine Einkaufstour durch ganz Leer, um all die außergewöhnlichen Zutaten zu besorgen, machte den Anfang unserer Kochaktion. Ich wurde kurzerhand zum Hilfskoch ernannt und bekam entsprechende Anweisungen, die erforderliche Kalbsbouillon zu kochen, immer unter den „strengen“ Augen des Kochs. Am darauffolgenden Tag sollte die Feigensuppe dann fertiggestellt werden. Gemeinsam mit einer Ehrenamtlichen, seiner Ehefrau und weiteren Gästen arbeiteten wir ihm zu und schnippelten die Feigen und alle weiteren Zutaten. Da er selbst schon auf den Rollstuhl angewiesen war, nahmen wir immer wieder den Topf vom Herd zu ihm herunter, damit er rühren und abschmecken konnte.

Es gab kaum ein Küchengerät, dass wir nicht benutzten und noch nie hatte ich eine Suppe gegessen, die so viele Zutaten und Vorbereitungen erforderte. Und noch nie hatte ich einem Menschen mit einer „Suppe“ so viel Freude bereiten können.

Gegessen wurde sie anschließend in sehr festlichem Rahmen mit weißem Damast, serviert mit weißer Schürze und entsprechendem Wein. Der Chefkoch selbst war nach dieser Aktion allerdings ziemlich geschafft, hat den nächsten Tag verschlafen und starb Anfang Dezember ganz friedlich im Beisein seiner Ehefrau.

„Abschiedsfeier“

Die 55-jährige Gaby erzählte eines Tages von ihrem Wunsch, zu Lebzeiten noch einmal ein großes Fest zu veranstalten, da sie bei ihrer Trauerfeier ja nichts mehr davon hätte. Wir ermunterten sie, es doch einfach zu tun und sicherten ihr unsere Unterstützung zu. So fing sie sofort an zu organisieren, schrieb Einkaufslisten und lud viele Freunde und Verwandte aus Bayern, ihrer alten Heimat, ein.

Trotz der Entfernung und der recht kurzfristigen Einladung sagten viele der Eingeladenen zu.

Wir planten mit ihr den Ablauf, ihr Ehemann sorgte für den Einkauf. Doch es ging ihr zunehmend schlechter, aber sie kämpfte und der Tag rückte näher. Leider starb sie in der Nacht vor dem Abschiedsfest. Die Familie entschied sich, das Fest trotzdem stattfinden zu lassen. So wurde der Raum der Hospiz-Initiative festlich vorbereitet, ganz so, wie sie es sich gewünscht hatte. Auf einem Tisch inmitten vieler Blumen stand ein Foto von ihr neben einigen privaten Gegenständen. Ein Trauerredner war geladen. Nachdem er seinen Teil abgeschlossen hatte, wurde der Raum ein wenig umgestaltet und das Fest begann. Bei Sekt und Schnittchen erzählten wir von alten Geschichten und Erlebnissen und davon, wie sie war. Es war trotz der Trauer auch ein fröhliches Fest und Gaby war irgendwie doch anwesend. Es war eine ganz besondere Stimmung im Raum.

Sie lag festlich gekleidet noch in ihrem Zimmer im Bett und viele der Gäste gingen zwischendurch zu ihr und nahmen Abschied.

„Taufe am Ende des Lebens“

Frau I. war eine lebensfrohe und humorvolle Frau. Sie wohnte schon etliche Monate bei uns und sprach oft und gerne über den christlichen Glauben und ihre Zweifel daran, als sie eines Tages sagte, sie überlege, sich taufen zu lassen und fügte humorvoll hinzu, dann hätte sie vielleicht größere Chancen in den „Himmel“ zu kommen. Auch wenn es sich ein wenig flapsig anhörte, so war es ihr doch sehr ernst damit. Sie äußerte, dass es schade wäre, dass ihr Gemeindepastor, den sie sehr schätzte, so weit weg wohnen würde und wohl nicht über 300 km fahren würde, nur um mit ihr zu sprechen. Da waren wir anderer Meinung und nahmen sogleich Kontakt mit dem Pastor auf. Schon am nächsten Tag stand er vor der Tür. Die beiden unterhielten sich lange und am Ende wurde ein Termin in 14 Tagen verabredet. Dann sollte die Taufe stattfinden. Ihr Zustand veränderte sich jedoch rapide und wir hatten Sorge, dass der verabredete Tauftermin zu spät sein würde. Mit ihrem Einverständnis nahmen wir wieder Kontakt zu ihrem Pastor auf und er unterbrach sogar seinen Urlaub, kam und es fand eine sehr feierliche Taufe statt. Nach nur drei Tagen verstarb Frau I.



