

RUNDBRIEF



EDITORIAL

Wie unser Rundbrief entsteht

Unser Rundbrief ist doch eine runde Sache: rund um Themen, die mit unserer täglichen Arbeit im und um das Hospiz zu tun haben.

Aber wie entsteht er eigentlich? Wie arbeitet das Redaktionsteam?

„Schon wieder ist ein Jahr vergangen!“ das stellen wir „Rundbriefler“ jedes Mal bei unserem ersten Treffen fest. Meist im Oktober wird der erste Termin angestrebt. Sind dann alle da, loben wir uns erst mal, wie toll unser letzter Rundbrief doch geworden ist und dass er doch Gott sei Dank nur einmal im Jahr erscheinen muss!



Das Rundbriefteam von Hospiz Ulm.

Im letzten Jahr kam Nachwuchs in unser Team und wurde mit dem Satz: „Hauptsache, du kannst fehlerfrei schreiben“ begrüßt. Dies sind wohl die Bedingungen, die man mitbringen sollte, um in diesem Arbeitskreis aufgenommen zu werden.

Es geht lustig zu bei uns. Immer wird gelacht, aber immer auch gearbeitet. Zuerst geht es daran, Themen zu sammeln, die dem Vorstand zur Zustimmung vorgelegt werden; beim nächsten Treffen sichten wir sie nochmals: einige fliegen schon raus, neue fallen uns ein. Wer schreibt was? Aufgaben werden verteilt. Kann ein Brief veröffentlicht werden? Muss der Verfasser dieses Briefes zustimmen? Auch bei Artikeln, die wir nicht selbst schreiben, ist das so: es gibt ja Urheberrechte! Manchmal verlieren wir den Überblick: wer macht jetzt was? Wie gut, dass es ein zuverlässiges Protokoll gibt!

Bei den nächsten Treffen stellt sich dann hoffentlich, nein sogar sicher, ein thematischer Schwerpunkt heraus. Das Hauptthema wird nicht gesucht, sondern es findet sich. Oh Gott! Bis April spätestens sollen die Artikel fertig sein, damit der Rundbrief rechtzeitig zur Mitgliederversammlung im Juni erscheinen kann.

Beim nächsten Treffen gibt es immer noch nicht viel zum Vorlesen und Besprechen: niemand wollte ein Streber sein und sich vordrängeln! Jetzt sollen die Artikel auch noch schon im März fertig sein. Ach ja, und der Kurs für neue ehrenamtliche Hospiz- Mitarbeitende darf ja auch nicht vergessen werden. Wählen wir schon mal das Titelbild aus und entscheiden uns für ein Bild auf die Rückseite. Super... danke, Wolfgang!

So langsam wird der Zeitdruck größer und so manch einer aus unserer Truppe kommt jetzt doch noch in die Gänge und vor allem ins „Schwitzen“. Es müssen ja alle Artikel auch noch vorgelesen und eventuell noch verändert/redigiert werden. Ja, das braucht noch Zeit. Es gibt heute immer noch nicht viel vorzulesen, aber wir suchen Bilder aus. Inzwischen ist Februar und wir haben nicht mehr viele Treffen. Gelassen stellen wir jedoch fest: Das war schon immer so! Das schaffen wir schon. Viele Artikel trudeln nun ein und werden besprochen, verändert, auch mal zurück gestellt oder doch noch verworfen.

Aber, ganz wichtig: Der Termin für das Abschlussessen steht schon fest. Das gönnen wir uns jedes Mal als Belohnung für die zwar spaßige, aber dennoch ernsthafte und sorgfältige Arbeit.

Bisher hat es immer geklappt und auch nächstes Mal werden wir wieder sagen: „Das ist jetzt doch unser bester Rundbrief geworden!“

Andrea Jacob



Wieder ist ein Jahr vergangen, wieder können wir zurückblicken auf ein erfülltes und erfolgreiches Hospizjahr, voller Dankbarkeit für alles Interesse, alle Unterstützung finanzieller und ideeller Art, alle zuverlässige, engagierte und phantasievolle Mitarbeit. Viele unserer Vorhaben konnten gut umgesetzt werden, viele Anfragen erreichen uns, die Hospiz-Akademie geht in ihr zweites Jahr und zieht viele Menschen an, die sich für die unterschiedlichen Themen interessieren.

Dieser neue Rundbrief beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit der Kinder-Hospizarbeit, wie das ungewöhnliche Titelbild vermuten lässt. Kinder sind sehr auf Angebote angewiesen, die ihnen die Möglichkeit geben, den Verlust nahestehender Personen auf ihre ganz eigene Art auszudrücken. Genau dafür gibt es bei uns den Kinder-Hospizdienst. Wer sich für Bücher zu diesem Thema interessiert, wird Anregungen erhalten.

Manche Mitarbeitende bei Hospiz Ulm sind eher im Hintergrund und machen doch sehr wichtige Arbeit: Hausmeister, Hauswirtschafterin, Büro-Mitarbeiterinnen haben wir gefragt, wie sie ihre Arbeit hier erleben. Verantwortliche im stationären Hospiz setzen viel Zeit und Kraft ein, um sich weiterzubilden: auch dazu gibt es einen bewegenden Bericht! Was erleben Ehrenamtliche bei ihrem Einsatz „in der Agathe“ wie das Hospiz genannt wird? Und was bewegt die Begleiterin einer krebskranken Frau, die selbst an Krebs erkrankt während dieser Zeit? Wer begleitet wen?

Wie immer, so finden wir, bietet dieser Rundbrief einen weiten Blick ins Hospiz Ulm, aus verschiedenen Richtungen, in unterschiedlichem Licht. Wir freuen uns, wenn auch Sie gerne diese Berichte lesen und so ein Stückchen mit uns mit leben.

Wenn Sie Anregungen haben für uns, wenn Fragen auftauchen, wenn Sie etwas irritiert: Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf!

Katharina Gräfin Reuttner

1. Vorsitzende

INHALTSVERZEICHNIS

Wie Trauer eine Familie verändert	4	Unser Kompaktkurs in Bonn	24
Ist Opa jetzt ein Engel	7	Für andere da zu sein	26
Einfach da zu sein	9	Kurs 23	27
Bücher zum Thema Tod und Trauer	10	Buchbesprechung:	28
Die Aufgaben und eigene Erfahrungen	12	Spendenaktion	29
Wer hat hier wen begleitet	14	Es fehlt etwas	29
Hab acht auf dich	16	Zahlenspiegel für 2014	30
Lieber Peter	18	Aus dem Vorstand - das Jahr 2014	31
Für ein Leben bis zum natürlichen Ende	20	Impressum	31
Ich fühle mich genau am rechten Platz	22	TITELBILD Nina Kodalik (9 Jahre)	

WIE TRAUER EINE FAMILIE VERÄNDERT

Ein Tod verändert das ganze Familiengefüge - nichts ist mehr, wie es vorher war. Verstirbt ein Familienmitglied, erleben alle Angehörigen den Verlust, doch jeder trauert auf seine ganz eigene Weise. Dabei spielt das Verhältnis zu dem Verstorbenen eine Rolle, ebenso die eigene Persönlichkeit, das Alter der Kinder bzw. der Jugendlichen und die Art des Todes.

Im September 2014 haben wir bei Hospiz Ulm ein neues Projekt gestartet. Unter dem Namen „Unserer Trauer Zeit geben“ bieten wir für trauernde Familien mit ihren Kindern und Jugendlichen an Samstagen Gruppennachmittage an.

Je nachdem, was die Teilnehmenden brauchen, bieten diese Nachmittage viele Möglichkeiten: Austausch von Erfahrungen und Informationen, Raum für die eigenen Gefühle, Kraft schöpfen, Ressourcen erkennen, Verständnis für die Kinder entwickeln, Brücken bauen zwischen allen Familienmitgliedern.

Dieses Treffen mit anderen Trauernden kann für viele hilfreich sein, um zu erfahren, wie andere mit bestimmten Situationen umgehen, Neues erleben – voneinander lernen und miteinander austauschen – das kann für alle eine gute Unterstützung sein. Auch das Verständnis, das die Eltern für ihre Kinder aufbringen, wird hierdurch verstärkt.

Zu Beginn des Nachmittags bieten wir für Kinder, Jugendliche und Erwachsene eine gemeinsame Aktivität an, z. B. Percussion Instrumente, Filzen...

Anschließend teilen wir uns in Gruppen für Kinder, Jugendliche und Eltern auf.

Gemeinsam beschließen wir den Nachmittag. Unser Ziel ist es, dass die Familienmitglieder voneinander mitbekommen, was sie an diesem Nachmittag erlebt, gefühlt und erfahren haben. Somit können sie sich besser verstehen, und akzeptieren, dass jede/r auf seine Art trauert.

Jeder Samstag steht unter einem bestimmten Thema. Die Samstage können einzeln belegt werden – eine Anmeldung ist jeweils erforderlich.

12:15 Uhr

Noch ist alles ruhig und leer in den Räumen von

Hospiz Ulm. Das wird sich bald ändern. Heute ist unser dritter Familientrauernachmittag und wir (2 Sozialpädagoginnen und 3 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen) erwarten 7 Erwachsene und 11 Kinder im Alter von 3 – 13 Jahren.

So viele waren wir noch nie und eine Dreijährige war auch noch nicht dabei. Gedanken gehen uns durch den Kopf: wie wird es heute? Wer kommt mit welchem Bedürfnis, welchem Anliegen?

Unser Thema heute: Erinnerung an den Verstorbenen. Wir haben alle Familienmitglieder gebeten, ein Foto oder einen Erinnerungsgegenstand mitzubringen. Den Seminarraum gestalten wir gemeinsam: Die Bastelecke für die Kindergruppe wird mit Tischen und Material vorbereitet und der Stuhlkreis für den Beginn gerichtet. Die Mitte bildet die am vorigen Trauernachmittag gestaltete Kerze und das Filzband des ersten Nachmittages. Und dazu Trommeln und Percussion Instrumente aller Art: Heute trommeln wir zum gemeinsamen Beginn.

13:30 Uhr

Wir besprechen den Ablauf des heutigen Nachmittags noch mal kurz, unsere Kuchenspende ist da, die Brezeln sind gerichtet und da kommen auch schon die ersten Familien.

Diejenigen, die sich schon kennen, begrüßen sich herzlich, lachen, nehmen sich in den Arm und die Kinder kommen freudig angerannt, erobern ihr Terrain und staunen über die vielen Trommeln. Schon tauscht man sich aus: Wie war eure Kur? Wie läuft's in der Schule? Was habt ihr an Silvester gemacht? Unsere „neuen“ Teilnehmer kommen zurückhaltender, gespannt, aufgeregt: Was erwartet uns heute? Ist das hier das Richtige für uns? Wie wird es meinen Kindern gehen? Wie sind die anderen Familien?

