



INHALTSVERZEICHNIS	SEITE
Editorial	2
Ist es nicht schön zu leben?	3
Den Sterbenden begleiten	4
Ambulant begleiten	6
Ich liess mich zur Sterbebegleiterin ausbilden	7
Unser Begrüssungsfest	9
Ein Gesprächscafé	10
Palliative Care	11
Unser Hospiz ist zu klein	12
B.E.L.A. Preisverleihung	13
Aus dem Vorstand	14
Der Vorstand stellt sich vor	15
Wie bekannt ist die Arbeit von Hospiz und Sitzwache Ulm?	16
Impressum	17
Ein Netzwerk	18
Danke	19
Fortbildung	19
Was seht ihr Schwestern	20
Titelseite Foto: Wolfgang Müller	

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

LEBEN bis zuletzt:

Das ist das Anliegen der Menschen, die sich dem Hospizgedanken nahe fühlen.

LEBEN ohne zu fragen, warum...

LEBEN:

Das ist leicht und schwer, laut und leise, beschwingt und mühsam, geordnet und chaotisch, eintönig und vielstimmig.

Leben ist stürmisch und still, geplant und unverhofft...

„Life is what happens to you while you are busy making other plans“, sagte einst John Lennon – Leben geschieht, während wir eifrig Pläne schmieden und versuchen, es in den Griff zu bekommen. Es geschieht manchmal gerade in unseren schwächsten und dunkelsten Stunden, in denen so gar kein Griff mehr möglich zu sein scheint.

Da öffnet sich ein Fenster, da zeigt sich ein neuer Weg.

Da schimmert Farbe ins Dunkel:

Irgendwo scheint ein Licht!

Diese Ausgabe des Hospiz- Rundbriefes wird zum ersten Mal farbig gedruckt. Wir haben das wohl überlegt und sind sehr behutsam und vorsichtig damit umgegangen. „Bunt“ soll der Rundbrief nicht sein, wohl aber Farbe zeigen – als Ausdruck dessen, dass wir das ganze Spektrum des Lebens erkennen und bewahren wollen, bis zuletzt.

In dieser Ausgabe soll auch das ganze Spektrum der Hospizarbeit in Ulm aufleuchten:

Ambulante Begleitung, Trauerbegleitung, stationäre Hospizpflege und all das Drumherum in Büro und im Vorstand. Mitglieder, Freundinnen und Freunde, Förderer und Interessierte sollen wissen, was in unserem Verein geschieht!

Hospizarbeit ist vielgestalt und farbig, geplant und unverhofft.

Wir danken allen, die uns unterstützen und begleiten,

wir danken allen, die unsere Arbeit bis jetzt in Anspruch genommen haben.

Durch Sie alle wird der Hospizgedanke konkret und verbindet uns miteinander in unserer Sehnsucht nach Leben- bis zuletzt.

Dorothea Kleinknecht

im Namen des Redaktions- Teams

IST ES NICHT SCHÖN ZU LEBEN?

„Das Leben ist so etwas Grosses, so etwas Wunderbares, dass es Anlass zur immerwährenden Dankbarkeit sei sollte!“

Aus dieser Dankbarkeit heraus habe ich mich entschlossen, mich der Hospiz und Sitzwache Ulm e.V., Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen, als erste Vorstandsvorsitzende zur Verfügung zu stellen.

Es ist meine Überzeugung, dass alle Menschen, ganz besonders die Schwachen und Sterbenden, ein Recht darauf besitzen, ihr Leben erfüllt und würdevoll bis zu letzt zu leben. Alle Menschen sollten eine Chance haben ihren Reifungsprozess in einer geschützten, achtungs- und liebevollen Umgebung zu erleben. Es erfüllt uns mit grosser Ehrfurcht, wenn wir sie dabei begleiten dürfen.

In meinem jetzigen Amt bei Hospiz und Sitzwache Ulm e.V. ist es mein grösstes Anliegen, dass ich für alle Mitarbeiter und Freunde erreichbar bin; ich suche das Gespräch mit Dir, mit Ihnen.

Viele dieser Gespräche konnte ich schon führen und ich freue mich über das grosse Engagement und die Motivation, die ich antreffen durfte.

Es ist nun fast ein Jahr her, dass ich mich entschloss, das Amt der ersten Vorsitzenden im Vorstand zu übernehmen. Ich habe grosse Freude daran und fühle mich gut unterstützt und mitgetragen durch die Kollegen im Vorstand und unsere äusserst motivierten und kompetenten Mitarbeiter im Haupt- und Ehrenamt.

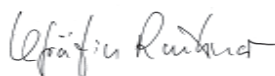
Letztes Jahr haben wir mit vereinten Kräften vieles erreicht. Das Wichtigste: Zum 1.1.2005 wurde das Hospiz Agathe Streicher aus dem

Verein ausgegliedert und in eine Firma (gGmbH) umgewandelt. Der Verein Hospiz und Sitzwache ist alleiniger Gesellschafter dieser gGmbH.

Dieses Jahr ist unser Hauptanliegen wie, mit welcher Hilfe und in welchem Zeitraum können wir unser Hospiz Agathe Streicher vergrössern, ohne dabei die Fürsorge für unsere ambulante Arbeit zu vernachlässigen.

Ich habe inzwischen jeden Grund auf alle ihre Mithilfe zu vertrauen, ja mich ein Stück weit darauf zu verlassen.

Wenn wir einen starken Glauben haben, unser Wunsch gross genug ist und wir beharrlich sind, können wir Erstaunliches vollbringen.



Katharina Gräfin Reuttner von Weyl, geboren in Laupheim am 27. 10. 1944.

Land- und Forstwirtin, stolze Mutter von fünf Kindern zwischen 34 und 22 Jahren alt und Omama von vier wunderbaren Enkelkindern.

Seit 1993 Vorstandsmitglied im Diözesanvorstand des Malteserhilfdienstes.

Anwesend bei der Gründungsversammlung der Hospizgruppe Ulm, im ersten Vorbereitungskurs für Hospizbegleitung ausgebildet, mehrere Jahre Sterbende und ihre Angehörigen begleitet und als Beisitzerin im Vorstand der Hospiz und Sitzwache Ulm e.V.

DEN STERBENDEN BEGLEITEN VOM ÜBERGANG UND SEINEN GEHEIMNISSEN



Es ist eigenartig, dass man vom Sterben, das doch auf jeden von uns zukommen wird, nur selten und ungern spricht. Man kann ohnehin nichts daran ändern. Und: Sterben ist etwas sehr Trauriges. Wenn ein geliebter Mensch stirbt, ist er nicht mehr bei uns, wir entbehren ihn, wir können ihm nichts mehr Gutes tun, wir können dem, was gewesen ist, nichts hinzufügen. Dass wir selbst sterben werden, macht Angst. Wird es ein „Danach“ geben? Wird unser Sterben qualvoll sein? Können wir alles lassen, was uns jetzt so wichtig ist und wie werden unsere Lieben damit zurecht kommen, wenn wir sterben? Lieber tun wir so, als beträfe uns dieser Bereich des Lebens gar nicht, denken nicht daran, dass er auch für uns einmal Wirklichkeit werden wird.

Märchen erzählen uns vom bewussten Zugehen auf den Tod: „Und als er fühlte, dass seine Stunde gekommen war, rief er seine Söhne, segnete sie und sprach zu einem jeden von ihnen ...“. So ähnlich heißt es dort immer wieder. Unsere Großeltern können uns häufig berichten, dass sie so etwas noch selbst erlebt haben, dass sie Menschen gekannt haben, die bei Zeiten ihr Totenhemd genäht und alle zu sich gerufen haben, als sie fühlten, dass es so weit war. Damals erlebten die meisten Menschen vor ihrem eigenen Tod den naher Menschen mehrfach mit.

Heute ist das anders. Meistens wird im Krankenhaus gestorben, oft an Maschinen, welche die Grenze zwischen Leben und Tod verwischen. Intensivpflege ist oft wichtig, um noch einmal ein Wiedereintreten ins Leben zu ermöglichen, aber sie entzieht den Tod auch unserer

Erfahrungswelt. Als Hausarzt habe ich immer wieder mit dem Sterben zu tun. Mir ist es wichtig, dass meine Patienten zuhause sterben können, wenn sie dies möchten und es sich einrichten lässt. Ich möchte Ihnen ein paar Eindrücke meiner Erlebnisse geben.

Die meisten Sterbenden haben schon einen langen Krankheitsweg hinter sich, viele hatten Krebs. Es fiel ihnen oft schwer, nicht mehr alles tun zu können, was bisher einfach ging. Schrittweise mussten sie immer neu Abschied nehmen: Nicht mehr die berufliche Position ausfüllen zu können, die sie hatten, nicht mehr die ersehnte Reise machen zu können, nicht mehr das Bett verlassen zu können. Manche von ihnen haben schon lange ein religiöses Leben geführt, viele sind der Ansicht, dass es außerhalb der sichtbaren Welt nichts gibt. Manche werden einfach nur immer schwächer, einige haben Schmerzen (gar nicht so viele, eine Mistelbehandlung scheint oft sehr zu lindern). Die Schmerzen versucht man als Arzt zu erleichtern, durch Anwendungen wie Einreibungen, Wickel und Massagen, durch homöopathische Mittel, aber manchmal auch durch Schmerzmittel bis hin zum Morphin. Immer wieder empfinden aber die Sterbenden die Schmerzen gar nicht als größte Belastung, manche meinen, es wäre schlimmer für sie, wenn sie sich durch starke Mittel „benebelt“ fühlen, weil sie alles bewußt erleben wollen. Auch Atemnot kann vorkommen, die wir ebenfalls mildern, durch Atemtherapie, durch Sauerstoffgabe, durch Medikamente. Fast immer kann man wesentliche Erleichterung schaffen. Immer wieder habe ich erlebt, dass es am besten half, wenn am Bett des Sterbenden eine ganz sanfte Musik-

z.B. auf einer Leier - gespielt wurde. Oft entspannt das die Atmung besser als jedes Medikament. Viel besser als jede „Konserven“ aus dem Lautsprecher ist es, wenn jemand am Bett sitzt und die Musik unmittelbar entstehen lässt - auch wenn es nur eine ganz einfache Melodie ist, die ohne Vorkenntnisse gespielt werden kann.