„Abkühlung für alle“



In einem heißen Sommermonat hatten wir eine Mutter von zwei kleinen Söhnen im Hospiz. Sie konnte ihr Bett nicht mehr verlassen und ihr Mann kam jeden Vormittag mit den Jungs zu Besuch. Die zwei Kleinen wollten immer schnell wieder nach Hause und auch ein Eis zum Abkühlen konnte sie nur kurz davon abhalten. Als wir sie fragten, warum sie nicht länger bleiben mochten, schwärmten sie von ihrem Planschbecken zu Hause. Noch am selben Tag hat unser Hausmeister einen geeigneten Pool gekauft und im Hospizgarten vor dem Zimmer aufgebaut. Am nächsten Tag konnte die Mama die Zwei dann damit überraschen und die Freude war riesig. Mit Unterhosen musste an dem Tag geplanscht werden und sie waren nicht zu stoppen. Die Eltern konnten auf der Terrasse unterm Sonnenschirm dabei zuschauen … Mama im Bett und Papa im Liegestuhl.

„Mit dem Bett vor den Traualtar“



So hat z. B. Frau E. noch ihren Lebensgefährten geheiratet. Beide lebten schon seit 20 Jahren zusammen. Es war beiden wichtig, ihre Verbundenheit durch den Bund der Ehe noch einmal zu bekräftigen. Sie bekam eigens dafür ihr schönstes Kleid angezogen, obwohl sie schon sehr schwach und bettlägerig war. Ein Kranz aus Löwenzahn schmückte ihr schütteres Haar. Er kam im dunklen Anzug mit einer beigen Fliege und brachte einen bunten Strauß aus ihrem Garten mit. Wir waren alle sehr berührt. Der Standesbeamte kam zu uns ins Haus und traute die beiden. Zwei Mitarbeiter waren die Trauzeugen. Es war sehr feierlich. Durch einen Strohhalm einen Schluck Sekt trinkend, lag Frau E. danach erschöpft, aber zufrieden in ihrem Bett.

„Der Grillmeister“



Herr B. erzählte uns von seiner großen Leidenschaft: dem Grillen!

Beinahe täglich hatte der Familienvater an schönen Tagen zu Hause die Kohlen glühen lassen. Wir sagten ihm, dass er das selbstverständlich auch bei uns im Hospiz tun könne und so brachte die Familie schon am nächsten Tag seinen eigenen Grill mit auf die Terrasse. Es war ein imposantes Gerät. Das Wetter spielte mit und so wurde die nächsten Abende wie gewohnt im Kreis der Familie gegrillt.

Als sich der Gesundheitszustand von Herrn B. veränderte, bestand er weiter auf diese Tradition. Er war dabei mit seinem Bett auf der Terrasse und gab die passenden Kommandos und Ratschläge an seine Kinder weiter. Wenn dann doch mal etwas nicht so gelang oder gar verkohlte, mussten alle schmunzeln. Der Papa war eben doch der beste Grillmeister. Auch als er selbst nicht mehr essen konnte, hat die Familie abends den Grill angemacht und zusammen Zeit verbracht. Der Bratenduft von Kotelett und Würstchen hat ihm immer gutgetan.