14:00 Uhr

Wir begrüßen alle, stellen uns vor, erzählen, wie sich der Nachmittag gestaltet und erklären unsere „Gruppenregeln“:

Alles, was heute besprochen wird, bleibt hier in diesen Räumen und wird nicht draußen weiter erzählt.

Wir lassen einander ausreden und achten aufeinander.

Jeder hat das Recht zu schweigen. Wer nichts sagen möchte, muss das auch nicht.

Niemand wird ausgelacht oder bewertet, denn jeder bringt seine eigenen, wertvollen Erfahrungen mit.

Jeder hat das Recht allein zu sein, wenn jemand Abstand oder Ruhe braucht, kann er sich dies nehmen.

Jeder kann auch Vorschläge oder Ideen einbringen.

Heute machen wir zum Einstieg verschiedene Übungen mit Körperpercussion und verschiedenartigen Musikinstrumenten. Dies soll die Möglichkeit anbieten, hier im Raum gut anzukommen, sich mit den unterschiedlichen Instrumenten zu zeigen, zurückzunehmen oder miteinander in Kontakt zu

treten. So können Gemeinschaft erlebt, die eigene Kraft gespürt und Gefühle ausgedrückt werden.

Die Musikinstrumente liegen in der Mitte. Wir zeigen und erklären, wie die einzelnen Instrumente heißen und wie sie gespielt werden können (Djembe, Klanghölzer...) Anschließend sucht man sich ein Instrument aus und wir spielen mit verschiedenen Takten, unterschiedlicher Lautstärke, mit allen zusammen, oder auch nur mit einigen aus der Gruppe.

In der nächsten Runde sagen alle ihren Namen und wer aus der Familie verstorben ist.

14:45 Uhr

Nun geht es in die Kinder-/Jugendgruppen und in die Erwachsenengruppe.



14.45 Uhr Kindergruppe

Emma zündet als erste ihre Kerze an und nennt ihren Namen und den ihres Verstorbenen. Nach und nach zündet jedes Kind seine Kerze an. Wir sitzen am Boden im Kreis um die Kerzen und hören aufmerksam zu. Nach und nach zeigen die Kinder ihre mitgebrachten Erinnerungen, Fotos und Gegenstände. Ganz aufmerksam hören sie einander zu und fragen auch manchmal nach. Deutlich ist zu spüren, wie beteiligt und ernsthaft die Kinder dabei sind! Auch unsere neue Dreijährige hat sich mit ihrem Bruder und mir auf eine Matte gekuschelt und lauscht andächtig. Im sicheren Wissen, wo ihre Eltern sind, ist sie jetzt ganz hier mit dabei. Michaela liest die Geschichte vom Dachs vor. Darin stirbt der Dachs und die Tiere des Waldes vermissen ihn sehr. Sie erinnern sich daran, was sie vom Dachs gelernt oder was sie mit ihm erlebt haben. Und die Kinder fangen auch an zu erzählen: Ich gehe immer in den Keller, da war der Papa oft. Wenn ich Musik mache, dann denke ich viel an die Mama, das hat sie auch gemacht.





So teilen sich die Kinder ihre Erinnerungen gegenseitig mit. Nach diesem Austausch geht es an die kreative Umsetzung des Themas: Die Kinder können Erinnerungslichter oder eine Flaschenpost mit einem Brief oder einer kurzen Nachricht an ihren Verstorbenen gestalten. Es entsteht, wie bisher jedes Mal, eine sehr konzentrierte und geschäftige Stimmung. Alle sind in ihre Arbeit vertieft, Gläser werden bemalt, es wird geschnitten und geschrieben. Ronja zieht sich irgendwann auf ihre Matte zurück und schreibt sehr lange einen Brief, Max kommt auch hinzu und liest in Ruhe noch mal seinen eigenen Brief durch. Die Zeit vergeht wie im

Flug. Wir stellen die Lichter zum Trocknen auf die Heizung, setzen uns wieder in den Kreis und nacheinander blasen alle wieder die Kerze für den Verstorbenen aus: unser Abschlussritual in der Kinderunde. „Wisst ihr was?“, fragt Lukas, „wir sind heute wieder ganz still, dann wundern sich die Großen, ob wir überhaupt da sind!“ Mucksmäuschenstill warten wir, bis die Erwachsenen wieder ins Zimmer kommen. Leise geht die Türe auf: der Erste steckt seinen Kopf durch die Türe: „Hallo, wo seid ihr denn?“ Großes Gelächter und Freude auf allen Seiten.

14.45 *Erwachsenengruppe*

Wir beginnen auch heute mit unserem Ritual: Ein Erwachsener nach dem anderen zündet eine Kerze für den Verstorbenen an und nennt seinen Namen und den des Verstorbenen. Nun wird das Thema unseres heutigen Nachmittags von uns eingeführt. Es geht heute um „Sich erinnern“ - was bedeutet der jeweils mitgebrachte Gegenstand vom Verstorbenen für den Trauernden?

Nacheinander zeigen alle ihre mitgebrachten Erinnerungsgegenstände und erzählen, was sie damit verbinden. Sehr aufmerksam hören sie sich gegenseitig zu und fragen auch immer wieder nach. Beim Zeigen der Gegenstände (z.B. Ehering des Verstorbenen, besonderer Stein, selbstgemachtes Schmuckstück, Kuschedecke...) zeigt sich meistens ein Lächeln auf dem Gesicht; die Menschen sind in diesem Moment ganz bei sich, sehr präsent und in guter und intensiver Erinnerung an den Verstorbenen. In einem weiteren Schritt geht es um die Frage, was man durch die Erinnerung an den Verstorbenen als Stärkung für sich mitnehmen kann. In Kleingruppen tauschen sich die Teilnehmenden zu dieser Frage aus, schreiben es auf und berichten anschließend der Gruppe, was sie an Erkenntnissen sammeln konnten.

Wir beenden die Erwachsenenengruppe mit dem Ausblasen der Kerzen und dem Lauschen auf die Klangschalen.

16.30 *Uhr Gemeinsamer Abschluss*

Gemeinsam treffen sich alle im Seminarraum für die Abschlussrunde. Jede/r sucht sich ein Musikinstrument aus der Mitte: „Wie gehe ich jetzt nach Hause“? Jede/r kann entweder etwas sagen oder ein Musikinstrument zum Klingen bringen.

Wir Mitarbeiterinnen beginnen aufzuräumen, während sich die Gäste im Hospizcafé noch mit Kaffee, Kuchen und Butterbrezeln stärken. Die Kinder spielen gemeinsam, die Eltern unterhalten sich - so klingt der Nachmittag entspannt

aus. Alle nehmen noch ein wenig die wohlthuende Stimmung in sich auf bevor sie auseinander gehen: „Bis zum nächsten Mal!“ „Darf ich nächstes Mal wieder kommen?“, fragt die kleine Emma, die heute zum ersten Mal da gewesen ist. „Ja klar, wir müssen ja wieder kommen!“ sagt ihr großer Bruder ernsthaft. „Wir haben jetzt doch die Kerzen, die bringen wir nächstes Mal wieder mit und zünden sie dann an.“

Andrea Müller-Götz und Karen Strehler

IST DER OPA JETZT EIN ENGEL



Kinder sind ganz wunderbar. Sie machen uns so oft vor, wie es auch gehen kann. Sie leben den Moment, leben ihre Emotionen, sind ganz ehrlich und gehen mit bewundernswerter Offenheit und Leichtigkeit auch mit dem Thema Sterben um. Von den Kindern können wir immer wieder lernen, wir können staunen und uns manchmal auch wünschen, dass wir etwas mitnehmen können von der Neugierde und Klarheit, die sie allen Bereichen des Lebens gegenüber haben, auch dem Sterben.

Wenn Kinder betroffen sind vom Sterben, weil der Papa, die Oma, die Schwester oder auch die Mama stirbt, wollen wir Erwachsene sie so gerne schützen, fernhalten von der Trauer, dem Leid, von all dem Schweren, das mit dem Tod einhergeht. Aber wir können sie ja nicht wirklich schützen davor, dass zum Beispiel ihre Mama sterben wird. Es ist leider eine Wahrheit und dieses Kind, dessen Mama stirbt, wird sein

Leben lang damit umgehen müssen, dass die Mama gestorben ist. Wir können die Kinder aber auf diesem Weg begleiten und ihnen ein guter Weggefährte sein. Kinder wollen gerne oft ganz viel wissen, haben Fragen, und wenn sie Erwachsenen begegnen, die offen sind für ihre Fragen und selber aushalten können, was diese Fragen auch bei ihnen an Schmerz auslösen, dann können wir viel für die Kinder tun. Die Trauerforschung zeigt uns, dass sowohl Kinder auch als Erwachsene den Tod eines geliebten Menschen eher verarbeiten können, wenn sie in so viele Abläufe wie möglich mit einbezogen waren. Wenn sie auch die Möglichkeit hatten sich vom Sterbenden und dem Toten zu verabschieden. Wenn sie das Grab mitgestalten können. Wenn sie sich auch aktiv mit der Veränderung, die der Tod ins Leben bringt, auseinandersetzen können.

Immer wieder gestellte Fragen, die von Kindern kommen, und wie wir Erwachsene reagieren könnten:

Wann stirbst du? Stirbst du auch? Kann meine Mama/Papa/Opa auch sterben?

Antwort könnte sein: Ich weiß nicht, wann ich sterbe, jeder Mensch stirbt irgendwann, wir werden geboren und sterben auch wieder. Ich hoffe, dass ich noch lange leben werde. Meistens sterben die Menschen wenn sie alt oder schwer krank sind.

Wenn du krank bist, stirbst du dann?

Antwort könnte sein: Es gibt Krankheiten, da wird man wieder gesund, zum Beispiel Grippe oder Blinddarmentzündung, oder... Hier kann man die Kinder auch fragen: Welche Krankheiten kennst du denn? Und dann schauen, ah ja, da wird man wieder gesund in der Regel, oder ja, das ist eine schwere Krankheit. Der Krebs zum Beispiel, kann bei vielen Menschen geheilt werden, aber leider nicht bei allen.

Ist der Opa jetzt ein Engel? Wie sieht es im Himmel aus?

Antwort könnte sein: Ja, das weiß ich auch nicht, wie stellst du es dir denn vor?

Fragen, die von Erwachsenen kommen:

Für Kinder ist es meistens schön, wenn sie in alle Abläufe mit einbezogen werden. Kinder haben meistens ein sehr gutes Gespür für sich selber und wissen, was sie wollen und was nicht.