Die Angehörigen, die meistens mit viel Liebe alles für den Sterbenden tun wollen, brauchen oft Unterstützung, wenn es ihnen zu viel wird. Bei Zeiten sollte man eine regelmäßige Pause einrichten, z.B. eine Massage oder zumindest einen freien Nachmittag in der Woche. Eine ganz wesentliche Hilfe sind dabei die Hospize, die in den letzten Jahren entstanden sind, Orte, in denen Sterbende aufgenommen werden, um ihnen Erleichterung zu schaffen und sie auf ihrem Weg zu begleiten. Viele Hospize haben ambulante Schwestern, die zu Sterbenden ins Haus kommen, um dort Anleitung für Angehörige und Hilfestellung zu geben. Die Unsicherheit, die man gegenüber einem so neuen und ernsten Geschehen empfindet, wird geringer, wenn man von einem „Professionellen“ bestätigt bekommt, das alles in Ordnung ist, man nichts falsch macht. Oft können sie durch ganz einfache Tipps helfen, z.B. in dem sie zeigen, wie man auch im Bett ein entspannendes und erleichterndes Fußbad anbieten kann.

Manchmal ist es auch nötig, eine zu große Nähe zum Sterbenden zurück zu nehmen, wenn sie als bedrängend erlebt wird. Nicht immer will er die Hand gehalten bekommen, nicht immer möchte er, dass viele Menschen um ihn sind. Zu sterben, abzuschließen mit dem Leben und sich auf den Übergang vorzubereiten, ist eine Aufgabe, die Ruhe verlangt. Es kann sein, dass der Tod deshalb auch gerade in einem „unbeobachteten“ Augenblick eintritt. Das ist dann kein Versagen der Pflegenden, sondern oft die Möglichkeit für den Sterbenden zu gehen, ohne sich zurückgehalten zu fühlen. Nicht nur der Sterbende muß lernen loszulassen, dies gilt auch für die ihm Nahen. Wenn der Sterbende stöhnt, muß das nicht Ausdruck von Leiden sein, immer wieder habe ich dann gefragt, ob er etwas brauche, ob er Schmerzen habe oder sonst eine Not und immer wieder wurde das dann verneint (manchmal natürlich auch bejaht und dann versucht man zu helfen). Sehr oft scheint das Geschehen für den Dabeistehenden leidvoller als für den Betroffenen.

Manchmal gelingt es dem Sterbenden nicht gut, sich zu lösen, er hält fest, weil noch etwas zu bereinigen, zu besprechen, zu klären ist. Manchmal weiß man auch nicht, warum es „nicht weitergeht“. Die seelsorgerliche

und sakramentale Begleitung kann eine große Hilfe sein, manchmal auch dann, wenn der Sterbende in seinem bisherigen Leben eine geistliche Begleitung abgelehnt hat. Es lohnt sich, ihn nach seinem Wunsch zu fragen ohne ihn zu bedrängen. Immer wieder helfen auch potenzierte Medikamente. Besonders oft hat in diesen Situationen ein Mittel aus potenziertem Gold, Weihrauch und Myrrhe geholfen. Das sind die Substanzen, welche die Weisen aus dem Morgenland dem Christuskind am Anfang seines Lebensweges darbrachten. Gold hat mit Sonnenkraft zu tun, Weihrauch erhebt und löst die Seele, Myrrhe verbindet eher mit dem Leib, belebt und festigt. Die drei Substanzen und ihre Kräfte stehen in dieser Arznei in harmonischem Gleichgewicht. Die Dreikönigssubstanzen, die dem Kind ins Leben helfen sollten, können an dessen Ende auch heraushelfen.

Der eigentliche Tod ist ein ergreifender Augenblick. So oft haben die Anwesenden und ich selbst erlebt, dass, wenn der letzte Atemzug getan wird, der vorher oft abwesend wirkende oder gar komatöse Patient plötzlich die Augen öffnet und er wirkt, als erlebe er etwas, was wir anderen nicht unmittelbar sehen können. Gerade vor wenigen Tagen war es wieder so. Eine Frau mit einem fortgeschrittenen Lungenkrebs hatte hart gegen ihre Krankheit gekämpft, jetzt aber war sie unendlich schwach, atmete stöhnend, verneinte aber etwas zu brauchen. Dann wird die Atemnot doch fast unerträglich, sie erhält eine homöopathische Gabe von hochpotenziertem Gold und Blei (dem schon immer eine Beziehung zum Tod zugesprochen wurde und das Verkrampfungen lösen kann). Kurz danach setzt sie sich auf, versucht aufzustehen, sinkt aber in die Arme ihrer bereitstehenden Angehörigen. Ihr Atem verlischt, und plötzlich öffnet sie die Augen und ein strahlendes Lächeln zieht über ihr Gesicht.

Die Patientin hatte bezweifelt, dass es eine vom Leib unabhängige Seele geben könne. Den Angehörigen ging es ursprünglich ähnlich. Nach diesem Erlebnis sagten sie mir: „Es war, wie wenn sie etwas Wunderschönes gesehen hätte, wie wenn sie überrascht wäre, abgeholt zu werden“. Das vorher gefurchte Gesicht entspannte sich und als die Frau in ihrem Bett aufgebahrt und mit Blumen umgeben wurde, erschien ihr Gesicht schön und jugendlich, jenseits von allem Leid.

Die Verstorbene konnte noch eine Weile in ihrer Wohnung bleiben und so konnten noch viele Freunde an ihr Bett treten, um Abschied zu nehmen, ihr etwas zu sagen, was sie ihr mitgeben wollten oder ein Gebet zu sprechen. Im Nachbarzimmer bildete sich eine Gruppe

von Menschen, in langsam wechselnder Konstellation. Man trank zusammen eine Tasse Tee, dachte an Erlebnisse, die man mit der Verstorbenen gehabt hat und sprach gemeinsam darüber. Für viele wurden dadurch Facetten der Freundin erlebbar, die man noch gar nicht gekannt hatte. Wer so etwas erleben darf, ist davon oft tief getröstet, solche Erlebnisse machen Mut und schaffen Vertrauen, auch wenn wir daran denken, einmal selbst hinüberzugehen.

Markus Sommer



1966 im Allgäu geboren und in Niederbayern aufgewachsen. Mit 18 Jahren Tod des Vaters, den ich - durch großes Entgegenkommen von Schule und Krankenhaus - zusammen mit meiner - inzwischen

ebenfalls gestorbenen - Mutter in den letzten Wochen seines Lebens Tag und Nacht begleiten durfte. Bald darauf Medizinstudium, danach klinische Tätigkeit in Innerer Medizin, Geriatrie und Neurologie. Bereits in diesem Rahmen breiter Einsatz von Homöopathie und anthroposophischer Medizin. Seit 10 Jahren niedergelassen in einer Praxisgemeinschaft ähnlich orientierter Ärzte in München, in der überwiegend schwer und chronisch kranke Menschen behandelt und oft auch Sterbende begleitet werden. Seit Jahren Mitwirkung an der Fortbildung von Ärzten, Krankenschwestern, Therapeuten und anderen Berufsgruppen auf dem Gebiet der anthroposophischen Medizin. Zahlreiche Zeitschriften- und Buchveröffentlichungen. Dieser Artikel erschien 2002 in leicht veränderter Form in der Zeitschrift „a tempo“.

AMBULANT BEGLEITEN IN VERTRAUTER UMGEBUNG

Seit Sommer 1994 begleite ich im Auftrag des ambulanten Hospizdienstes Schwerkranke auf ihrem letzten Weg. Ich besuche sie zu Hause und stehe ihnen und ihren Angehörigen mit Rat und Tat zur Seite.

Warum möchten Sterbende ihre letzte Lebenszeit zu Hause verbringen?

Zu Hause – das ist die vertraute Umgebung, die Familie, der Freundeskreis. Das ist das altvertraute Sofa, vielleicht die kleinen Fische im Aquarium, die Katze oder der Hund. Es ist der blühende Blumenstock, der viele Jahre gepflegt und immer wieder entlaust wurde.



Habe ich von der Hospiz-Einsatzleitung eine ambulante Begleitung angenommen, ist es meine Aufgabe, den fremden Menschen, der nun meine Hilfe braucht, zu besuchen, ihn kennen zu lernen und sein Vertrauen zu gewinnen.

Blumen auf dem Tisch, Bilder an der Wand oder Fotos auf dem Nachttisch helfen mir, den Kontakt herzustellen. Ich höre zu, bin ganz Ohr, fühle mich ein und meine, so mit dem Menschen auf eine Wellenlänge zu kommen. Immer wieder wäge ich ab, ob mein Gegenüber gerade Distanz oder Nähe braucht und verlasse mich ganz auf das, was mein Herz sagt.

Die Angehörigen, auch die Kinder, werden in das Sterben mit einbezogen. Oft sind offene Gespräche möglich.

Ich erinnere mich an eine Begleitung. Die Kinder haben für die Oma immer wieder Bilder gemalt; auch in den Sarg wurden Bilder gelegt.

Ich erinnere mich an eine Sonntagnachmittagsstunde bei einem Sterbenden. Seine Frau legte eine Schallplatte mit Verdi – Arien auf und wir sangen alle mit. Das Sterbezimmer wurde zur Scala.