„Ik bruuk gaar nich mehr dood, ik bünn ja all in d` Himmel“

Herr M., ein 54-jähriger Mann, vom Leben nicht verwöhnt und seit fünf Wochen bei uns im Hospiz, kam gerade aus dem Badezimmer, als ich ihm auf dem Flur begegnete. Er badete leidenschaftlich gerne und genoss es jeden Tag aufs Neue. Ich fragte ihn, wie es ihm heute ginge und er lächelte mich verschmitzt an und antwortete: „Wees wat, Leev, ik bruuk gaar nich mehr dood, ik bünn ja all in d` Himmel.“



Was für eine bewegende Aussage. Ein schöneres Kompliment für unsere Arbeit kann man sich kaum wünschen.

Wenn ich noch einmal leben dürfte

Wenn ich noch einmal leben dürfte, machte ich gern mehr Fehler.
Ich würde gern mehr ausspannen und weit liebevoller sein, als auf meiner jetzigen Reise.
Ich nähme die Dinge gern weniger ernst. Ich würde gern mehr Chancen nutzen, mehr Höhen beschreiten und in mehr Seen schwimmen.
Ich würde gern mehr Eis und weniger Bohnen essen.
Ich werde dadurch vielleicht mehr echte Sorgen haben, aber es gäbe auch viel weniger eingebildete solche.
Oh gewiss, ich habe meine schönen Augenblicke gehabt und wenn ich noch einmal die Möglichkeit hätte, wollte ich versuchen, immer nur Augenblicke zu haben.
Einen Augenblick nach dem andern, statt so viele Jahre vorweg zu leben.
Wenn ich noch einmal leben dürfte, ich hätte weit weniger Gepäck.
Wenn ich noch einmal leben dürfte, finge ich früher im Frühling barfuß zu gehen an und ginge viel weiter in den Herbst so.
Ich würde mehr tanzen und viel mehr Tausendschönchen pflücken.

Quelle unbekannt



Satzung der Hospiz-Initiative Leer e.V. (Fassung vom 16.05.2019)

§ 1 Name und Sitz des Vereins, Geschäftsjahr

Der Verein führt den Namen „Hospiz-Initiative Leer e.V.“. Er hat seinen Sitz und Gerichtsstand in Leer und wird in das dortige Vereinsregister eingetragen. Das Geschäftsjahr ist das Kalenderjahr.

§ 2 Ziele des Vereins

Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung, insbesondere

- Wahrung der Würde des Menschen in seiner letzten Lebensphase
- Verwirklichung von Möglichkeiten des menschenwürdigen Sterbens
- Abschaffung ungewollter Isolierung angesichts des Todes
- Veränderung des öffentlichen Bewusstseins mit Blick auf das Sterben
- Einbeziehung des Sterbens in das Leben,
- Aufbau und Betrieb einer stationären Hospiz-Einrichtung.
- Aufbau und Betrieb einer Einrichtung für Trauerarbeit

Der Verein arbeitet überkonfessionell und unparteiisch.

§ 3 Zweck des Vereins ist die Förderung mildtätiger Zwecke und die Förderung des öffentlichen Gesundheitswesens

Der Verein verwirklicht seine Satzungszwecke insbesondere durch

- Begleitung von Sterbenden durch ausgebildete Hospiz-MitarbeiterInnen unter Achtung der persönlichen Auffassungen und des Glaubens des/der Sterbenden unabhängig von seiner/ihrer Nationalität
- Begleitung von Trauernden in Trauergruppen durch ausgebildete Trauerbegleiter/Innen
- Begleitung von Trauerarbeit und Abschiednehmen
- Aufbau örtlicher Hilfsangebote für Sterbende, Angehörige und Nahestehende
- Information und Mitwirkung bei Seminaren zur Sterbebegleitung
- Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Leben und Sterben
- Ausbildung von Hospiz-MitarbeiterInnen
- Weiterbildung von Hospiz-MitarbeiterInnen
- Supervision für die BegleiterInnen.
- Erarbeitung von Geld- und Sachmitteln durch vielfältige Einsätze und Aktionen mit dem Ziel, diese Mittel dem öffentlichen Gesundheitswesen, insbesondere aber der Hospizarbeit zukommen zu lassen

§ 4 Mitgliedschaft

Mitglied des Vereins können alle natürlichen und juristischen Personen werden, die die Ziele des Vereins uneingeschränkt bejahen.