Sollen Kinder mit zur Beerdigung?

Am besten ist es mit den Kindern erst mal zu klären: Was ist denn eine Beerdigung? Was passiert da? Wie sind die Abläufe? Es ist gut, wenn wir mit den Kindern gemeinsam besprechen, wie eine Beerdigung gestaltet ist und wie genau diese Beerdigung aussehen wird. Gut ist es auch, einen dem Kind vertrauten Menschen zu bitten, während der Beerdigung für das Kind da zu sein, und wenn nötig auch mit ihm die Trauerfeier frühzeitiger zu verlassen oder schon mal alleine an das Grab zu gehen.

Sollen Kinder den Toten noch mal sehen?

Auch schon kleine Kinder können die Toten sehen. Ein Junge mit fünf, dessen kleine Schwester gestorben war, berichtete mir hinterher immer wieder: Und als ich meine Schwester auf dem Arm hatte, da war sie ganz, ganz kalt. Aber er hat das ganz natürlich gesagt, denn ja, so ist das wenn man gestorben ist, da wird man ganz kalt und so können Kinder das gut verstehen und den Unterschied bemerken: Ich bin warm, ich lebe. Meine Schwester ist tot, sie war ganz kalt. Andere Kinder sagten, als sie ihre tote Mutter verabschiedeten: Sie sieht so schön aus, und sie lächelt, und sie ist ganz kalt. Aber ich glaube ihr geht es jetzt gut, sie sieht so friedlich aus. Und sie haben sich noch mal ganz nah an die gestorbene Mutter hingekuschelt und geweint.

Und manchmal entscheiden sich Kinder auch, die Verstorbenen nicht mehr sehen zu wollen, eine Neunjährige, deren Mutter zu Hause gestorben ist nach langer, langer Krankheit, wollte am Abend vor dem Tod der Mutter, als sie schon in einem komaähnlichen Zustand war, zu ihrer besten Freundin. Und dort blieb sie auch und wollte die verstorbene Mutter auch nicht mehr sehen. Sie konnte das für sich sehr deutlich formulieren und das war gut so.

Was kann ich Kindern sagen? Soll ich Kinder „schonen“?

Am besten ist es, in klarer, verständlicher Sprache mit den Kindern zu reden, und ihnen am besten die Wahrheit sagen. So ehrlich wie möglich mit den Kindern zu sein, das ist wie in so vielen Lebenslagen, auch hier das Beste. Das heißt nicht, dass ich alles wissen muss. Wenn mich Kinder zum Beispiel fragen: Wo ist meine Oma jetzt? Dann frage ich zurück: Was

glaubst du denn wo sie jetzt ist? Und dann kommen meistens ganz viele Gedanken zurück: Ich glaube im Himmel, da sitzt sie und schaut zu mir hinunter. Oder sie ist ein Schmetterling, der fliegt immer wieder herum. Neulich hat mir ein Mädchen erzählt, ich glaube dass die Toten eine besondere Beziehung zu den Tieren haben, denn wir hatten mitten im Winter einen Marienkäfer im Haus, den hat uns sicher der Papa geschickt.

Der Tod hat für Kinder eine andere Bedeutung und Relevanz wie für uns Erwachsene, da die Vorstellung von dem, was im Leben noch alles kommt, noch nicht vorhanden ist. Kinder spüren im Moment, dass ihnen etwas fehlt und können sich dann aber auch wieder ganz intensiv dem Spielen zuwenden. Da gibt es dieses schöne Bild: Kinder trauern und fragen wie in Pfützen hüpfen, direkt rein, und im nächsten Moment wieder raus.

Erika Staudenmaier arbeitet im Kindergarten und hat dort mit den Kindern über das Sterben und den Tod gesprochen:

„Also meine Oma wohnt im Himmel!“

„Unser Hase ist gestorben. Wir haben ein Loch gegraben, den Hasen reingelegt und sind weggelaufen. Wir haben ein Kreuz gemacht. Wir sind traurig gewesen.“

„Wenn man stirbt, wird man ein Stern oder ist im Mond.“

„Wenn man gestorben ist, wird man wieder ein Baby und wird wieder groß.“

Dann wollen alle auf den Friedhof gehen und diesen besichtigen.

„Ein Engel wird gekauft und da hingestellt.“

„Ich will mal ein großes Grab, dann passt mein Bruder auch mit rein!“

„Mir gefällt ein kleines besser, dann kann ich da alleine liegen.“

Was Kinder wirklich brauchen, wenn sie von Sterben und Tod betroffen sind, sind Erwachsene, die da sind, ihre Fragen aushalten, sie ernst nehmen, und sich mit ihren Bedürfnissen und Fragen auseinandersetzen. Wenn uns das immer wieder gelingt, dann hilft das schon ganz viel.

*Erika Staudenmaier
Karen Strehler*

Der ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst Ulm

EINFACH DA ZU SEIN

„Wir können für unsere Kinder nicht jeden Tag die Sonne scheinen lassen, aber bei Regen können wir den Regenschirm halten.“ (Verfasser unbekannt)

Seit April 2006 gibt es in Ulm den ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst des Hospiz Ulm e.V. Was bietet ein solcher Dienst an? Was sind seine Aufgaben?

Die Diagnose einer unheilbaren Erkrankung eines Kindes oder Jugendlichen stellt eine große Belastung für die ganze Familie dar. Alles gerät ins Wanken, wenn ein Kind schwer erkrankt und sich die Familie und das Umfeld mit einem möglichen Sterben auseinandersetzen muss. Auch wenn das Sterben eines Elternteils Realität wird, bedeutet das für alle Beteiligten eine allumfassende Veränderung.

Hier bietet der ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst kostenlos Unterstützung an. Wir beraten in der individuellen Situation und

vermitteln zu anderen Fachdiensten und Unterstützungsangeboten. Die Hauptamtlichen und qualifizierten ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten zu Hause vor Ort. Dies ist schon ab der Diagnosestellung möglich.

Der ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst

- *bietet Beratung für Familien mit einem schwerst kranken Kind oder Elternteil, sowohl zu Hause als auch in unseren Beratungsräumen*
- *begleitet ehrenamtlich Familien mit individuellen Angeboten für das erkrankte Kind, die Geschwisterkinder oder die Eltern*
- *bietet Unterstützungsmöglichkeiten, die ab der Diagnosestellung in Anspruch genommen werden können*
- *ist Ansprechpartner für Familien, in denen das Sterben eines Elternteils Realität ist und eine Begleitung für das Kind/die Kinder in dieser Situation gewünscht ist*
- *begleitet Kinder und Jugendliche in der Zeit der Trauer*



Unsere in 2014 geschulten Ehrenamtlichen im ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst mit den Koordinatorinnen.

- *arbeitet mit qualifizierten Ehrenamtlichen, die regelmäßige Supervision und Fortbildungen erhalten*
- *bietet Beratungen und Seminare für Kindertagesstätten, Schulen und sonstigen Einrichtungen, die für Kinder da sind*
- *macht Öffentlichkeitsarbeit*
- *wirkt in landesweiten (sowohl Baden-Württemberg als auch Bayern) palliativ-pädiatrischen Netzwerken mit.*

Unsere Angebote entstehen aus den Bedürfnissen und Erfahrungen der Familien heraus. Dies kann z. B. heißen: Entlastungen bei alltäglichen Verrichtungen, Gesprächspartner sein, Hausaufgabenbetreuung, Unternehmungen machen, einfach da sein. Aber auch Angebote in Gruppen sind möglich, wie z. B. der Familientrauernachmittag, oder Freizeitangebote für Geschwisterkinder.

Im letzten Jahr haben wir wieder eine Schulung für Ehrenamtliche im Kinder- und Jugendhospizdienst durchgeführt und haben momentan 16 Ehrenamtliche, im Alter von 20 – 70 Jahren, die für unseren Dienst tätig sind. 2014 begleiteten wir insgesamt 8 Familien, sowohl in der Krankheit als auch in der Trauer.

Immer wieder begegnet uns die Frage: Wie macht ihr das nur? Ich könnte das nicht machen!

Eine unserer Ehrenamtlichen hat darauf einmal sehr treffend geantwortet: Weißt du, ich kann ja nicht das Schicksal dieser Familie ungeschehen machen, aber ich kann versuchen einfach da zu sein und in der Situation Unterstützung anzubieten.

In diesem Sinne verstehen wir unser Angebot und unsere Arbeit. Oder wie Astrid Lindgren es in Ronja Räubertochter formuliert hat:

„Lange saßen sie dort und hatten es schwer.

Aber sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost.

Leicht war es trotzdem nicht.“

Imogen Saß und Karen Strehler

Für Kinder im Vorschulalter

Bücher zum Thema Tod und Trauer

Wir haben es hier mit der Altersstufe zwischen drei und sechs Jahren zu tun. Was für eine Vorstellung vom Tod haben Kinder in diesem Alter?

Kinder unter drei Jahren haben kaum oder kein Verständnis von Tod. Sie erleben den Tod als eine Trennung, die durch das Zurückkehren wieder aufgehoben werden kann.

Kinder mit vier Jahren: Auch in diesem Alter bedeutet der Tod etwas Vorübergehendes. Sie erahnen, dass Tod mit traurig sein verbunden ist.

Kinder mit fünf Jahren: Sie haben ihre eigene, doch schon reale Vorstellung von Tod. Ihre Auseinandersetzung mit dem Tod erfolgt noch auf einer sachlichen Ebene. Sie sorgen sich darum, ob der Tote in der Erde friert, ob er etwas zu essen hat. Tod ist für sie durch Bewegungslosigkeit gekennzeichnet und wird zumeist auf alte Menschen bezogen.

Kinder mit sechs Jahren: Sie verbinden mit dem Tod auch die Angst um ihre Eltern und mit der Angst alleine gelassen zu werden. Dadurch entwickeln sich in Verbindung mit Tod negativ besetzte Gefühle. Das Kind kennt jetzt auch Todesursachen wie Krankheit, Unfall und Mord, diese bezieht es jedoch immer auf andere Menschen. Sein eigener Tod, die Tatsache, dass es auch einmal sterben muss, ist für das Kind undenkbar. (Nach Leyendecker/Lammers „Lass mich einen Schritt alleine tun“ Verlag Kohlhammer S. 46/47.)

Für Erwachsene kann der Eindruck entstehen, als trauerten Kinder nicht. Doch Kinder fassen ihre Trauer nicht unbedingt in Worte oder zeigen sie durch Weinen. Kinder leben was sie fühlen. Sie nutzen andere Ausdrucksmöglichkeiten wie Spielen, Toben, Schreiben oder Malen. Kinder lassen ihre unterschiedlichen Gefühle nebeneinander stehen. Genauso spontan, wie sie sich in ihre Trauer hineinbegeben, können sie im nächsten Moment auch wieder fröhlich sein und lachen. Außerdem halten sie sich an den Abläufen ihres Alltags fest. Das gibt ihnen Sicherheit.