Ich erinnere mich an eine noch sehr junge Frau, der ich mit einem Lied aus dem Gesangbuch eine Freude machte und an den alten Herrn, der sich Volkslieder wünschte. Ich erinnere mich an das tapfere Ehepaar. Die Frau erklärte ihrem seelisch schwer leidenden Mann: „Du darfst loslassen, Du sollst nicht länger leiden müssen!“

Wie oft wird bei einer schweren Krankheit die Wahrheit verschwiegen. Jeder kennt sie, doch keiner wagt es, sie auszusprechen. Als Außenstehende konnte ich diesem „Katz- und Mausspiel“ zwischen Paaren oder auch zwischen Müttern und Töchtern durch die erlösende Wahrheit ein Ende setzen.

Diesen Sommer durfte ich eine Familie begleiten. Das Ausmaß der Krankheit stand nach der Diagnose vom ersten Augenblick an im Raum. Alle wussten, es wird das letzte Weihnachten, der letzte Geburtstag, der letzte Sommer der Kranken sein. Das Ehepaar lebte ganz bewusst diese Monate, die Kinder und Schwiegerkinder verwöhnten die Mutter und die Enkel waren sehr lieb zu ihrer Oma. Wenn ich die Familie besuchte, lächelte die Kranke und strahlte Ruhe aus. Sie ordnete ihre finanziellen Dinge und suchte sich ihre Grabstätte aus. Das Paar unternahm im Sommer noch kleine Fahrradtouren und die Kranke kochte ihrem Mann seine Lieblingsspeisen. In den letzten Tagen vor ihrem Tod verabschiedete sie sich von ihren Familienangehörigen. Mich nahm sie bei ihrem Abschied ganz fest in die Arme.

Bei meinen Begleitungen setze ich mich für die Hilflosen im Bett ein, aber auch für ihre Angehörigen, die oft durch die Pflege weit über die Grenzen ihrer Kraft belastet sind.

Die Mitarbeiter von Hospiz- und Sitzwache Ulm pflegen gute Kontakte zu den Sozialeinrichtungen in Ulm und können so die Kranken und ihre Angehörigen kompetent über Erleichterungen bei der Pflege informieren.

Das Hospiz bietet allen Menschen, die seine Hilfe brauchen, ambulante Begleitungen an. Die ehrenamtlichen Begleiter besuchen die Betroffenen in ihren Häusern und Wohnungen, und es entstehen dabei keine Kosten.



Rosemarie Knittlmayer

ICH LIESS MICH ZUR STERBEBEGLEITERIN AUSBILDEN ERSTE EINDRÜCKE

Erste Begegnung mit dem Hospiz bei einem Gottesdienst im Ulmer Münster.

Ich hörte von Sterbebegleitung, nicht als edle Tat, die man dem Sterbenden angedeihen lässt, sondern einem Geleiteten auf dem Todesweg, das auch für den Begleiter zur beglückenden Erfahrung werden kann.

Mein Entschluss stand fest: Meine Pensionierung vom Schuldienst steht bevor, und es wird mir nicht möglich sein, ohne gesellschaftliches Engagement meine Pension zu genießen. Warum gerade die Beschäftigung mit Sterbenden, wo man im Ruhestand immer wieder von der Vorstellung bedrückt wird, dass man unaufhaltsam dem letzten Lebensziel, dem Tod entgegenschreitet? Ich weiß, dass Leben und Tod eng miteinander verschlungen sind und dass vor dem dunklen Hintergrund des Todes Leben intensiv aufleuchtet.

Der Entschluss war gefasst, doch nun trat ein Problem auf: Man muss, wenn man im Hospiz mitarbeiten will, ein Einführungsseminar absolvieren. Es würde um Sensibilisierung gehen, um Wahrnehmung des eigenen Körpers, der eigenen Gefühle und Wünsche und der Empfindungen und Wünsche des Sterbenden. Ich fürchtete, dass man mir zu nahe treten könnte.

Der erste Seminarabend.

Elf Frauen und vier Männer versammelten sich erwartungsvoll im Kreis um eine schön gestaltete Mitte, begrüßt von einem freundlichen, sympathischen Team, Andrea Müller-Götz, Magdalene Kloeß und Margaretha Zipplies. Bevor eine Vorstellungsrunde gestartet wurde, wurde uns zu meiner großen Erleichterung gesagt, wir könnten offen reden, sollten aber verschweigen, was wir nicht mitteilen wollten.

Das Wochenende in Obermarchtal

Ein wichtiger Programmpunkt war die Sterbemeditation. Im barocken Saal legten wir eine weiche Decke und ein Kissen für unseren Leidensweg zurecht und wurden vor das Klostergebäude geschickt., um uns von der Welt zu verabschieden. Ein neblig trüber Himmel, die Bäume noch ohne Blätter, im Hintergrund Klostergebäude. Die geliebten Bäume – wie sollte ich sie ver-



Manuela Neuer



Silvia Gyaja



Uschi Fuchs



Siegfried Brischar



Gisela Köhler



Gisela Stemshorn



Christine Schreiner



Fritz Bauer



Gabriele Herold



Antonie Gaus



Uwe Dorn



Renate Langjahr



Marie-Luise Gingele



Reinhold Sommer

lassen! Tiefe Traurigkeit überfiel mich. Dann ging es schweigend zurück durch die hohen Klostergänge und benommen suchten wir unser Sterbelager auf, unter uns der harte Holzboden, drüber die barocke Stuckdecke. Aus den Augenwinkeln sah ich, wie Andrea ein Päckchen Tempotaschentücher bereitlegte. Halt! Ich gehe den Weg mit, doch bevor ich die Fassung verliere, wird eine Bremse eingelegt! Magdalene führte uns mit leiser, angenehmer Stimme zu unserem Tod. Abschied von der Familie, von Freunden. Ich ließ meine Kinder hinter mir, sie wurden dann verdeckt von zwei lieben Freunden. Ich bewegte mich auf meinen Tod zu, wie in einer Rutschbahn durch eine helle Leere. Es ging schneller, Wände stürzten über mir ein, eine Türe, Licht.

Bei meinen Leidensgenossen gab es, wie zu erwarten, Zusammenbrüche. Und ich lernte dabei eine wichtige Lektion. Jemand bezichtigte sich selbst, er habe sein Leben verpfuscht, alles sei falsch gewesen. Ich widersprach ihm, wollte trösten, und wurde zurechtgewiesen. Wir sollen zuhören und nicht durch trösten Wollen und Widerspruch den Sterbenden stören. Dieser will einem geduldigen Menschen sagen, was ihn bedrückt.

Abends in der Klosterschenke erholten wir uns von den Schrecknissen des Tages. Spät in der Nacht scheuchte Marie-Luise als weißes Klostersgespenst mit einer kirchenden Meute die Leute, die schon schliefen, aus den warmen Kissens.

An einem Studientag führte uns Martina Seng in die Kinästhetik ein.

Wieder waren Decken und Kissen angesagt. Der „Patient“ lag auf dem Boden, der „Pfleger“ hatte Hüfte, Arme und Beine des Patienten als Hebel zu benützen und ihn ohne großen Kraftaufwand umlagern und aufsetzen. Einer unserer Männer, groß und kräftig, beschloss, Martina zu ärgern. Er legte sich wie ein Toter auf ein Bett. „Mal sehen, ob Du das schaffst!“ Die zierliche Martina brachte die langen, schlaffen Arme und Beine in die richtige Lage, drückte etwas daran herum und hatte in kurzer Zeit unter großem Hallo den großen, schweren Mann aufgerichtet.

Margaretha, unsere Tanzmeisterin.

Immer wieder stand das gemeinsame Tanzen um die schön gestaltete Mitte auf dem Programm. Margaretha brachte uns verschiedene Tänze bei, aber meist kam die Bitte: Komm, lass uns den Räubertanz tanzen! Bei animierender Musik durfte man flott marschieren, anschleichen und mit Kampfesgeschrei zum Räubersprung in die Mitte ansetzen.

Bei der ganzen Ausbildung nahm das Thema Sterben und Tod einen großen Raum ein. Und dennoch bleibt die Erinnerung an eine heitere und gelungene Gemeinschaft zurück. Wir verdanken das nicht zuletzt unserem engagierten, freundlichen und verständnisvollen Team: Andrea, Magdalene und Margaretha.

Gisela Stemshorn

UNSER BEGRÜSSUNGSFEST FRÖHLICH WURDE GEFEIERT

Am 29. April 2004 wurde unser Kurs 12 im Gemeindehaus St. Georg in die Hospizler- Gemeinschaft aufgenommen und willkommen geheißen.

Wir, das sind 14 Personen, zehn Frauen und vier Männer. Bereits eine dreiviertel Stunde früher hatten wir uns verabredet, musste doch nochmals unser Lied geprobt werden und unsere Persiflage auf die Tänze, die während des Kurses so oft haben das Eis brechen lassen. Wir bezogen einen würdigen Übungsraum: Die Unterkirche von St. Georg. Dann ging es los, etwas Bammel hatten wir, sollten wir doch nun in die Gemeinschaft aufgenommen werden. Uns „Neuen“ wurden Plätze zugewiesen, damit wir möglichst bei und neben den erfahrenen MitarbeiterInnen Platz finden sollten. Der Gedanke war gut gemeint, wir fühlten uns jedoch –aus der Sicherheit unserer gewohnten Gruppe herausgenommen – etwas isoliert.