§ 5 Rechte und Pflichten der Mitglieder

Es wird unterschieden in
- aktive Mitglieder
- fördernde Mitglieder
- Ehrenmitglieder

Aktive Mitglieder fördern die Vereinsziele durch persönliches Engagement in der Leitung des Vereins oder durch Mitarbeit im Arbeitskreis (s. § 11) und in Projekten des Vereins.

Fördernde Mitglieder unterstützen die Ziele des Vereins finanziell und ideell.

Ehrenmitglied kann jede Person werden, die sich um den Verein besondere Verdienste erworben hat. Ehrenmitglieder, die auf Vorschlag des Vorstandes in der Mitgliederversammlung gewählt werden, bestimmen den Umfang ihrer Mitwirkung für die Vereinsziele in eigener Verantwortung.

§ 6 Beginn und Ende der Mitgliedschaft

(1) Die Mitgliedschaft wird schriftlich beantragt. Über die Aufnahme entscheidet der Vorstand.
(2) Die Mitgliedschaft endet durch den Tod, Austritt oder Ausschluss, bei juristischen Personen auch durch den Verlust ihrer Rechtsfähigkeit. Der Austritt eines Mitglieds wird dem Vorstand gegenüber schriftlich zum Ende des laufenden Jahres erklärt.
(3) Wenn ein Mitglied den Zielen des Vereins zuwiderhandelt oder mit dem Mitgliedsbeitrag mehr als ein Jahr im Rückstand ist, kann es vom Vorstand ausgeschlossen werden. Gegen den Ausschließungsbeschluss kann innerhalb einer Frist von einem Monat nach Mitteilung des Ausschlusses Einspruch eingelegt werden, über den die Mitgliederversammlung entscheidet. Bis zur Entscheidung der Mitgliederversammlung ruhen die Rechte des Mitglieds im Verein.

§ 7 Kosten der Mitgliedschaft

Der Verein erhebt einen Mitgliedsbeitrag, der zum Ende eines jeden Jahres fällig wird. Über die Höhe des Mitgliedsbeitrages beschließt die Mitgliederversammlung. Jedes Mitglied hat die Freiheit, seinen finanziellen Möglichkeiten entsprechend einen individuellen Mitgliedsbeitrag festzulegen, der den festgelegten Betrag nicht unterschreiten darf. Bereits bezahlte Beiträge werden bei Austritt, Ausschluss oder sonstigem Ende der Mitgliedschaft nicht zurückgezahlt. Der Vorstand kann in besonders begründeten Ausnahmefällen den Mitgliedsbeitrag für einzelne Mitglieder vermindern.

§ 8 Organe des Vereins

Die Organe sind
1. der Vorstand
2. der erweiterte Vorstand
3. die Mitgliederversammlung

§ 9 Der Vorstand

(1) Der Vorstand besteht aus
- dem/der ersten Vorsitzenden
- dem/der zweiten Vorsitzenden
- dem/der Schriftführer/In
- dem/der Schatzmeister/In

Er/sie wird jeweils von der Mitgliederversammlung für eine Wahlperiode von 2 Jahren gewählt. Die jeweils amtierenden Vorstandsmitglieder bleiben nach Ablauf ihrer Wahlperiode solange im Amt, bis ihre Nachfolger gewählt sind. Die Wiederwahl von Vorstandsmitgliedern ist möglich.

(2) Auf Vorschlag des Vorstandes ernennt die Mitgliederversammlung eine/einen Ehrenvorsitzende/n.
Zur/m Ehrenvorsitzende/n können nur Vorstandsmitglieder ernannt werden, die sich durch ihren uneigennützigen Einsatz und ihr Engagement für den Verein in ganz besonderer Weise Verdienste erworben haben. Der/die Ehrenvorsitzende ist vollwertiges Mitglied des Vorstandes. Der/die Ehrenvorsitzende wird auf unbestimmte Zeit ernannt.
Er/sie kann durch die Mitgliederversammlung abberufen werden.

(3) Der Verein wird gerichtlich und außergerichtlich von 2 Mitgliedern des Vorstandes vertreten.