Was ist wichtig im Umgang mit einem trauernden Kind?

Der Verlustschmerz darf offen gezeigt werden und die Emotionen des Kindes müssen ernst genommen werden. Sie brauchen eine sichere,

fürsorgliche Umgebung mit klaren Antworten auf alle Fragen und ehrlichen, realitätsgerechten Informationen. Bilderbücher helfen, wenn man selbst noch nicht weiß, wie man in das Thema einsteigen soll. Figuren in den Büchern bieten Identifikationsmöglichkeiten und emotionalen Rückhalt. Ein Buch bietet auch Schutz vor zu viel Nähe, man kann über die Gefühle und Erfahrungen anderer Menschen oder Tiere sprechen. Es wird erzählt, dass Abschiede, Sterben und Tod Teil des Lebens sind.

Nachfolgend stelle ich einige Bücher vor, die helfen können, trauernde Kinder aufmerksam zu begleiten.

Rita Graf



Nie mehr Wolken gucken mit Opa?

von Martina Baumbach
Illustration: Verena Körting

Lilli liebt ihren Opa über alles. Mit ihm kann sie stundenlang auf der Schaukel sitzen und Wolken gucken - niemand entdeckt darin so schöne Figuren wie er. Doch jetzt ist Opa tot und niemand kann Lilli sagen, wohin er gegangen ist. Lilli ist wütend, schließlich hatten Opa und sie noch so viel zusammen vor. Erst allmählich versteht Lilli, dass Opa nie mehr zurückkommen wird. Traurig nimmt sie auf der Beerdigung Abschied. Eins weiß sie jedoch ganz sicher: Sie wird Opa niemals vergessen, auch wenn er beim Wolken gucken nicht mehr neben ihr sitzt.



Du wirst immer bei mir sein

von Inger Hermann
Illustration: Carme Solé Vendrell

Eine glückliche Familie befindet sich im PKW auf der Fahrt in den Urlaub am Meer. Plötzlich gerät die Fahrt in ein Unwetter, die Familie verunglückt. Peter, fünf Jahre alt, wacht im Krankenhaus auf und erfährt, dass sein Vater bei dem Unfall gestorben ist. Sein ge-

liebter Vater, mit dem ihn eine besondere Beziehung verband. Zunächst will Peter die Realität des Todes nicht wahrnehmen. Im Laufe der sehr behutsam erzählten Geschichte erfährt er aber, dass die Liebe des Vaters auch durch den Tod nicht zerstört werden kann.



Sarahs Mama

von Uwe Saegner

Sarahs Mutter ist gestorben und Sarah vermisst sie sehr. Doch Sarah ist nicht alleine mit ihrem Schmerz, da ist ein Mensch, der bei ihr ist und mit ihr durch den Tag geht. Alles erinnert Sarah an ihre Mutter, sie kann zu jemandem von ihr sprechen, erzählt von gemeinsamen Erlebnissen mit der Mutter, Dinge, die Sarah von und über ihre Mutter weiß. Was glaubst du, wo Mama jetzt ist? Diese Frage bewegt Sarah, sie sucht nach einer Antwort. Aber auch mit dieser Frage ist Sarah nicht alleine. Die Ich-Erzählerin versucht mit ihr gemeinsam einen Weg zu finden.

Kindgerechte Darstellung, eine Sprache und Bilder, die Kinder verstehen - dieses Bilderbuch erfasst die emotionale Welt Sarahs und öffnet emphatische Räume für Trauer und erste Schritte um Trauer bewältigen zu können.



Tschüss Oma

von Eva Höschl
Illustration: Nana Kutschera

Ein Kind erzählt die Geschichte seiner Oma, so wie Oma war, als sie noch gesund war. Doch dann wird Oma krank, sehr lange krank und eines Tages erfährt die Familie, dass Oma nicht mehr gesund wird. Oma wird auf eine Palliativstation verlegt, das Kind erlebt diese Phase sehr intensiv und kann einen Weg finden, mit der Situation umzugehen. Oma stirbt und dieses Buch zeigt erste Schritte in der Trauerarbeit, die gemeinsam mit den Eltern gegangen werden können. Im Anhang werden Fachbegriffe erklärt, ein Nachwort trägt dazu bei, das Sterben als Teil des Lebens zu sehen.

Als Ehrenamtlicher im Stationären Hospiz

DIE AUFGABEN UND EIGENE ERFAHRUNGEN

Am Ende des viermonatigen Einführungsseminars für neue ehrenamtlich Mitarbeitende können sich die Teilnehmer entscheiden, in welchen der vielen möglichen Funktionen sie tätig werden wollen und welches der Schwerpunkt ihrer zukünftigen Aktivitäten sein soll.

Viele hatten sich für „das stationäre Hospiz“ entschieden. So auch ich. Rückblickend bin ich über diese Entscheidung sehr froh. Den erbrachten Einsatz habe ich in vielschichtiger Weise reich zurückbekommen.

Was bedeutet die Mitarbeit?

Wer hier als Ehrenamtlicher anfängt, wird zunächst eingeführt, das heißt mitgehen mit einer Erfahrenen, die Arbeitsabläufe kennenlernen, um dann zunehmend selbstständig die Tätigkeit aufzunehmen.

Wie viele Einsätze werden erbracht?

Die meisten sind ein Mal pro Woche da, aber auch häufiger oder seltener; in zwei Schichten pro Tag, entweder allein oder im Zweierteam. Urlaubs- und Krankheitsvertretungen, Wochenend- und Feiertageinsätze; das macht die Dienstplangestaltung für unsere Ansprechpartnerin, Frau Fredl, kompliziert.

Wie läuft nun ein Einsatz auf der Station am Vormittag ab?

Zuerst wird das Frühstück gemeinsam mit der Hauswirtschaftsmitarbeiterin gerichtet, ganz individuell nach Wunsch und Möglichkeit, dann wird das Tablett ins Zimmer gebracht und wir

bleiben dabei, wenn Hilfe notwendig ist, oder der Gast nicht allein sein möchte. Auch auf Medikamenteneinnahme können wir achten, wenn diese bereitgestellt sind. Wer noch schläft wird nicht gestört.

Eine weitere Aufgabe ist auch die „Wäschetour“. Das Verteilen und Auffüllen von Bettwäsche, Pflege- und Hygieneartikeln in den Zimmerschränken und im Bad nach einem festgelegten Plan. Hier bietet sich oft eine Gelegenheit für Gespräche und einfach zum Zuhören, so nebenbei, während man im Zimmer seine Routinearbeit macht.

Wenn genügend Zeit da ist, vor allem, wenn zwei Ehrenamtliche in einer Schicht da sind, kann man auf Wünsche der Gäste eingehen. Eigene Fantasien mit „Fingerspitzengefühl“ zu entwickeln und auch anzubieten kann für beide Seiten sehr interessant sein:

Gemeinsam Musik hören, Vorlesen, Gespräche, Fragen zur Biographie, spirituellen Themen und anderes. Es hat sich gezeigt, dass viele Gäste mit Freude auf solche Themenangebote eingehen.

Vielleicht kann es auch sinnvoll sein, bei einem Gast, der in seiner allerletzten Lebensphase allein ist, am Bett zu sitzen, zu tun was möglich ist oder einfach nur da zu sein. Hier kommt das Erlernte des Einführungsseminars hilfreich zur Wirkung, in einer Situation, die für Auge, Ohr, Nase und Mitgefühl manchmal schwierig zu bewältigen ist.

Dann wird es Zeit das Mittagessen abzuholen. Mit Thermo-Container fahren die Ehrenamtlichen zur Küche eines nahe gelegenen Se-



Die große Terasse mit Blick auf Ulm.



Mittelpunkt im Hospiz ist die geräumige Wohnküche.

niorenhoms, um das Essen, wie am Vortag bestellt, abzuholen und den Bestellzettel für den nächsten Tag abzugeben. Wieder zurück, wird das bestückte Essenstablett serviert.

Im Sommer kann auch auf der Terrasse gegessen werden, auch Betten haben dort Platz. Das ist bei Gästen sehr beliebt. Es entwickelt sich da leicht eine frohe Atmosphäre, wo Besucher, im Haus Tätige, Familienangehörige und wer grad so da ist, zusammen das schöne Wetter genießen. Es wird auch viel gewitzelt und gelacht.

Auch die Mithilfe der Ehrenamtlichen bei Küchenarbeiten, Abfallwesen und dem allgemeinen Ordnung halten ist sehr gefragt und wird von den Hauswirtschaftsmitarbeiterinnen dankbar quittiert.

Bei der Pflege oder Lagerung im Zimmer ist Mithilfe, nach Neigung und Eignung, möglich, aber nie selbstständig, sondern nur mit Anleitung und gemeinsam mit den Pflegenden.

Bei der "Spätschicht" nachmittags und abends geht es ähnlich zu.

Da abends kein fester Speiseplan besteht, wird individuell nach Essenswünschen gefragt und, soweit realisierbar, erfüllt. Saisonale Suppen, die Zubereitung von kleinen Leckereien, Aufgewärmtes vom Mittagessen oder nur ein „Wurstbrot mit Tomate“, es ist fast alles drin. Das ist die große Stunde für fantasievolle Küchenkünstler, von denen es einige bei den Ehrenamtlichen gibt, weibliche als auch männliche.

Weitere Aufgaben sind:

Bereit sein für Kontakte mit Angehörigen



Die Gästezimmer sind hell und freundlich eingerichtet.

von Gästen. Bereit zu sein, sich einzulassen auf Gespräche über Probleme, von Fragen, von Befürchtungen und Sorgen kann anstrengend, aber auch sehr befriedigend sein. Eine Rückmeldung über wichtige Gesprächsinhalte, die für die weitere Versorgung oder Pflege von Bedeutung sind, an die Stationsleitung ist hierbei selbstverständlich.

Für mich hat sich manchmal aus den Gesprächen mit Angehörigen oder Gästen noch mehr ergeben. Die Möglichkeit, diesen Menschen in ihrer vielleicht schwierigsten Lebensphase noch Erfreuliches bieten zu können, führte gelegentlich zu Sondereinsätzen.

Dies wird auch von der Leitung im Hospiz gefördert. Über die Routine hinausgehende Aktivitäten werden ermöglicht, solange es sicher und zumutbar ist, sowohl für den Ehrenamtlichen als auch für den Gast.

Hier kann man die Fantasie zu gemeinsamen Unternehmungen weit spielen lassen.