Wir waren fröhlich eingestimmt und so fröhlich war das gesamte Programm:

Professionell wie immer führten Andrea Müller-Götz und Magdalene Kloß durch den Abend. Nach den freundlichen Begrüßungsworten der Vereinsvorsitzenden Gräfin Reuttner konnten wir mit einem gemeinsamen Begrüßungsstanz ankommen. Tische, Stühle und Büfett waren so angeordnet, dass genügend Platz zur Bewegung vorhanden war. Kurs 11 – der Kurs des Jahres 2003 – hatte nicht nur für die richtige Brotzeit gesorgt, sondern auch ein Begrüßungslied einstudiert. Auf die Melodie „Freude schöner Götterfunken“ sang ein Chor der Vorjahreskursteilnehmer einen eigens für diese Begrüßung geschriebenen Text. Alle Achtung, die hatten sich richtig angestrengt. Ob unser Beitrag da nicht zu arg abfallen würde? Manch einem werden solche Gedanken durch den Kopf gegangen sein. Denn nach ermunternden Worten von Andrea und Magdalene waren wir dann dran: Unser Lied nach der neapolitanischen Melodie von „Marina, Marina, Marina“, umgetextet zur Agathe-Hymne, klappte gut, kam auch gut an, traf die Stimmung im Raum.

Unsere Tanzerei war wohl nicht so toll, kein Wunder, zeigte es sich doch schon in der Ausbildung, dass nicht allzu viele Bewegungskünstler unter uns „Neuen“ wa-



Man trifft sich beim Begrüßungsfest...



hält Ausschau nach den „Neuen“...



und natürlich wird auch getanzt...

ren. Nun, man wird es uns nachgesehen haben, die ein oder andere Hauptamtliche wird wohl insgeheim gehofft haben, „hoffentlich haben sie den Rest besser kapiert“.

Hernach ein Novum: Jedem neuen Hospizler wurde ein Pate, meist wohl eher eine Patin zur Seite gestellt. Eine gute Idee! Konnten so die noch einander Fremden Worte und Telefonnummern austauschen.

Nach dem „Räubertanz“ wurde das Büfett eröffnet. Kurs 11 hatte angerichtet. Und da für Getränke ebenfalls gesorgt war, blieben viele noch weit über den offiziellen Abend hinaus da.

Uwe Dorn

EIN GESPRÄCHSCAFÉ FÜR TRAUER UND ABSCHIED

Seit September 2004 hat der Hospiz-Verein Ulm ein Gesprächscafé für Abschiednehmende und Trauernde eingerichtet. Das Trauercafé befindet sich im 4. Stock des Anna-Stifts in der Zeitblomstraße 43, neben dem Stationären Hospiz Agathe Streicher.

Es entstand im Rahmen der bestehenden Trauersupervision, sowie parallel bei den hauptamtlichen Krankenschwestern der Gedanke und der Wunsch, Abschiednehmende und Trauernde, die ihre Angehörigen verloren haben, mit ihrem Kummer nicht alleine zu lassen und ihnen in Ruhe zuhören zu können.

So fand sich im Bereich der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen des Hospiz-Vereins eine Gruppe, die bereits Erfahrung in der Betreuung von Trauernden hatte. Inzwischen sind es zehn Frauen, die sich zusammenschlossen, die Idee zu verwirklichen. Wie alle anderen aktiven Mitarbeiter wird auch diese Gruppe von einer Supervisorin unterstützt.

Bei der Suche nach einem geeigneten Raum zeigten sich Herr Pfarrer Keller und Herr Kiesinger, der Leiter des Anna-Stifts, sehr kooperativ. Sie stellten dem Hospiz-Verein einen Raum zur kostenlosen Nutzung zur Verfü-

gung. Damit können auch Trauernde aus dem Anna-Stift mitbetreut werden. Für dieses Entgegenkommen der Kirchengemeinde St. Georg, danken wir Herrn Pfarrer Keller und Herrn Kiesinger sehr herzlich.

Die Finanzierung der Einrichtung des Trauercafés mit Korbstühlen, Teppich und Geschirr, verdanken wir zum Teil der Aktion 100000, sowie der Otto Kässbohrer-Stiftung.

So können jetzt Abschiednehmende und Trauernde jeden Freitag von 16:00 - 17:30 Uhr ohne Anmeldung das Angebot wahrnehmen, in einem Raum in ruhiger, warmer Atmosphäre einfach da zu sein, sich mitzuteilen oder sich mit ähnlich Betroffenen auszutauschen.

Mit dabei sind immer zwei geschulte Mitarbeiterinnen des Vereins, die mit Kaffee und Tee für das leibliche Wohl sorgen, die Ankommenden begrüßen und sich ihrer annehmen.

Im Trauercafé sollen Menschen, die in bereits laufenden Trauergruppen keinen Anschluss mehr finden können, eine Möglichkeit haben, Gehör zu finden.

Auf Wunsch können auch persönliche Einzelbegleitungen für Trauernde angeboten werden.

Ingeborg Brauchle



Sie betreuen
das Gesprächscafé:

(von links, hinten),
Margaretha Zipplies,
Andrea Müller-Götz,
Gisela Gaier,
Theodora Brinker,
Anette Schwämmle,
(vorne sitzend),
Ingeborg Brauchle,
Christine Naupert,
Angelika Egelhof.

Nicht mit auf dem Bild:
Ursula Orzet
und Johanna Schirmer.

PALLIATIVE CARE FÜR FACHKRÄFTE AUS PSYCHOSOZIALEN ARBEITSFELDERN

Seit 2002 fördern die Krankenkassen ambulante Hospizdienste, indem sie die Personalkosten für Gewinnung, Schulung und Unterstützung der ehrenamtlich Tätigen sowie Koordination und Organisation bezuschussen. Die Voraussetzungen für die Förderung von hauptamtlichen Fachkräften sind sehr hoch angesetzt. Für Nichtpflegende: Neben einer abgeschlossenen Universitäts- bzw. Fachhochschulausbildung und einer mehrjährigen Tätigkeit in diesem Beruf waren folgende Voraussetzungen bis zum Jahr 2005 zu erfüllen:

Nachweis eines Seminars zur Führungskompetenz (80 Stunden).

Nachweis eines Koordinatorenseminars (40 Stunden).

Abschluss einer Palliative Care Weiterbildungsmaßnahme für Nicht-Pflegende (160 Stunden).

Da wir aufgrund früherer Weiterbildungen die Nachweise zur Führungskompetenz und Koordination bereits vorweisen konnten, blieb lediglich der Abschluss der Palliative care-Weiterbildung, die wir zusammen in Angriff nahmen und von der wir jetzt ein wenig berichten wollen:

Definition:

Palliative Care ist ein Ansatz, der die Lebensqualität von Patienten mit lebensbedrohlichen Erkrankungen und deren Familien verbessert. Dies geschieht durch Vorbeugen und Linderung von Leiden und wird erreicht durch frühzeitiges Erkennen, einwandfreies Feststellen und Behandeln von Schmerzen und anderen Problemen physischer, psychosozialer und spiritueller Art.

Am 20.10.2003 begann unser Palliative Care-Kurs in München. Der Veranstalter APPH (Akademie für Palliativmedizin, Palliativpflege und Hospizarbeit) in München hat für 20 TeilnehmerInnen aus ganz Deutschland ein erstes Seminar dieser Art angeboten. Die Inhalte waren sehr vielseitig. Vier Fachgebiete wurden intensiv bearbeitet:

Medizinisch: z.B.: Unheilbare Krankheiten, lebensverlängernde Maßnahmen, Ursache und Behandlung von Schmerzen und belastenden Symptomen, Atemnot – Notfallplan, Ernährung und Flüssigkeitsgabe, Sterbeprozesse, interprofessionelle Kommunikation

sigkeitsgabe, Sterbeprozesse, interprofessionelle Kommunikation

Psychosozial: z.B.: Kommunikation mit Kranken, Psychische und soziale Veränderungsprozesse bei Patienten und deren Angehörigen, systemisch-familiäres Wechselspiel im gesellschaftlichen Kontext, Case Management, lösungsorientierte Gesprächsführung, Coping (Anpassung an Veränderungen),

Spirituell: z.B.: Leben angesichts von Sterben und Tod, Sinnfindung und Hoffnungsperspektiven, Trauer, Trost und Rituale, Spirituelle Veränderungsprozesse bei Patienten und Angehörigen.

Rechtlich: z.B.: Patientenverfügung, Testament, Bestattung, Versorgung Verstorbener, Sterbehilfediskussion, Ethische Entscheidungen.

Neben der Vermittlung von Wissen und Inhalten war es in diesem Kurs sehr wichtig, unsere eigene Wahrnehmung, Empathie und Aufmerksamkeit durch Selbsterfahrungselemente zu sensibilisieren und zu stärken.

Auch unser persönliches berufliches Selbstverständnis in Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen und haupt- und ehrenamtlich Tätigen wurde thematisiert und reflektiert.

Dabei wurde uns bewusst, dass Palliative Care nicht bedeuten darf, dass sich *ein* Mensch um *alle* Belange eines Sterbenden und seiner Zugehörigen kümmern muss. Besteht doch die Besonderheit in der wohlgeplanten Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen, die alle ihr spezielles Fachwissen und -können zum Wohl der Betroffenen zur Verfügung stellen.

Nachdem wir beide zum Zeitpunkt der Weiterbildung schon drei Jahre in der Hospizarbeit tätig gewesen waren, fragten wir uns zunächst, ob der zeitliche Aufwand in Relation zur Wissensvermittlung stehen könne. Es wurde uns jedoch bald bewusst, dass wir durch die Weiterbildung unser bereits vorhandenes Wissen strukturieren und ordnen konnten und im Austausch mit den Teilnehmenden und Referenten einen hohen Gewinn hatten.