(4) Der Vorstand hat insbesondere folgende Aufgaben:
- die Mitgliederversammlung vorzubereiten und einzuberufen
- für die Ausführung der Beschlüsse der Mitgliederversammlung zu sorgen
- die Öffentlichkeit und die Mitglieder gemäß § 2 und § 3 der Satzung zu zu informieren
- zu einschlägigen Vorgängen im Sinne der Satzung öffentlich Stellung zu nehmen
- die Hospizarbeit weiter zu entwickeln.

§ 10 Der erweiterte Vorstand

Der erweiterte Vorstand umfasst
- die Vorstandsmitglieder
- die Koordinatorinnen
- aktive Mitglieder, die bereit sind, einzelne Aufgabenbereiche hauptverantwortlich zu übernehmen.

Die Sitzungen des erweiterten Vorstands dienen im Wesentlichen der Absprache über Inhalte und Organisation der Aktivitäten und Projekte des Vereins.

§ 11 Arbeitskreis

Die Vereinsarbeit wird von den aktiven Mitgliedern gem. § 5 in den Treffen des Arbeitskreises erörtert und gestaltet.

Dazu gehören insbesondere:
- Austausch über Erfahrungen und Entwicklungen in der hospizlichen Begleitung
- Informationen über Aus- und Fortbildungsangebote
- Öffentlichkeitsarbeit, d.h. Entwicklung von und/oder Teilnahme an Aktionen zur Förderung der Hospizarbeit
- Netzwerkarbeit.

§ 12 Die Mitgliederversammlung

(1) Die Mitgliederversammlung ist das oberste Organ des Vereins. Sie kann über alle Angelegenheiten des Vereins beraten und unbeschadet der Zuständigkeit des Vorstandes beschließen.
(2) Die Einberufungsfrist zur Mitgliederversammlung beträgt 3 Wochen unter gleichzeitiger Bekanntgabe der Tagesordnung.
(3) Die Mitgliederversammlung wird mindestens einmal jährlich schriftlich vom Vorstand einberufen oder wenn 10 Prozent der Mitglieder das schriftlich unter Angabe der Gründe und Zwecke verlangen.
(4) Die Mitgliederversammlung tagt öffentlich, soweit nicht zu einem Tagesordnungspunkt anders von ihr beschlossen wird.

§ 13 Aufgaben der Mitgliederversammlung

Die Mitgliederversammlung hat insbesondere folgende Aufgaben:
- den Vorstand und die Revisoren zu wählen
- den Rechenschaftsbericht des Vorstandes und den Prüfbericht der Revisoren entgegenzunehmen und den Vorstand zu entlasten
- Satzungsänderungen zu beschließen
- Ehrenmitglieder des Vereins zu wählen,
- die Höhe der Mitgliedsbeiträge zu beschließen
- die Auflösung des Vereins zu beschließen.

§ 14 Beschlussfassung der Mitgliederversammlung

Eine ordnungsgemäß einberufene Mitgliederversammlung ist in jedem Falle beschlussfähig. Anträge gelten als angenommen, wenn die Anzahl der Ja-Stimmen die der Nein-Stimmen übersteigt.

§ 15 Beurkundung von Beschlüssen, Niederschriften

(1) Die Beschlüsse des Vorstandes und des erweiterten Vorstandes sind schriftlich abzufassen und vom/von der jeweiligen Leiter/in der Sitzung und dem/der Schriftführer/In zu unterzeichnen.

(2) Über jede Mitgliederversammlung ist eine Niederschrift zu erstellen, die von zwei Mitgliedern des Vorstandes zu unterzeichnen ist.

§ 16 Satzungsänderung

Eine Änderung der Satzung kann nur durch die Mitgliederversammlung beschlossen werden. Bei der Einladung zur Mitgliederversammlung ist die Angabe des zu ändernden Paragraphen der Satzung in der Tagesordnung bekannt zu geben. Ein Beschluss, der eine Änderung der Satzung enthält, bedarf einer Mehrheit von zwei Dritteln der abgegebenen Stimmen.