Einige Beispiele:

Ein Rollstuhl Ausflug mit einer alten Dame in den Hospizgarten zum Erdbeeren pflücken.

Eine Rollstuhl-Autoexkursionen in die Stadt zum Geldholen auf der Bank, Zigaretten kaufen an der Tankstelle und lange Shoppingepisoden in Baumärkten mit Einkauf von Werkzeugen und Bastelmaterial, um – zurück im Hospiz – Weihnachtsgeschenke für die Enkel zu basteln.

Der Plan eines Gastes noch mal (mit mir) in seiner Stammkneipe ein Bier zu trinken konnte nicht mehr stattfinden, da sich der Gesundheitszustand des Gastes sehr schnell verschlechterte.

Auch andere Kolleginnen und Kollegen haben ein Repertoire von solchen Sonderaktivitäten.

So bleibt – aus meiner Sicht – die bestätigende Erkenntnis:

Mithilfe im stationären Hospiz bleibt eine Kerntätigkeit für Ehrenamtliche, aus der vielfältige positive Erfahrungen gezogen werden können. Darüber hinaus ist es eine wichtige und hilfreiche Unterstützung für die Krankenschwestern und -pfleger, die eine große körperliche und emotionale Leistung erbringen.

Volkhart Brethfeld

Das Leben geht manchmal besondere Wege

WER HAT HIER WEN BEGLEITET

Frau P. lerne ich an einem kalten Januarabend kennen.

Mit der Koordinatorin bin ich zu einem Erstgespräch bei Frau P. zu Hause verabredet; sie lebt alleine. Einer Hospiz-Begleitung steht sie noch etwas distanziert gegenüber, kann sich aber gemeinsame Spaziergänge gut vorstellen, denn sie fühlt sich unsicher, wenn sie alleine geht.

Frau P. ist Ende 70 und krebskrank. Sie hat Stents im Bauchraum und wartet unmittelbar auf eine weitere Operation. Vor Jahren war sie schon einmal an Krebs erkrankt, nach zahlreichen schmerzhaften und leidvollen Krankenhausaufenthalten geht es ihr jetzt sehr schlecht. Trotzdem versorgt sie sich und ihr großes Haus weitgehend selbstständig und ihr größter Wunsch ist es, autonom zu bleiben und „niemandem zur Last zu fallen“.

Frau P. erzählt von ihrer Familie und ihrer großen Leidenschaft: Tiere, vor allem Pferde. Noch mit über 70 hat sie herrliche Ausritte gemacht und es hat sie sehr getroffen, als ihr Pferd plötzlich gestorben ist. Unser erstes Ge-

spräch dauert 3 Stunden, Frau P. blüht richtig auf und wir finden viele gemeinsame Themen.

Es sollte das erste und letzte Mal sein, dass wir uns persönlich treffen.

Wir vereinbaren vorläufig telefonischen Kontakt, damit sie entscheiden kann, ob sie besucht werden möchte oder nicht. An manchen Tagen geht es ihr so schlecht, dass sie nicht aufstehen kann und da möchte sie alleine sein. In den nächsten Wochen rufe ich sie regelmäßig an. Meist meldet sie sich ganz leise und matt, um mir dann mit zunehmend kräftigerer und lauter Stimme ausführlich zu erzählen und manches Mal können wir zusammen lachen. Bei einem der Gespräche meint sie ganz erstaunt: „An was ich mich alles erinnern kann, wenn ich mit Ihnen telefoniere!“.

Zum Spaziergehen kommt es nicht, weil sie sich nie danach fühlt.

Inzwischen entsteht bei mir selbst eine ganz neue Lebenssituation: obwohl ich mich gut fühle, beobachte ich Unregelmäßigkeiten an mir. Es schließen sich zahlreiche Arztbesuche, ein diagnostischer Eingriff im Krankenhaus und dazwischen viele Tage der Ungewissheit und des Wartens an. Und am



Valentinstag erhalte ich die Diagnose: Uteruskarzinom. Operationstermin 4 Wochen später. Zuerst erscheinen mir die 4 Wochen unendlich lang. Am liebsten hätte ich alles so schnell wie möglich hinter mir! Ich lasse mich krankschreiben, obwohl mir ja „eigentlich nichts fehlt“.

Die Angst vor der Operation und deren Folgen ist zwar immer präsent, aber ich merke, dass es vieles gibt, das mir gut tut und mir Kraft gibt: Aufenthalte in der Natur, Gespräche mit Menschen meines Vertrauens, aber auch Zeiten, in denen ich alleine bin. Ich beginne, mein inneres und äußeres Leben zu sortieren, ziehe Bilanz und bereite mich auch darauf vor, dass alles jetzt zu Ende gehen kann.

Ganz deutlich empfinde ich, dass diese Krebserkrankung eine der Aufgaben ist, die mir auf meinem Lebensweg gestellt sind und dass es mich unnötige Kraft kosten und ich keine Antworten bekäme, wenn ich mich mit Fragen nach dem „Warum“, „Warum gerade ich“ aufhalten würde.

Eine Frage stellt sich jetzt aber deutlich: Wie gehe ich weiter mit Frau P. um? Meine Koordinatorin, die auch Kontakt zu ihr hat, lässt mir da genügend Zeit und Raum, eine Entscheidung zu treffen. Ich bin unsicher, wie ich Frau P. informieren soll. Ihr Zustand hat sich weiter verschlechtert und sie wartet immer noch auf den OP-Termin.

Zweimal telefoniere ich noch mit ihr – und schaffe es nicht, ihr meine Diagnose mitzuteilen. Eine Woche vor meiner Operation rufe ich sie ein letztes Mal an. Meine Koordinatorin hatte sie kurz davor über meine Erkrankung informiert.

Im Laufe dieses Gesprächs äußere ich den Gedanken, dass das Leben doch besondere Wege geht, die wir oft nicht verstehen. Wieso wurde gerade ich als Krebskranke zur Begleiterin von Frau P., wo wir doch weit über 100 Ehrenamtliche sind?

Ganz stark verspüre ich das Bedürfnis, mich bei Frau P. zu bedanken. Sie wirkt völlig überrascht und fragt weinend: Wofür? Sie selbst habe doch viel mehr Grund, sich bei mir zu bedanken? Ich danke ihr dafür, dass sie

mir gerade jetzt, in ihrer äußerst schwierigen und bedrohlichen Lebenssituation, gezeigt hat: „Leben bis zuletzt“ ist möglich. Ich frage mich: Wer hat hier wen begleitet?

Wir wurden am selben Tag operiert.

Nachtrag:

Frau P. kam nach ihrer Operation ins stationäre Hospiz und ist dort gestorben.

Unterricht

*Jeder der geht
belehrt uns ein wenig
über uns selber.
Kostbarster Unterricht
an den Sterbebetten.
Alle Spiegel so klar
wie ein See nach großem Regen,
ehe der dunstige Tag
die Bilder wieder verwischt.*

*Nur einmal sterben sie für uns,
nie wieder.
Was wüssten wir je
ohne sie?
Ohne die sicheren Waagen
auf die wir gelegt sind
wenn wir verlassen werden.
Diese Waagen ohne die nichts
sein Gewicht hat.*

*Wir, deren Worte sich verfehlen,
wir vergessen es.
Und Sie?
Sie können diese Lehre
nicht wiederholen.*

*Dein Tod oder meiner
der nächste Unterricht:
so hell, so deutlich,
dass es gleich dunkel wird.*

Hilde Domin

Achtsamkeit

HAB ACHT AUF DICH HAB ACHT AUF MICH

Neugierig verfolgten wir in den letzten Jahren die Entwicklung des Modethemas Achtsamkeit: Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) ist in aller Munde und es scheint das Allheilmittel zu sein für Stressbewältigung, den Weg zur inneren Mitte und zum entspannten Umgang mit dem Nächsten.

Was ist das überhaupt: Achtsamkeit? Im Wörterbuch findet sich dazu: „Rücksicht, Wertschätzung, Anerkennung.“ Und: „Aufmerksamkeit, Beachtung, Fürsorge.“ Jemanden achten bedeutet ihm mit besonderer Aufmerksamkeit und liebevoller Fürsorge zu begegnen. Achtlos sein hieße dagegen einem Menschen ohne Aufmerksamkeit zu begegnen, ihn außer Acht zu lassen, die Fürsorge zu vernachlässigen. Um mehr über dieses Thema zu erfahren, belegten wir einen Kurs bei Silvia Wetzel zum Thema Achtsamkeit und Mitgefühl in Krisen und Übergängen.

Bei der Auseinandersetzung mit der Achtsamkeit wird uns deutlich, dass sie das wesentliche Element des Hospizgedankens ausmacht. Hospizliche Begleitung meint immer den Menschen, ihm gilt die ganze Aufmerksamkeit, ihm gilt die volle Beachtung. Acht haben kennzeichnet die Haltung mit der wir in die Begegnung mit anderen Menschen gehen: Wir sind uns selbst und dem was uns äußerlich umgibt, bewusst und beachten das Hier und Jetzt ohne Wertung. Sterbende Menschen nehmen häufig Elemente der Achtsamkeit wahr. Die Veränderung durch die Erkrankung führt sie oft dahin, dass sie genauer beobachten, was jetzt und hier ist. Wenn überhaupt noch etwas wichtig ist, dann geschieht das jetzt. Dann geht es darum, die Gegenwart in ihrer Art und Weise wahrzunehmen und sich nicht gleich von seinen Ängsten, Gedanken, Gefühlen und Wertungen mitreißen zu lassen.

Aufmerksam wahrnehmen, was gerade ist, nicht (be-)werten, eine akzeptierende Grundhaltung - das sind die wesentlichen Bestandteile der inneren Haltung all derer, die Hospizarbeit



machen. So können sich der sterbende Mensch und seine Angehörigen angenommen, respektiert und gewürdigt fühlen.

Achtsamkeit will alltäglich eingeübt sein. Und der Alltag bietet eine Fülle von Wahrnehmungsmöglichkeiten. So kann ich lernen, das was ich gerade tue wirklich bewusst und ganz zu tun. Wenn ich Zähne putze, dann putze ich Zähne und denke nicht schon an die bevorstehenden Aufgaben oder was gerade war. Ich bin mit meinem Bewusstsein und meiner Wahrnehmung bei dem, was gerade ist.

Wir haben durch Sylvia Wetzel zwei Aspekte zur Achtsamkeit erfahren: Der eine Aspekt ist „Bemerken, was gerade geschieht und erinnern was heilt.“ Der zweite Aspekt ist „erinnern, was wir wollten“.