Andrea Müller-Götz (links)
und
Claudia Schumann

UNSER HOSPIZ IST ZU KLEIN EINE BESTANDSAUFNAHME

Am 1. 4. 2005 besteht unser Hospiz seit 4 Jahren. Wir haben in dieser Zeit viel gelernt und viel erlebt. Dass die Anmeldungen von 2002 bis 2004 kontinuierlich angestiegen sind, hat unter anderem auch mit der Gesundheitsreform zu tun und mit den eingeschränkten Möglichkeiten der Krankenhäuser, die Aufenthaltsdauer zu verlängern. Selbstverständlich spielt hier auch unser guter Ruf, den wir uns in der Bevölkerung geschaffen haben, eine große Rolle. Die steigenden Anmeldezahlen bedeuten aber nicht nur einen erheblichen organisatorischen Aufwand, sondern auch eine große psychische Belastung durch die Tatsache, in den meisten Fällen aus Platzmangel nicht reagieren zu können.



Claudia Schumann
Geschäftsführerin



Martina Seng
Pflegedienstleitung

	Anmeldungen insgesamt	Tatsächliche Aufnahmen	Vor Aufnahme verstorben	Vorläufig nach Hause
2002	152	46	33	39
2003	174	56	43	46
2004	212	69	46	57

Ein paar Zahlen zur Übersicht

Hinter diesen Zahlen stehen Menschen und Schicksale. Menschen, die in Not sind, und gerne im Hospiz aufgenommen werden wollen, um ihren letzten Lebensabschnitt in einer geschützten Umgebung in Ruhe und Würde zu verbringen. Menschen, die nicht mehr ins Krankenhaus möchten, aber Hilfe und Unterstützung brauchen, die zuhause nicht gewährleistet werden kann.

Leider haben wir nur 6 Betten, noch schwieriger ist es, wenn man bedenkt, dass es ein Doppelzimmer gibt. Dieses Zimmer kann aber nicht immer doppelt belegt werden – aus ganz unterschiedlichen Gründen. Das bedeutet für uns Mitarbeitende, dass wir immer wieder in die psychisch sehr belastende Situation kommen, absagen zu müssen und nicht helfen zu können. Es wird auch an den Zahlen deutlich, dass es für viele Menschen zu spät ist, wenn sie auf der Warteliste stehen und hoffen, bald einen Platz zu bekommen.

Unsere räumlichen Möglichkeiten sind so beengt, es ist jeder Winkel genutzt – selbst der neu abgeteilte Raum im Wohnbereich, der ursprünglich als Pausenraum für die Mitarbeiterinnen gedacht war. Er wird nun als Lagerraum verwendet und immer wieder als Aufbahrungsraum umgestaltet, um Angehörigen die Möglichkeit zu geben, von einem verstorbenen Menschen Abschied zu nehmen, was im Doppelzimmer nicht möglich ist.

Dies ist nur ein kleiner Einblick, aber es wird vielleicht verständlich, dass es unser vordringlichster Wunsch ist, für unser Hospiz größere Räume und mehr Betten in Einzelzimmern zu bekommen. Es dürfen aber nicht mehr als 8 bis max. 10 Betten sein, um den gemütlichen, familiären Rahmen – den Charakter eines Ersatzzuhause, nicht zu verlieren.

Ähnliches gilt für unsere Situation im Hospizbüro: Dort teilen sich vier hauptamtliche Mitarbeiterinnen, die Schatzmeisterin und die Vorsitzende zwei Büroräume, in denen auch zunehmend Publikumsverkehr stattfindet. Viele Menschen finden den Weg in unser Büro, um sich über unsere Arbeit, Begleitungen, Patientenverfügungen und Hospizaufnahmen zu informieren.

Die Gemeinschaftsaktivitäten der Ehrenamtlichen, z.B. unsere drei Hospiztreffs, finden derzeit in Räumen von verschiedenen Kirchengemeinden statt, da wir nicht über einen ausreichend großen Raum verfügen. Dasselbe gilt für unsere Einführungsseminare und Fortbildungen. Hier sind wir ständig auf der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten. Eine direkte Nähe zum stationären Hospiz wäre nicht nur logistisch wesentlich sinnvoller und praktischer, sie würde auch nach innen die Einheit von ambulanter und stationärer Hospizarbeit symbolisieren. Unser größter Wunsch wäre daher, ein geeignet großes Objekt zu finden, in dem alle Aktivitäten unter einem Dach zusammen kommen können.

Leider können wir nicht einfach loslegen und nach anderen Möglichkeiten suchen, es fehlt die finanzielle Grundlage. Wir bitten deshalb um alle Unterstützung, die wir bekommen können, um Ideen, Mitarbeit und auch finanzielle Unterstützung. Bei Anregungen und Informationsbedarf geben wir gerne Auskunft und sind auch für jede Idee dankbar.

Für uns heißt es aber trotzdem, weiterhin unser Bestes zu geben im Rahmen unserer Möglichkeiten – und die Augen offen zu halten, um eine Verbesserung der Versorgungssituation für Schwerstkranke und Sterbende zu schaffen.

**B.E.L.A. PREISVERLEIHUNG
AUSZEICHNUNG AN
HOSPIZ UND SITZWACHE ULM**

Am 16. Juli 2004 war eine kleine Gruppe der Sitzwachen zu einer Preisverleihung in den Weißen Saal des Neuen Schlosses in Stuttgart geladen. Wir waren eine der insgesamt 45 Organisationen, die beim vom Sozialministerium ausgeschriebenem, Landeswettbewerb B.E.L.A. einen Preis gewonnen haben. Hinter der sperrigen Abkürzung verbergen sich folgende Worte: „Bürgerengagement für Lebensqualität im Alter“. Wir haben dort unsere Sitzwachenarbeit mit allem „drum und dran“ vorgestellt und wurden daraufhin aus 285 Bewerbungen ausgesucht.

Sozialminister Repnik gratulierte persönlich. In seiner Laudatio sprach er über die demographische Entwicklung der Bevölkerung und die damit verbundenen Schwierigkeiten im Altenhilfebereich. Das Ziel des Landeswettbewerbs sei die Hoffnung auf neue Impulse für die Altenhilfe und den Pflegealltag, sowie das partnerschaftliche Zusammenwirken zwischen Ehren- und Hauptamtlichen. Es soll außerdem die gesellschaftliche Bedeutung ehrenamtlichen Engagements gezeigt werden. Er sprach seine persönliche Wertschätzung und Anerkennung aus und rundete seine Ansprache mit einem Zitat von Ludwig Erhardt ab: „Was ein Volk braucht, sind Menschen mit kühlen Köpfen und warmen Herzen.“



Nach der Preisverleihung: (von links) Magdalene Kloeiß, Herr Pleichinger, Hans Merk, Christiane Länge und Karin Fisel.

Dabei in Stuttgart waren: Karin Fisel, Christiane Länge, Hans Merk und Magdalene Kloeiß. Elisabeth Kutschker-Herrmann konnte es leider nicht möglich machen. Um ja keine Benachteiligung entstehen zu lassen, haben wir im Hospizbüro Lose gezogen und



dann so lange telefoniert, bis wir Menschen gefunden hatten, die es trotz Katholikentag möglich machen konnten und gerne mitgegangen sind. Herr Pleichinger hat sich als Vertreter der Stadt zu uns gesellt.

Außer uns Ulmern wurden vier weitere Hospizgruppen geehrt. Die anderen Preisträger boten eine erfrischend breite Palette von sehr unterschiedlichen Gruppen, z.B. Klinikclowns, ein Kulturverein eines Alten- und Pflegeheims, eine Initiative, die hart gekämpft hat, bis sie vom Gesundheitsamt endlich die Genehmigung erhielt, mit Hunden Besuche in Pflegeheimen zu machen, ein Kindergarten inmitten eines Altenzentrums.

Alle diese geehrten Organisationen erhielten 650.-EUR als Geldpreis. Zusätzlich erhielten unsere MitarbeiterInnen die Möglichkeit zur kostenlosen Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen.



Magdalene Kloeiß

AUS DEM VORSTAND VON SIGRID MARKMILLER, SCHATZMEISTERIN

Die Mitglieder des Vorstandes waren im Jahr 2004 insgesamt zu acht Sitzungen zusammengekommen. Dazu kamen die Mitgliederversammlung im April des Jahres und eine so genannte außerordentliche Mitgliederversammlung im Oktober 2004.

Zwei zentrale Themen durchzogen die gesamte Arbeit des Vorstandes im vergangenen Jahr; dies waren zum einen die Neuwahlen und zum anderen die gesellschaftsrechtliche Verselbständigung des Hospizes Agathe Streicher samt der notwendigen Neufassung / Anpassung der Vereinssatzung.

Natürlich gab es in jeder Vorstandssitzung auch Dinge und Notwendigkeiten zu besprechen, die die laufenden Geschäfte betrafen.

Da sowohl Frau Anette Schwämmle als auch Frau Margaretha Zipplies sich aus privaten Gründen für eine weitere Amtszeit als Vorsitzende nicht zur Verfügung stellen konnten, galt es eine/n neue/n 1. bzw. 2. Vorsitzende/n zu finden. Katharina Gräfin Reuttner und Herr Dr. Gerhard Hege-Scheuing waren bereit, diese Ämter zu übernehmen. Des Weiteren wurden neu in den so genannten erweiterten Vorstand gewählt: Frau Rosemarie Fenchel-Widmann, Frau Gisela Gaier und Frau Dr. Stephanie Rapp.

Um sich besser kennen zu lernen, traf sich der Gesamtvorstand mit den ehrenamtlichen Einsatzleitungen und den verantwortlichen hauptamtlichen Mitarbeiterinnen zu einer zweitägigen Klausurtagung. Unter der Leitung einer erfahrenen Supervisorin wurde u.a. besprochen, wie die gesamte Koordination und Zusammenarbeit effektiver gestaltet werden kann und die ambulanten Dienste gestärkt werden können.