§ 17 Gemeinnützigkeit, Mildtätigkeit, Vermögen

(1) Der Verein ist selbstlos tätig, er verfolgt nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke.
(2) Alle Mittel des Vereins dürfen nur für die satzungsmäßigen Zwecke verwendet werden.
(3) Die Mitglieder des Vereins erhalten keine Zuwendungen aus Mitteln des Vereins.
Der Verein darf keine Personen durch Ausgaben, die dem Zweck des Vereins fremd sind oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütungen begünstigen.
(4) Die Mitglieder dürfen bei ihrem Ausscheiden oder bei Auflösung des Vereins keine Anteile des Vereinsvermögens erhalten.
(5) Bei Auflösung des Vereins oder bei Wegfall steuerbegünstigter Zwecke wird das
Vermögen des Vereins an die Hospizstiftung – Leer übertragen, die es ausschließlich und unmittelbar im Sinne der Zielsetzung des Vereins für steuerbegünstigte Zwecke zu verwenden hat.
Beschlüsse über die zukünftige Verwendung des Vereinsvermögens dürfen erst nach Einwilligung des zuständigen Finanzamtes ausgeführt werden.

§ 18 Vereinsauflösung

Über die Auflösung des Vereins kann nur im Rahmen einer ordnungsgemäß einberufenen Mitgliederversammlung entschieden werden.

Ich wünsche dir Zeit

Ich wünsche Dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche Dir nur, was die meisten nicht haben;
Ich wünsche Dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst Du etwas draus machen.

Ich wünsche Dir Zeit für Dein Tun und Dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche Dir Zeit, nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.

Ich wünsche Dir Zeit, nicht zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge Dir übrigbleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr zu schauen.

Ich wünsche Dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt um zu reifen.
Ich wünsche Dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.

Ich wünsche Dir Zeit, zu Dir selber zu finden.
Jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche Dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.
Ich wünsche Dir:
Zeit zu haben zum Leben.

Elli Michler



Abendstimmung im Haus der Hospiz-Initiative

Impressum

Herausgeber:
Hospiz-Initiative Leer e.V.
Mörkenstraße 14 b
26789 Leer
Tel. 0491 454499160
info@hospiz-initiative-leer.de
www.hospiz-initiative-leer.de

Redaktion, Konzeption und Gestaltung:
Gretel Bluhm-Janssen, Maike Janssen

Fotos:
Hospiz-Initiative Leer, Privat, Adobe Stock, Freepik

Druck:
Rautenberg Druck GmbH, Blinke 8, 26789 Leer

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf – auch teilweise – nur mit Genehmigung der Hospiz-Initiative Leer e.V. wiedergegeben werden.

Hospiz Initiative Leer

Mörkenstraße 14 b, 26789 Leer



Vorstand

Gretel Bluhm-Janssen
(Ehrenvorsitzende)

Marlies Smidt
(1. Vorsitzende)

Silke van Ophuysen
(2. Vorsitzende)

Stephanie Urban
(Schriftführerin)

Wilko Bergmann
(Schatzmeister)

Kontakt

Telefon: **0491 - 45 44 99 160**
E- Mail: info@hospiz-initiative-leer.de
Internet: www.hospiz-initiative-leer.de

An Wochenenden und Feiertagen erreichen Sie uns in dringenden Fällen unter:
0160 - 801 85 91

Unser Hospizhuus erreichen Sie jederzeit unter:
0491 - 45 44 99 0

Sprechzeiten

Mo. – Do. 9 – 12 Uhr und 14 – 17 Uhr
Fr. 9 – 12 Uhr (oder nach Vereinbarung)

Wir würden uns über Ihr Interesse an unserer Arbeit freuen und natürlich auch über Ihre Bereitschaft, unsere Hospiz-Initiative durch eine aktive Mitarbeit oder finanziell fördernde Mitgliedschaft zu unterstützen.

Spendenkonten

OVB Leer
IBAN DE80 2859 0075 0013 3078 00

Sparkasse LeerWittmund
IBAN DE04 2855 0000 0150 0067 16

Die Angebote der Hospiz-Initiative sind kostenfrei.