„Bemerken was geschieht“ bedeutet die bloße Aufmerksamkeit. Diese Aufmerksamkeit kann ein sehr wertvoller Aspekt in unserem Alltag sein: Wenn wir nicht merken, dass wir müde sind, arbeiten wir zu lange. Wenn wir nicht merken, dass wir krank sind, gehen wir über unsere persönlichen Grenzen hinweg. Wenn wir nicht merken, dass wir ungeduldig sind, machen wir unserem Partner Vorwürfe, dass er zu langsam ist.

Bei der Frage: „Wie geht es mir gerade?“ kann ich für einen Moment meine Augen schließen – Spüre ich die verspannten Schultern? Bin ich gerade traurig und deprimiert? Habe ich gerade zu viele Sorgen, die mich beschäftigen? Spüre ich gerade einen Druck am linken Knie? Dabei kann ich innerlich zu mir sagen: „spüren, denken“, ...diese Achtsamkeit kann zu Ruhe und Frieden führen.

Wir bekommen mehr Raum, wenn wir merken, was mit uns selber und den anderen gerade geschieht. Mut, Ausdauer und Vertrauen sind wesentliche Eigenschaften, wenn wir unsere Verhaltensweisen an die unterschiedlichen Situationen, die wir erleben, anpassen möchten.

„Erinnern, was wir wollten“ bedeutet z.B. sich bei der Arbeit nicht in Sorgen und Gedanken zu verlieren. Wir brauchen die Achtsamkeit für unsere täglichen Verrichtungen. Je achtsamer wir sind und je häufiger wir merken, was wir denken, sagen und tun, und je häufiger wir uns erinnern, was wir eigentlich wollten, umso einfacher wird unser Leben. Dann sind wir in der eigenen Präsenz, und können angemessen handeln und reagieren.

Sylvia Wetzel erstellte noch eine These: Achtsamkeit und Muße gehören zusammen. Achtsamkeit

kann sich nur im Ruhe-Modus entfalten, einem Modus, in dem wir frei sind von äußeren Verpflichtungen und relativ frei von inneren Zwängen. D.h. wir haben Zeit und wollen in dieser Zeit gerade nichts anderes tun, als das was wir gerade tun: spazieren gehen, abspülen, aus dem Fenster schauen.

Deshalb:

„Ich brauche keine Millionen, mir fehlt kein Pfennig zum Glück.

Ich brauch nur n bisschen Muße und Musik, Musik, Musik.

Ich liege gern in der Hängematte der Achtsamkeit.

Brauch dazu keine Millionen, nur ein Stück Gelassenheit.“

(Meditationsvers von Agnes Pollner)

Andrea Müller-Götz und Claudia Schumann

Sylvia Wetzel

geb. 1949, ist Publizistin, Meditationslehrerin und Mitbegründerin der Buddhistischen Akademie Berlin. Sie hat zahlreiche Publikationen veröffentlicht. Mit ihrer Art der Reflexion von kulturellen Bedingungen und Geschlechterrollen ist sie eine Pionierin des Buddhismus im Westen.

Achtsamkeit ist das Licht das uns den Weg zeigt

Thich Nhat Han

LIEBER PETER

Die letzten Wochen waren ein ständiges Auf und Ab der Gefühle. Ein eiskaltes Wechselbad zwischen Hoffen und Bangen.

Auch wenn ich tagsüber mit Alltagsdingen beschäftigt war, so kreisten meine Gedanken fast pausenlos um dich. Die Nächte waren unruhig, mehr Schlaflosigkeit als Erholung.

Ich bin in dieser Zeit oft über meinen Schatten gesprungen, in dem ich dich z. B. auch noch nach einer Stunde nervender Warterei auf der Intensivstation besucht habe. Der Besuch im Pflegeheim hat mich große Überwindung gekostet und die ernüchternden Gespräche mit den Ärzten haben an meinen Nerven gezehrt. Auch wenn wir beide keine Freunde großer Worte sind, so war deine erzwungene Sprachlosigkeit erschütternd.

Dann Anfang März der Schock und die niederschmetternde Diagnose: Krebs!!! Unheilbar!!! Ab da machte ich mich langsam auf das Unvermeidliche gefasst.

Als absehbar war, dass man im Krankenhaus nichts mehr für dich tun konnte, beschäftigte uns die Frage: Wohin dann? Nach Hause? Wieder ins Pflegeheim? Und wenn ja, welches? Und plötzlich nahmen wir das grauenvolle Wort in den Mund: Hospiz!!!

Um Licht in unsere nebulösen Vorstellungen zu bringen, besuchten Beate, Claudia und ich das Hospiz in Ulm zu einem Beratungsgespräch. Wir waren beeindruckt von der angenehmen Atmosphäre und den einfühlsamen Menschen, die wir dort trafen. So schrecklich uns der Gedanke anfangs auch vorkam, wir waren uns sicher, dass ein Platz im Hospiz Glück im Unglück bedeuten würde.

Beate und mir fiel es unglaublich schwer, mit dir und Marianne über diesen letzten Schritt zu beratschlagen. Fast erleichtert haben wir dein in der Zwischenzeit vertrautes Nicken zur Kenntnis genommen und uns auch über Mariannes überraschende Zustimmung gefreut. Und als für uns alle erschreckend schnell ein Platz im Hospiz frei wur-

de, überkam uns doch wieder ein mulmiges Gefühl und leise Zweifel... Ist es jetzt schon so weit? Ist es die richtige Entscheidung?

Der Umzug ins Hospiz verlief dann für dich deutlich problemloser und entspannter als für Marianne. Du hast uns mit einem deiner festen Händedrucke in einem schönen, hellen Zimmer begrüßt und wach deine neue Umgebung zur Kenntnis genommen. Bereitwillig hast du dich gleich in die geübten und liebevollen Hände des Pflegers begeben. Während wir uns noch um die Formalitäten kümmerten, hast du dich bei einem Nickerchen von den Strapazen erholt. Als wir um die Mittagszeit gingen, waren wir erleichtert und fast ein bisschen glücklich, in der Gewissheit, dich gut versorgt zu wissen!

Und kaum 2 Stunden später der nächste Schock: Der Anruf von Marianne aus dem Hospiz, dass es dir deutlich schlechter ginge und die Atmung völlig unregelmäßig sei. Das konnten wir fast nicht glauben! War doch noch vor wenigen Stunden alles so friedlich und gelöst. Überstürzt und verunsichert führen Beate, Claudia und ich ins Hospiz, um den plötzlich eintretenden, verschlechterten Gesundheitszustand mit eigenen Augen sehen zu müssen. Erst als die Schwestern dir Morphin spritzten, wurdest du „Zappel-Peter“ ruhiger. Allerdings konntest du weder uns, noch deine Umgebung bewusst wahrnehmen. Tröstlich für uns war nur, dass du keine Schmerzen hattest. Fassungslos mussten wir zur Kenntnis nehmen, dass du, wie die Schwester sagte, „auf dem Weg seist“ und irgendwas von „einigen Stunden“ faselte.

Wie in Schockstarre verharrten wir vor deiner Türe. Mit Grauen erinnere ich mich heute an die rasselnden Geräusche deiner Lunge und die unruhige Atmung mit ewig langen Aussetzern, die uns fast den Verstand raubten. Es war einfach nur zum Davonlaufen. Später besuchten dich noch Norman, Isabell und Stella und gegen 22:00 Uhr sind wir völlig erschöpft, verwirrt und traurig nach Hause gefahren.

Wider Erwarten hat dein Herz die ganze Nacht über kräftig geschlagen, sodass Ma-

rienne, Inge, Claudia und ich uns am 17. April um die Mittagszeit wieder auf dem Michelsberg vor deinem Zimmer trafen. In Gesprächen oder nur in Gedanken versunken verbrachten wir den Tag in deiner Nähe, im oder vor deinem Zimmer und bei herrlichem Sonnenschein auf der Dachterrasse des Hospizes. So unglaublich es klingen mag, aber es hat einfach gut getan, getragen von der Atmosphäre des Hospizes, dich auf deinem Weg zu begleiten und langsam Abschied zu nehmen. Wir haben uns dort sehr wohl gefühlt, gelacht und geweint. Die Schwestern haben uns spüren lassen, es wird alles für dein Wohlbefinden getan und das war sehr beruhigend.

Überraschenderweise habe ich mich dir in dieser Situation sehr nahe gefühlt. Wie im Schnelldurchlauf im Film erinnerte ich mich an gemeinsame Erlebnisse wie den Sonntag morgendlicher Raufereien im Bett, die meistens tränenreich für mich endeten. Daneben die vielen Ausflüge am Wochenende mit befreundeten Familien und die unvergesslichen Tage auf der Hütte oder auch die Urlaube am Meer. In den harten Zeiten nach der Scheidung fand ich bei Marianne und dir immer eine offene Türe und ein warmes Essen. Bei unseren Schachpartien hieß es Schach und Matt für mich, obwohl du ohne Dame, Turm und Läufer gegen mich gespielt hast.

Natürlich schiebt man im Alltag den Tod in die hinterste Ecke seiner Gedanken. Bis man von der Realität gnadenlos eingeholt wird. Und dann kann man sich nicht mehr davor drücken. Dass ich jetzt, so plötzlich, damit konfrontiert werde, und auch ein Hospiz von innen sehe, hätte ich mir nicht träumen lassen. Noch weniger hätte ich erwartet, dass ein Hospiz ein Ort sein kann, an dem man sich aufgehoben, angenommen und geborgen fühlen kann.

So darauf vorbereitet, habe ich die Mitteilung über deinen Tod am 17. April um 21.30 Uhr ein kleines bisschen als Erleichterung und Erlösung empfunden.

Dein Oliver



Was ist Sterben?

Ein Schiff segelt dahin und ich steh und schaue ihm nach, bis es am Horizont verschwindet und jemand an meiner Seite sagt: „Jetzt ist es weg.“ Weg wohin? Nur meiner Sicht entschwunden, das ist alles. Es ist noch genauso groß wie vorher. Die verminderte Größe und die Tatsache, dass ich das Schiff total aus den Augen verloren habe, das liegt nicht am Schiff, sondern an mir, und genau in dem Augenblick, als jemand an meiner Seite sagt: „Es ist weg“, da gibt es andere, die das Schiff kommen sehen, und andere Stimmen rufen freudig aus: „Da kommt es.“ Das ist Sterben.

Bischof Brent

FÜR EIN LEBEN BIS ZUM NATÜRLICHEN ENDE

Der Bundestag debattierte im Herbst 2014 über ein Sterbehilfe-Gesetz. Es würde die Gesellschaft verändern, meint Claudia Schumann vom Hospiz Ulm. Sie tritt ein für ein Leben bis zum natürlichen Ende - mit guter Versorgung. Im Kern gehe es um die Frage: „Wie gehen wir mit alten, gebrechlichen, kranken Menschen um?“

Das Interview mit der Ulmer Hospiz-Geschäftsführerin Claudia Schumann erschien am 22.11.2014 in der Südwest Presse Ulm.