Die Vorstandsarbeit im Herbst 2004 war geprägt vom Thema „Verselbständigung des HOSPIZ AGATHE STREICHER“. Seit längerer Zeit war klar zu erkennen, dass die finanziellen Risiken, die das Hospiz in sich birgt, vom Verein als ganzes abgekoppelt werden sollten. Diesem Gedanken wurde nun dadurch Rechnung getragen, dass zum 1.1.2005 das HOSPIZ AGATHE STREICHER aus dem Verein herausgenommen wurde und in die Form einer Firma (gGmbH) umgewandelt wurde. Der Verein Hospiz und Sitzwache ist alleiniger Gesellschafter dieser gGmbH und bestimmt daher weiter die Ausrichtung.

Unsere als Geschäftsführerin des Vereins sehr erfolgreiche Frau Claudia Schumann wurde zugleich zur Geschäftsführerin der neuen Firma bestellt. Unsere „AGATHE“ trägt seit dem 01.01.2005 den Firmennamen **Stiftung HOSPIZ AGATHE STREICHER gGmbH**. Das hier in wenigen Sätzen beschriebene Ergebnis wurde in vielen Stunden erarbeitet und am 15.10.2004 in einer außerordentlichen Mitgliederversammlung genehmigt.

Der Vorstand ist davon überzeugt, dass mit diesen Neuerungen gute Voraussetzungen geschaffen sind für eine gedeihliche Arbeit und Weiterentwicklung. In keinem Fall werden der Verein und die neue Firma als Selbstzweck angesehen. Alles soll dem Wohle unserer originären Aufgabe dienen, der Betreuung und Pflege von Sterbenden und ihren Angehörigen.

Man tut, was man kann
und legt sich dann schlafen.

Und auf diese Weise geschieht es,
daß man eines Tages etwas geleistet hat.

Paula Modersohn-Becker
dt. Malerin (Expressionismus) *1876 +1907



Der Vorstand stellt sich vor



2. Vorsitzender

Dr. Gerhard Hege-Scheuing, seit 1994 im Vorstand von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM. Ich bin als Oberarzt in der Abteilung für Anästhesiologie des Universitätsklinikums Ulm seit vielen Jahren mit Schwerpunkt in der Schmerztherapie beschäftigt und verfüge über eine zusätzliche psychotherapeutische Ausbildung. In der Hospizarbeit sind meine Schwerpunkte neben der Vorstandstätigkeit die Beratung in medizinischen Fachfragen, insbesondere Schmerztherapie, Sym-

ptomkontrolle und Palliativmedizin sowie die Verbindung zur Stadt und zum Universitätsklinikum.



Schatzmeisterin

Ich heiße **Sigrid Markmiller**, bin 68 Jahre alt, und somit die Seniorin im Team des Vorstandes. Im Frühsommer 2002 fragte mich Irmgard Ebert, die damalige Vorsitzende von HOSPIZ UND SITZWACHE ULM, ob ich nicht Lust und Zeit hätte, hier mitzuarbeiten, gezielt im Bereich der Finanzverwaltung als Schatzmeisterin. Verwalten einer Firma und wachen über die Finanzen war über viele Jahre meine berufliche Aufgabe, ist für mich also kein Neuland. Spontan sagte ich Irmgard Ebert zu,

nachher selbst erstaunt darüber, wie spontan. Gerne arbeite ich im Team nun mit und bringe hier meine Kenntnisse für HOSPIZ UND SITZWACHE ULM mit ein.



Schriftführerin

Ich bin **Christine Naupert**, geb. 1937, glückliche Rentnerin mit genügend Zeit, um mich für verschiedene Aufgaben in der Hospizarbeit (Begleitungen, Dienste im stationären Bereich, Trauercafé) zu engagieren.

Im Vorstand bin ich im dritten Jahr Schriftführerin.

Rosemarie Fenchel-Widmann, Mitte der fünfziger Jahre in die ländlichen Idylle eines Jagstaldorfes hineingeboren, erfuhr ich durch den Tod meiner neugeborenen Schwester bereits in früher Kindheit, was Abschied und Tod für eine Familie bedeuten. Mitte der achtziger Jahre zog ich als jung verheiratete Frau mit meiner Familie für mehrere Jahre nach Guatemala, wo wir durch den in diesem lateinamerikanischen Land herrschenden Bürgerkrieg und die in dem Land bestehende extreme Armut lernen mussten, Krankheit, Sterben und Tod in unserem Leben eine andere als uns bisher vertraute Bedeutung zu geben. Neben meinen Pflichten als Pfarrfrau und einem Lehrauftrag an der deutschen Schule in Guatemala-City blieb mir die Zeit, über Sozialprojekte, die mein Mann im Hochland Guatemalas betreute, die Kultur der indianischen Bevölkerung kennen und schätzen zu lernen, auch im Hinblick auf den Umgang mit Sterben und Tod. Im Mai 1991 zog ich mit meinem Mann und unseren beiden Töchtern nach Ulm. Ich ging nicht wieder in den Schuldienst zurück, sondern bin seitdem in Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit tätig. Seit April 2004



Beisitzerin

bin ich Mitglied bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM und Beisitzerin im Vorstand, dessen Arbeit mir viel bedeutet.



Beisitzerin

Gisela Gaier, seit der Gründung des Hospizvereins bin ich innerlich verbunden mit dieser Organisation. Seit dem Abschluss meiner Familienmutterzeit vor fünf Jahren bin ich aktiv im Verein HOSPIZ UND SITZWACHE ULM mit dabei und begleite überwiegend Trauernde bei ihrem schmerzlichen Abschied. Die Einrichtung des Trauercafés, sowie der damit entstandene Begegnungsort, ist auch für mich wichtig geworden. Als ich 2004 gefragt wurde, ob ich als Beisitzerin im Vorstand mitarbeiten wolle,

habe ich mir überlegt, dass ich mit meiner fachlichen Kompetenz den Vorstand unterstützen kann und habe zugesagt. Ich arbeite als Psychotherapeutin in eigener Praxis und bin mit Engagement dabei, die Hospizarbeit mitzutragen und mit weiterzuentwickeln.



Beisitzerin

Stephanie Rapp, geb. 1963, Allgemeinärztin und examinierte Krankenschwester, Mutter einer fast 17-jährigen Tochter. Durch die Praxisgemeinschaft mit einer hämatologisch-onkologischen Schwerpunktpraxis seit Jahren die Hinwendung zur Palliativmedizin und Aufbau eines Netzwerkes zur umfassenden Betreuung Schwerstkranker und Sterbender zu Hause. Seit Okt. 2004 nun eine Praxisassoziation mit der Psychoonkologin Frau Schatz Miriam in der Olgastraße 139. Seit Er-

öffnung des stationären Hospizes „Agathe Streicher“ im April 2001 versorge ich nun auch regelmäßig stationäre Patienten und kümmere mich um die Aus- und Weiterbildung von Pflegekräften und Kollegen im Bereich palliative care. Seit April 2004 bin ich als Beisitzerin im Vorstand des Vereins HOSPIZ UND SITZWACHE ULM gewählt und so weiter innig mit der Thematik vereint. Es ist für mich eine besondere Aufgabe, Sorge dafür tragen zu dürfen, dass Menschen auf ihrem letzten manchmal mühsamen Weg sowohl medizinisch wie psychologisch und spirituell so versorgt sind, dass ein würdevolles und friedliches Sterben möglich ist. Sowohl die Zusammenarbeit im stationären Hospiz, mit den ehrenamtlichen Hospizhelfern sowie im Vorstand empfinde ich als große Bereicherung in menschlicher wie beruflicher Hinsicht. An dieser Stelle sei allen im gesamten Verein Beschäftigten herzlich gedankt!



Beisitzerin

Margaretha Zipplies, Atempädagogin, Tanzleiterin, Personalsachbearbeiterin. Nach sechs Jahren als zweite Vorsitzende habe ich mich um den zeitlich überschaubaren Posten als Beisitzerin beworben. Die Erfahrungen aus meinen zwölf Jahren als ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin möchte ich gerne weitergeben. Von Anfang an war uns eine ganzheitliche Begleitung wichtig, die sich vorrangig an den Bedürfnissen des Sterbenden und seiner Angehörigen orientiert und nicht nur

an unserem Sachverstand. Alle Sinne dafür zu wecken und zu schärfen, sehe ich als meine schönste und wesentlichste Aufgabe, - im Hospiztreff, Einführungskurs und bei Fortbildungen. Als weiteren Schwerpunkt liegt mir ein möglichst vielseitiges Angebot in der Begleitung Trauernder am Herzen.

WIE BEKANNT IST DIE ARBEIT VON HOSPIZ UND SITZWACHE ULM ??

Im September 2004 fand eine Befragung von TeilnehmerInnen an der Herbstakademie des Zentrums für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWIW) der Universität Ulm statt. Das Thema der Befragung war der Bekanntheitsgrad der Hospizarbeit. Die Befragung wurde durchgeführt von Mitgliedern der AG „Forsche human“ des ZAWIW und des Arbeitskreises „Ethik in der Medizin“ der Universität Ulm. Die Fragen wurden in Zusammenarbeit mit der Geschäftsführung und Pflegemitarbeitenden des Hospizes Agathe Streicher ausgearbeitet.

Unser zweiseitiger Fragebogen wurde zu Beginn der Akademie an alle Teilnehmenden verteilt, und von 290 Personen ausgefüllt an uns zurückgegeben. Das sind etwas mehr als 40 Prozent aller Teilnehmenden – ein beachtlicher Erfolg, der auch auf die Wichtigkeit des Themas „Hospizarbeit“ hinweist.

Siebzig Prozent der Antwortenden waren Frauen. Bei einem durchschnittlichen Alter von 67 Jahren ist dies durchaus im Rahmen des Erwarteten. Knapp 40 Prozent der Antwortenden haben eine Patientenverfügung. Überraschend war für uns der hohe Bekanntheitsgrad des Ulmer Hospizes „Agathe Streicher“: 79 Prozent aller Antwortenden gaben an, es zu kennen.

Für diesen hohen Grad an Bekanntheit kann es mehrere Ursachen geben. Sicherlich spielt eine Rolle, dass die meisten der Antwortenden aus Ulm, Neu-Ulm und aus der direkten Umgebung kommen. Nur sechs Antwortende zeigten uns mit der Angabe der Postleitzahl ihres Wohnortes an, dass sie mehr als 100 km von Ulm entfernt leben. Ein weiterer Grund ist eventuell auch das hohe durchschnittliche Alter: vielleicht sind ältere Menschen doch eher als jüngere an der Hospizarbeit interessiert oder nehmen Werbung dafür bewusster wahr. Hier gibt es noch weiteren Forschungsbedarf.

Neben Fragen zu Wohnort, Geburtsjahr, Bekanntheit des Hospizes „Agathe Streicher“ und Vorhandensein einer Patientenverfügung enthielt der Fragebogen fünfzehn Aussagen, zu denen die Befragten Stellung nehmen konnten („trifft voll zu“ ... „unentschieden“ ... „trifft gar nicht zu“). Einige der Ergebnisse geben wir hier wieder.

Die überwiegende Mehrzahl der Antwortenden gibt an, die Arbeit der ambulanten Hospizdienste zu kennen (91 Prozent), und zu wissen, dass im Hospiz eine ganzheitliche Betreuung angeboten wird (90 Prozent). Fast alle sind der Ansicht, dass die stationäre Hospizarbeit eine wesentliche Entlastung pflegender Angehöriger bedeutet (98 Prozent).

Diesen Stellungnahmen mit großer Zustimmung stehen andere gegenüber, bei denen sich zum Teil auch bedeutende Unterschiede zeigen, je nachdem ob die Antwortenden das Hospiz Agathe Streicher kennen oder nicht. So geben knapp 30 Prozent der „Hospiz-Kenner“ an, dass ihnen die Bedingungen für die Aufnahme ins stationäre Hospiz bekannt seien. Unter den Antwortenden, die unser Hospiz nicht kennen, sind dies nur fünf Prozent.

Über 70 Prozent der Hospiz-Kenner wissen, dass der ambulante Hospizdienst psychosoziale Unterstützung für Angehörige Schwerstkranker anbietet. Von den Antwortenden, denen das Hospiz Agathe Streicher unbekannt ist, wissen dies nur 40 Prozent.

Die Bekanntheit unseres Hospizes hat auch Auswirkungen auf die Stellungnahme zu Aussagen, die wir bewusst zugespitzt formuliert hatten. Eine davon war „Wer ins Hospiz kommt, gibt seine Selbstbestimmung auf“. Aus Abbildung 1 (linke Säule) wird ersichtlich, dass von den Hospiz-Kennern nur wenige Prozent dieser Aussage zustimmen. Von denen, die das Hospiz nicht kennen, stimmen immerhin knapp 20 Prozent zu (Abbildung 1, rechte Säule).

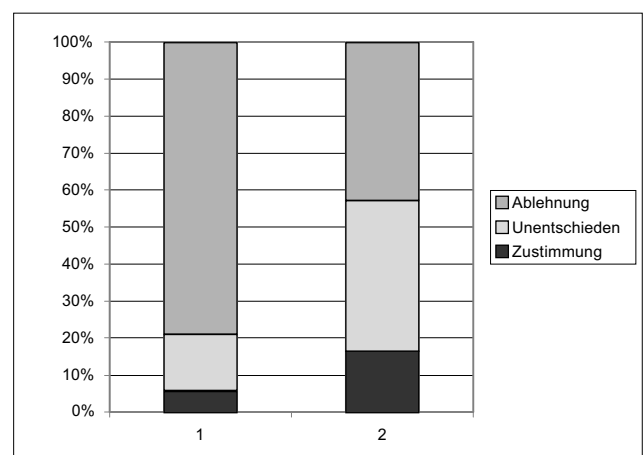


Abbildung 1: Verteilung der Bewertungen für die Aussage „Wer ins Hospiz kommt, gibt seine Selbstbestimmung auf“. Linke Säule (1): 224 Antwortende, die das Hospiz Agathe Streicher kennen. Rechte Säule (2): 61 Antwortende, die das Hospiz nicht kennen.

Auffällig ist in dieser Gruppe der besonders hohe Anteil an „Unentschiedenen“, die dieser Aussage weder zustimmen konnten noch sie ablehnen.

Wir haben ebenfalls darum gebeten, zur Aussage „Im Hospiz liegen nur alte, demente Menschen“ Stellung zu nehmen. Der Anteil, der diesem Vorurteil zustimmt, liegt bei den Hospiz-Kennern bei unter zehn Prozent (Abbildung 2, linke Säule). Er ist in der Gruppe, die unser Hospiz nicht kennt, erheblich höher und liegt bei genau 25 Prozent (Abbildung 2, rechte Säule).

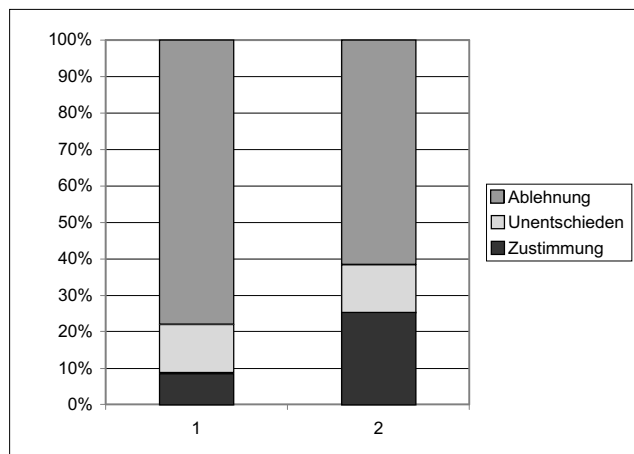


Abbildung 2: Verteilung der Bewertungen für die Aussage „Im Hospiz liegen nur alte, demente Menschen“. Linke Säule (1): 226 Antwortende, die das Hospiz Agathe Streicher kennen. Rechte Säule (2): 60 Antwortende, die das Hospiz nicht kennen.

Aus diesen Ergebnissen und den anderen, die wir hier nicht vorstellen, ziehen wir folgende Schlüsse: unter den Teilnehmenden der ZAWIW-Herbstakademie 2004, die zum weit überwiegenden Teil aus Ulm und der unmittelbaren Umgebung kommen, ist das Hospiz Agathe Streicher recht bekannt. Auch scheinen viele Teilnehmende die allgemeinen Leistungen der Hospizarbeit (Entlastung, ganzheitliche Betreuung) zu kennen. Deutliche Unterschiede gibt es besonders zwischen jenen Akademie-Teilnehmenden, die das Hospiz Agathe Streicher kennen und jenen, die es nicht kennen. Die Unterschiede betreffen gängige Voreingenommenheiten, aber auch einfache Wissenslücken im Hinblick auf die konkrete Hospizarbeit.

Wir werden in Zusammenarbeit mit dem Vorstand, der Geschäftsführung und der Pflegedienstleitung dieses Forschungsprojekt zur Bekanntheit des Hospizes Agathe Streicher und der Hospizarbeit allgemein in den nächs-

ten Monaten ausbauen. Dabei wird es uns insbesondere um die Bekanntheit unseres Hospizes in anderen Bevölkerungs- und Altersgruppen gehen.

Für den Arbeitskreis Ethik in der Medizin:
Dr. Michael Gommel.

Für die AG ForSche human:
Elfriede Dehlinger, Ursula Köber.

Kontakt:
Arbeitskreis Ethik in der Medizin
Universität Ulm
Dr. Michael Gommel
Albert-Einstein-Allee 47
89069 Ulm
michael.gommel@medizin.uni-ulm.de

IMPRESSUM

Redaktion
Dorothea Kleinknecht, Wolfgang Müller,
Claudia Schumann, Gisela Stemshorn

Fotos
Wolfgang Müller (4), Martina Seng (2),
Claudia Schumann (2), Margaretha Ziplies (1),
Archiv (21), privat (7)

Gestaltung
Wolfgang Müller

Druck
digitaldruck.leibi.de

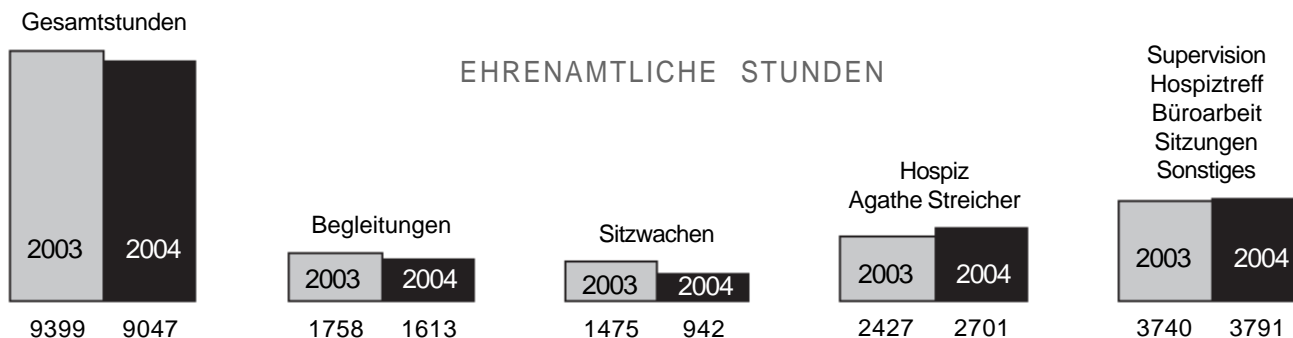
HERAUSGEBER

HOSPIZ UND SITZWACHE ULM
BEGLEITUNG STERBENDER UND IHRER ANGEHÖRIGEN e.V.