CHIRIN KOLB (SÜDWEST PRESSE)
Frau Schumann, kamen schon Menschen zu Ihnen mit dem Wunsch nach Sterbehilfe?

CLAUDIA SCHUMANN: Im stationären Hospiz nicht, daran kann ich mich nicht erinnern. Unsere Gäste im Hospiz kommen in dem Bewusstsein, dass sie hier ihre letzten Tage und Wochen erleben. Im ambulanten Bereich gibt es die Frage nach Sterbehilfe schon.

Möchten die Menschen dann von Ihnen Hilfe beim Sterben?

Einmal kam ein älterer Mann in die Beratung. Er hatte seiner schwer krebserkrankten Frau versprochen, sie beim Suizid zu begleiten. Als ich ihm sagte, dass wir ihm dabei niemals helfen würden, wurde er richtig sauer. Er wollte dann seine Frau in die Schweiz zur Sterbehilfe-Organisation Exit bringen, aber seine Frau war nicht mehr transportfähig. Das Hospiz blieb als einzige Lösung.

Haben Sie die Frau aufgenommen?

Ja. Schnell stellte sich in Gesprächen heraus, dass die Frau den Tod wollte, weil ihr Mann so sehr unter ihrer Krankheit litt und mit der Pflege komplett überfordert war. Er dachte aber, sie wolle ihr Leiden nicht mehr erleiden - dabei wollte sie nur sein Leiden verhindern. Die beiden hatten dann noch sechs Wochen miteinander: sie gut gepflegt und schmerzfrei, er mit Zeit für sich, um Kraft zu tanken. Beide waren dann sehr dankbar dafür. Mit dem Suizid hätten sie sich die Chance auf einen guten Abschied genommen.

Kommt es häufig vor, dass jemand aus Rücksicht auf Angehörige an Suizid denkt?

Ich glaube weniger, dass jemand den Suizid für sich wählt, weil er in dieser Situation nicht



Claudia Schumann

mehr leben kann und keine Möglichkeit sieht, es zu ändern. Es ist oft eher die Sorge, den Angehörigen oder anderen Menschen zur Last zu fallen.

Soll man nicht selbst bestimmen dürfen, wann sein Leben vorbei ist?

Glauben Sie, dass Menschen den Wunsch haben zu sterben? Ich glaube das nicht. Wer alt oder krank ist und gut gepflegt, wer Ansprache hat und sich geborgen fühlt, wird den Wunsch, seinem Leben selbst ein Ende zu setzen, nicht haben.

Was gehört denn zu guter Pflege?

Schmerztherapie, Symptomkontrolle, aber auch Gespräche, Zuwendung, Wertschätzung, Spiritualität. Menschen spielen schon mal mit dem Gedanken, den Weg abzukürzen. Und natürlich ist es legitim zu sagen: Ich halte das nicht mehr aus. Aber dieser Wunsch geht in den allermeisten Fällen vorbei.

Ist das die Erfahrung, die Sie im Hospiz machen?

Wir bemerken bei unseren Gästen oft in den letzten Tagen eine andere innere Stimmung. Es verdichtet sich spürbar etwas. . .

. . .so als schließe sich ein Kreis?

Genau so. Ich frage mich selbst manchmal: Würdest du das aushalten? Aber die Menschen sind so tapfer, sie gehen ihren Weg zu Ende. Das Sterben, auch das langsame Sterben, gehört zum Leben. Die Menschen, die den Weg abkürzen, nehmen sich etwas.

Das Hospiz ist ein Ort zum Sterben. . .

. . .aber hier wartet man nicht auf den Tod. Es ist Lebenszeit, die die Menschen hier verbringen. Sie finden Ruhe. Aber sie können auch über das Sterben sprechen, und das machen wir. Angehörige kommen, auch mal mit Hund oder Katze, auf

der Dachterrasse schauen die Gäste die Sterne an, und das Lachen gehört auch dazu. Es sind nicht nur ruhige, friedvolle Menschen, die hierher kommen. Viele hadern auch unendlich. Aber es ist immer einzigartig. Es ist Leben bis zum letzten Atemzug.

Aber nicht immer sind sterbende Menschen so rundum versorgt wie im Hospiz.

Ja, wir haben nur zehn Betten. Die Politik muss endlich die Hospiz- und Palliativbewegung besser unterstützen. Es gibt inzwischen viele Möglichkeiten, dem Leiden zu begegnen. Wir brauchen eine bessere palliative Versorgung, flächendeckend, auch daheim, in Pflegeheimen oder auf dem Land. Das wäre eine große Chance für alle, denn wir werden alle mal alt. Der Ausbau der Palliativversorgung ist unser Anliegen.

Ist Sterbehilfe die Antwort auf den Wunsch, Leiden zu vermeiden?

Damit schafft man nicht das Leiden aus der Welt, sondern den Menschen. Die Antwort auf den Suizidwunsch ist eine Herausforderung für die Gesellschaft. Es geht um die Frage: Wie gehen wir mit alten, kranken, gebrechlichen Menschen um?

Keine einfache Frage für eine Leistungsgesellschaft. . .

Autonomie und Selbstbestimmung spielen eine große Rolle in der Gesellschaft. Wir sind ein Haufen von Individualisten. Es wird dabei nicht gesehen, dass wir soziale Wesen sind, die aufeinander angewiesen sind. Die Furcht ist oft: Wenn ich nicht mehr mithalten kann, bin ich wertlos. Ich möchte nicht, dass wir so miteinander leben und nur noch das Leben wertschätzen, das aktiv ist, Nutzen und Leistung bringt.

Wenn ein Gesetz die Sterbehilfe regelt: Hätte das Ihrer Meinung nach Auswirkungen auf die Gesellschaft?

Auf jeden Fall. Der Suizid wäre eine gesetzlich verankerte und damit gesellschaftlich akzeptierte Option.

Würde der Druck auf unheilbar kranke oder alte Menschen steigen, ihrem Leben ein Ende zu setzen?

Ich glaube nicht, dass jemand wegen des Drucks von außen Suizid verübt. Aber es würde sich etwas bewegen, was in schlechteren Stunden vielleicht dazu führt, dass man sich noch schlech-

ter fühlt und sagt: Jetzt will ich nicht mehr. Dass sie den Angehörigen oder der Gesellschaft zur Last fallen, treibt jetzt schon viele alte oder kranke Menschen um. Wir dürfen die Lösung sozialer und struktureller Probleme nicht zur privaten Aufgabe des Einzelnen werden lassen.

Auch viele Menschen, die nicht an Suizid denken, schließen mit einer Patientenverfügung lebensverlängernde Maßnahmen wie künstliche Ernährung aus.

Das ist die hospizliche Haltung: das Leben nicht künstlich zu verlängern, sondern das Sterben anzunehmen und zu begleiten, wenn es gekommen ist. Der frühere Bundespräsident Köhler hat das schön gesagt: Der Mensch soll nicht durch die Hand eines anderen sterben, sondern an der Hand. Dass jemand nicht künstlich am Leben gehalten werden will, ist ein vollkommen akzeptabler Wunsch.

Wird diesem Wunsch entsprochen?

Ja, da hat sich viel getan. Ein Beispiel: Früher hat man versucht, Menschen bis zuletzt zu ernähren. Ernährung am Lebensende belastet aber den Körper und ist unsinnig. Diese Erkenntnis hat sich durchgesetzt.

Ärzte wollen heilen, und der medizinische Fortschritt macht immer mehr möglich. Da dürfte es für viele schwer sein anzuerkennen, dass sie nicht mehr heilen können.

Wenn das Therapieziel nicht mehr Heilung, sondern lindernde Pflege heißt, tun sich viele Ärzte schwer. Ich würde mir wünschen, dass Ärzte diesen Punkt anerkennen und klar benennen. Denn es ist ja nicht so, dass sie nichts mehr für die Patienten tun können. Palliativ kann man sehr viel tun.

Wollen Menschen wissen, dass es zu Ende geht? Oder bleibt die Hoffnung auf Heilung bis zuletzt?

So schwer es ist: Viele Menschen spüren, was Sache ist. Das ist ein Schock. Aber mit einer wirklich guten, klaren Ansage, mit Ehrlichkeit, kann man besser leben als mit bewusst falsch gesetzter Hoffnung. Das gilt auch für Angehörige. Dann kann jeder für sich entscheiden, wie er die letzte Lebenszeit verbringen will. Für manche ist das die Maximaltherapie mit allen Nebenwirkungen, für manche die Palliativtherapie. Jede Entscheidung ist völlig akzeptabel.

ICH FÜHLE MICH GENAU AM RECHTEN PLATZ

Im Hospizhaus Ulm gibt es ganz unterschiedliche Aufgaben, für die hauptamtlich Mitarbeitende verantwortlich sind: unter anderem in der Verwaltung, in der Hauswirtschaft und im Bereich des Hausmeisters.

Wir haben diese vier Menschen danach gefragt, wie sie ihre Arbeit an diesem besonderen Arbeitsplatz erleben: sehr interessante und aufschlussreiche Gespräche sind dabei entstanden...

3 Aufgaben, die Sie hier hauptsächlich auszuführen haben

Gerlinde Wessoly Für das leibliche Wohl der Gäste im stationären Hospiz sorgen, Material für den Hausverbrauch überwachen und beschaffen, Reinigung und Instandhaltung des Hauses und der technischen Anlagen organisieren und z.T. selber durchführen.

Marianne Rogotzki Verantwortlichkeit für die Verwaltung des ambulanten und stationären Hospiz und des Fördervereins, Personalsachbearbeitung, die Mitgliederverwaltung von Hospiz Ulm e.V. und dem HOSPIZ AGATHE

STREICHER Förderverein Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau e.V.

Sabine Herrmann Spendenbescheinigungen schreiben, Abrechnung mit den Krankenkassen fürs stationäre Hospiz, die Hospiz-Akademie verwalten.

Johann Fetzer Aufträge der Chefin (Hauswirtschaftsleitung) erledige ich gerne! Räume für Veranstaltungen vorbereiten, Reparaturen, Gartenpflege, Instandsetzung kaputter Sachen.

3 Dinge/Gegebenheiten die Ihnen hier besonders gut gefallen

Gerlinde Wessoly Ich arbeite mit Menschen für Menschen, das Miteinander von ganz unterschiedlichen Menschen – Mitarbeiterinnen und Ehrenamtliche – macht die Atmosphäre lebendig und leicht.