Zeitblomstraße 27
89073 Ulm Tel. 07 31 - 6 66 22
Geschäftsführung Tel. 07 31 - 6 02 62 73
Fax 07 31 - 6 02 51 52
e-mail: hospiz-ulm@t-online.de
http://www.hospiz-ulm.de

Erscheinungsweise: jährlich

Spendenkonto:
Sparkasse Ulm
BLZ 63050000
Konto-Nr. 286 783



EIN NETZWERK

AMBULANTER DIENST, SITZWACHEN UND STATIONÄRES HOSPIZ

Durch die ständig steigenden Anmeldungen im stationären Hospiz (210) und die beschränkte Aufnahmekapazität (69) wurden im Jahr 2004 weitere Anpassungen in der Vernetzung unserer Dienste notwendig. Bei vielen Erstgesprächen für eine Aufnahme in das HOSPIZ AGATHE STREICHER wurde auch das Angebot einer ambulanten Begleitung und wenn nötig, Sitzwachen im häuslichen Bereich gemacht. Außerdem konnten wir in 9 Familien zusätzlich Beratung bei medizinisch-pflegerischen Fragen (Einleitung und Durchführung der Symptomkontrolle, insbesondere der Schmerztherapie) durch eine Hospizschwester anbieten. So ließ sich in vielen Fällen die Zeit bis zur stationären Aufnahme überbrücken, in manchen sogar ganz verhindern. Es ist ein Kernziel der Hospizarbeit, sterbenden Menschen ein Sterben zuhause, in vertrauter Umgebung, zu ermöglichen. Erst wenn es in den eigenen vier Wänden gar nicht mehr geht, soll das stationäre Hospiz greifen. Für viele Familien war es schon beruhigend und hilfreich zu wissen, dass es Angebote gibt, falls die Probleme in der Familie das erträgliche Maß überschreiten.

Im Jahr 2004 waren bis zum April 90 Ehrenamtliche im Einsatz. Durch den neuen Einführungskurs kamen 14 weitere dazu, 10 Personen beendeten ihre Mitarbeit bei HOSPIZ UND SITZWACHE ULM. So stehen nun 94 ausgebildete freiwillige Begleiterinnen und Begleiter zur Verfügung. Eine Gruppe von 15 Personen hat sich ausschließlich für die Tätigkeit im stationären Bereich entschieden, die anderen sind bereit für Einsätze im ambulanten Dienst und bei nächtlichen Sitzwachen.

Im HOSPIZ AGATHE STREICHER wurden so 2701 ehrenamtliche Stunden verzeichnet, dies ist ein Anstieg im Vergleich zum Vorjahr von 274 Stunden. Dies ist auf die hohe Auslastung des stationären Bereichs von fast 90 % zurückzuführen. Die Zahl der ambulanten Begleitungen ist leicht gestiegen von 90 im Jahre 2003 auf 94. Die Anzahl der hier erbrachten Stunden beläuft sich auf 1613 (im Vorjahr 1758).

In 191 Sitzwacheneinsätzen wurden 942 Stunden geleistet, die größtenteils in Pflegeheimen, aber auch in Familien, durchgeführt wurden. Viele Stunden wurden erbracht durch die ehrenamtliche Einsatzleitung und die Betreuung des Trauercafes, durch die Teilnahme von Ehrenamtlichen an Supervisionen, Hospiztreffen, Fortbildungen, die Mithilfe bei Büroarbeiten und Vorstandsarbeit. Insgesamt 3791 Stunden wurden hier festgehalten.

15 Mitarbeitende waren für die Öffentlichkeitsarbeit im Einsatz: In 144 Informationsveranstaltungen konnten wesentliche Inhalte der Hospizarbeit vermittelt werden.

In bemerkenswerter Einsatzbereitschaft sind zusammengekommen 9047 Stunden zum Wohle der Betroffenen, nämlich der sterbenden Menschen und denen, die ihnen nahe stehen, geleistet worden.

DANKE

Wir haben auch in diesem Jahr wieder viel Hilfe und Unterstützung erfahren dürfen, die unsere Arbeit erst ermöglicht haben. Unser herzlicher Dank gilt unseren Spendern und Mitgliedern, dem Vorstand und den Mitgliedern des Fördervereins, den Kirchengemeinden, den Gruppen, die für uns gesammelt und den Richtern und Staatsanwälten, die uns Bußgelder zugewiesen haben.

Wir danken auch folgenden Organisationen und Firmen, die uns 2004 durch ihre Spenden unterstützt haben:

Deutscher Druidenorden Uhland Loge, Ulm

Golfclub Ulm Seniorengemeinschaft

Lions Hilfswerk Ulm, Neu-Ulm, Schwaben

Otto Kässbohrer Stiftung, Ulm

Soroptimist International, Club Ulm, Neu-Ulm

Südwestpresse Aktion 100 000

Ulmer Volksbank

All diese Zuwendungen sind für unsere Arbeit von besonderer Bedeutung: Sie geben uns die unabdingbar notwendige finanzielle Unterstützung und zeigen damit auch ihre Solidarität und ihre Zustimmung zur Hospizarbeit in Ulm und Umgebung.

Claudia Schumann

FORTBILDUNG

ACHTSAME BERÜHRUNG UND BEGEGNUNG MIT DEN HÄNDEN

Eine Einführung in die Leibarbeit mit Ulrike Oerter, Musiktherapeutin, Joachim Scheef, Sozialpädagoge, Anette Schwämmle, Theologin, Hospizmitarbeiterin.

Wir boten Erfahrungen an, die eigenen Hände spielerisch, genüsslich und achtsam zu beleben; die eigene Leiblichkeit zu fühlen; aufmerksame Leib-Berührung des/der anderen zu üben. Mit „Leib“ ist nach Karlfried Graf Dürckheim der beseelte Körper gemeint, die Einheit von Körper, Seele und Geist:

„Der Körper, den ich habe, Leib, der ich bin.“

Mit Übungen zu Achtsamkeit, Wahrnehmung, Kontakt/Grenze, durch Stille und Gespräch ermutigten wir, Leibarbeit in der Begleitung Sterbender einzubringen.

Konkret in einer Übung zu zweit berührt eine Person behutsam mit den Händen die Füße der Partnerin. Verweilend mit beiden Händen an jeweils der gleichen Stelle der Füße, gibt sie Zeit und Raum, sodass im Einlassen auf diese Berührung Kontakt entstehen kann. Die Hände laden ein, loszulassen, sich der Berührung und in der Berührung zu öffnen.

Von der heilenden und heilsamen Kraft von Berührung zeugen z.B. die Heilungsgeschichten in der Bibel - und nicht zuletzt auch manch eine/r der Teilnehmenden.

Zentral für die „Behandlerin“/den „Behandler“ ist dabei die eigene Haltung: absichtslos, mit ungeteilter Aufmerksamkeit, behutsam, präsent, neutral, ganz gegenwärtig zu sein: Ich beurteile nicht, bewerte nicht und interpretiere nicht.

Diese Grundhaltung immer mehr einzüben, ist - sicherlich nicht nur in der „Leibarbeit“ - ein lohnender Schritt, um die eigene Persönlichkeit weiter zu entwickeln, selbst zu wachsen und das Miteinander erfüllter und liebevoller zu gestalten.

Eine weitere Besonderheit der Fortbildung war das Mittagessen, das wir zusammen schweigend einnahmen – eine für fast alle seltene und beeindruckende Erfahrung.



Anette Schwämmle

Der Mensch ohne den Mitmenschen ist nicht der Mensch, sondern das Gespenst des Menschen.

Karl Barth

WAS SEHT IHR SCHWESTERN

Was seht ihr Schwestern, was seht ihr?

*Denkt ihr, wenn ihr mich anschaut;
eine mürrische alte Frau,
nicht besonders schnell,
verunsichert in ihren Gewohnheiten,
mit abwesendem Blick,
die ständig beim Essen kleckert,
die nicht antwortet, wenn ihr mit ihr meckert,
weil sie wieder nicht pünktlich fertig wird.*

*Die nicht so aussieht, als würde sie merken,
was ihr mit ihr macht.*

*Die willenlos alles mit sich machen lässt:
„Füttern, waschen und alles was dazugehört“.*

*Denkt ihr denn so von mir, Schwestern,
wenn ihr mich seht, sagt?*

Öffnet die Augen und seht mich an!

*Ich will euch erzählen wer ich bin,
die hier so still sitzt, die macht was ihr möchtet,
die isst und trinkt, wenn es euch passt.*

*Die Natur ist grausam, wenn man alt und krumm ist
und verrückt wirkt.*

*Ich bin jetzt die alte Frau,
die ihre Kräfte dahinsiechen sieht
und der Charme verschwindet.*

*Aber in diesem alten Körper
wohnt noch immer ein junges Mädchen,
ab und zu wird mein mitgenommenes Herz erfüllt.*

*Ich erinnere mich an meine Freuden,
ich erinnere mich an meine Schmerzen
und ich liebe und lebe mein Leben noch einmal.*

*Wenn ihr eure Augen aufmacht Schwestern,
so seht ihr nicht nur eine mürrische, alte Frau,
kommt näher, seht mich!*