Dass im stationären Hospiz versucht wird (und das gelingt fast immer) ganz individuelle Wünsche zu erfüllen, sodass die Tage unserer Gäste bis zuletzt lebenswert sind.

Marianne Rogotzki Die enorme Vielfältigkeit meiner Aufgaben. Phantastischer Ausblick auf das Ulmer Münster, die Stadt und wenn das Wetter entsprechend ist, bis zu den Alpen. Die Lebendigkeit im Haus und besonders schön finde ich, wenn Angehörige ins Büro kommen und u. a. kundtun, mit welcher Kompetenz, Achtsamkeit und Individualität sowie mit Geduld und Liebe die Pflegerinnen und Pfleger ihre Aufgaben ausüben.



Gerlinde Wessoly Hauswirtschaftsleiterin seit 2011



Marianne Rogotzki Verwaltungsmitarbeiterin seit 2002

Sabine Herrmann Das faszinierende Team, keine Konkurrenz, Offenheit und Hilfsbereitschaft. Die Aussicht aus dem Fenster im Büro mit Blick über die ganze Stadt! Dass ich mich genau am rechten Platz fühle.

Johann Fetzer Die gute, fröhliche Zusammenarbeit mit der Hauswirtschaftsleiterin. Das tolle Arbeitsklima.

Wenn ich den alten Brunnen im Garten zum Laufen bringe und die Kolleginnen oben am Fenster stehen und mir Beifall klatschen!

3 Wünsche für Hospiz Ulm

Gerlinde Wessoly Dass wir ausreichend Spenden bekommen, denn nur so ist unsere Arbeit möglich. Dass sich viele Menschen für eine Mitarbeit bei uns interessieren und dass Frau Markmiller mit ihrem Sein und Tun uns noch lange erhalten bleibt!

Marianne Rogotzki Dass die Bürgerschaft von Ulm und weit über Ulm hinaus dem Hospiz weiterhin gewogen bleibt. Dass sich die ulmer hospiz akademie weiterhin gut entwickelt und dass unsere Haltung zu Leben und Sterben eine Hilfe für andere Menschen ist.

Sabine Herrmann Das Miteinander soll so weitergehen. Es soll weiter wachsen, damit mir die Arbeit nicht ausgeht! Immer wieder soll etwas Neues entstehen

Johann Fetzer Dass die Leute fleißig spenden!! Dass das Haus voll ist und dass Hospizarbeit in der Öffentlichkeit gut ankommt.

3 Gegenstände, die Sie für Ihre Arbeit immer brauchen.

Gerlinde Wessoly Gute Schuhe, weil ich immer auf den Beinen bin. Notizblock und Stift, weil ich immer notieren muß, was zu tun ist und den Generalschlüssel.

Marianne Rogotzki Brille, PC, Telefon.

Sabine Herrmann Meinen PC, meine schöne Bürotasche, das Telefon.

Johann Fetzer Kein Handy, das kann ich nicht leiden! Den Generalschlüssel, kräftige Schuhe.

3 Wünsche, die Sie für sich selber haben

Gerlinde Wessoly Zufriedenheit, Zeit für Bewegung in der Natur und Freude an der Schöpfung! Im Team hier soll es so bleiben wie es ist.

Marianne Rogotzki Ich habe nur einen Wunsch und zwar mit einem Raumschiff durch die Galaxien düsen.

Sabine Herrmann

Dass das Betriebsklima so bleibt. Enkelkinder (mein Sohn heiratet demnächst). Gesundheit zum Motorrad fahren!

Johann Fetzer

Gesund und fröhlich bleiben. Sport treiben: Wandern, Tennis, Skifahren. Mehr will ich nicht sagen!

Die Fragen stellte *Dorothea Kleinknecht*



Sabine Herrmann Verwaltungsmitarbeiterin seit 2014



Johann Fetzer Hausmeister seit 2010

UNSER KOMPAKTKURS IN BONN

Im Jahr 2014 konnten Birgit Fredl, zuständige Sozialpädagogin für das stationäre Hospiz und ich, Martina Seng, Pflegedienstleitung, uns gemeinsam zur psychoonkologischen Beraterin ausbilden lassen.

Die sieben Einheiten fanden immer berufsbegleitend von Freitagmorgen bis Sonntagabend statt. Freitag war bei einem Blockwochenende für uns immer ein langer und anstrengender Tag, der früh um 4.40 Uhr, meist noch sehr müde, mit der Zugfahrt nach Bonn begann. Sonntag kamen wir spät abends wieder zurück, mit einem großen Ordner voll neuer Ideen und Informationen!

Im Kurs konnten wir vieles zum Thema Kommunikation vertiefen. Wir haben verschiedene Möglichkeiten zur Krisenintervention und Traumaverarbeitung kennengelernt; kennen nun Strategien und Übungen, die uns bei unserer täglichen Arbeit und den vielen unterschiedlichen Gesprächen hilfreich sind.

Warum haben wir diese Weiterbildung denn gemacht?

In den letzten Jahren konnten wir beobachten, dass sich die Gesprächsinhalte bei Anfragen verändert haben. Der Bedarf von Angehörigen und Betroffenen nach ausführlichen Gesprächen ist stark gestiegen. Dabei suchen diese Menschen keine lockere Unterhaltung. Sie befinden sich in einem Ausnahmezustand, wenn sie mit einer Hospizanmeldung einverstanden sind und zum Gespräch kommen.

Wir sind immer weiter weggekommen von den reinen Informationsgesprächen über Möglichkeiten der Versorgung und Behandlung für die letzte Lebensphase, oder von der Frage: Was heißt eigentlich palliative Pflege und Palliativmedizin?

Unterstützende Gesprächsangebote bei einer Krebserkrankung, die nicht nur auf Informationsweitergabe beschränkt sind, scheinen zunehmend zu fehlen. Knapp 40% der Menschen werden durch die Diagnose

Krebs traumatisiert, genauso viele Menschen leiden an behandlungsbezogenen Ängsten und manifesten Depressionen. Gerade deshalb ist es in der Zeit der Therapie für viele Betroffene und deren Angehörige wichtig, Beistand zu bekommen. Es muss eine Art der Unterstützung geben, wie zuhören, Ängste verstehen und ernst nehmen! Die notwendigen Informationen sollen auf eine Art vermittelt werden, die Betroffene aufnehmen oder verstehen können, denn für sie ist das eine potenziell lebensbedrohliche Situation!

Diesen Gesprächen kommt eine noch größere Bedeutung zu, wenn es keine weiteren Therapien mehr gibt, sondern wenn klar wird, dass keine Heilung mehr möglich ist.

Nicht für alle Menschen ist psychologische Hilfe notwendig, aber um zu erfahren, wer Unterstützung braucht, muss ich Zeit haben und herausfinden, wie die schwerstkranken Menschen reagieren, welche Wünsche, Hoffnungen und Ziele haben sie für sich selbst und für ihre Angehörigen oder Freunde, was bedeutet für diese Menschen Lebensqualität, was macht Angst, was ist noch zu tun? In welcher Lebenssituation steht der/die Erkrankte, gibt es Kinder, die den Verlust eines Elternteils verkraften müssen? Kommen noch finanzielle Schwierigkeiten dazu? Ist die Arbeitsstelle sicher, trotz steigender Fehl- und Krankzeiten der betreuenden Person? Welche Erwartungen haben die versorgenden Personen an das Umfeld oder der Erkrankte selbst?

Es gibt viele weitere Aspekte, die hier nicht mit aufgeführt sind, ich möchte hier nur deutlich machen, wie groß das Spektrum an Sorgen und Belastungen sein kann, die jemand im Gepäck hat, der ins Hospiz kommt, um sich zu informieren.

Hier wird deutlich, dass es nicht nur um die Frage geht: „Wie ist es im Hospiz?“ Es ist vielmehr so, dass wir häufig hören: „Ich hab niemanden mit dem ich reden kann, der mich richtig aufklärt, die im Krankenhaus haben nie Zeit; ich weiß gar nicht genau, was denn auf mich zukommt, das schaffe

ich zu Hause nicht; gestern haben sie uns gesagt, dass keine Therapie mehr stattfindet und dass die Entlassung geplant werden muss“...

Hier geht es zuerst einmal um Information, so klar und kurz wie möglich, danach geht es um die Sorgen und Ängste, ums Zuhören, manchmal auch um das gemeinsame Lesen eines Arztbriefes und das Verstehen des Inhaltes. Dabei zeigt sich schnell, dass sich jeder Mitbetroffene im System auf einem unterschiedlichen Verarbeitungsstand befindet.

Es kommen aber auch Menschen, die sehr gut informiert sind – das Internet macht es möglich!

Aber trotz aller Fakten und Informationen zur Erkrankung kommen Ängste, Schwierigkeiten, Komplikationen und Sorgen, für die es im Internet keine Lösung gibt.

Auch die Belastungen der Menschen und ihrer Angehörigen und Freunde, die im stationären Hospiz versorgt werden, haben sich verändert. Die pflegerische Versorgung ist schwieriger durch die Komplexität der Symptome, die medizinische Betreuung und dadurch auch die Anforderungen an die Pflegenden sind aufwendiger. Begleitende Gespräche oder Kriseninterventionen sind häufiger notwendig und wichtig geworden.

So haben wir versucht, auf diesen veränderten Bedarf zu reagieren, uns als Ansprechpartnerinnen zuzuordnen, um so immer wieder, teils unterstützend und begleitend, aber auch korrigierend einzugreifen.

Wir wünschen uns, dass es gelingen kann, die letzte Zeit mit Lebensqualität und Zuwendung so wertvoll zu gestalten, dass das Sterben und der Tod auch für die Angehörigen auszuhalten ist.

„Bedenk, den eignen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der anderen muss man leben.“ (M. Kaleko)

Martina Seng und Birgit Fredl



*Leis verhaalet s' Obedläuta ond dr Dag
mit seiner Hatz, legt jetzt s' Gschirr ond
s' Gschäft uf d' Seita, macht em Feiero-
bed platz.*

...wird mir schon öfters fehlen FÜR ANDERE DA ZU SEIN

Liebe Weggefährten einer gesegneten Zeit.

Es war Fügung, als ich einen sinnvollen Einsatz für mein Pensionärsdasein suchte und die Pfarrgemeinde St. Georg fürs Anna-stift Nachtwachen suchte. Ich wusste damals zwar nicht, wie sehr sich bei mir Neigung und Tätigkeit gefunden hatten, aber es war nur Glück.

Ich muss jetzt nicht auflisten, was die Zeit so gesegnet machte. Diese Erfahrung haben wir ja alle gemacht. Es würden mir auch viel zu viele Begebenheiten dazu einfallen. Aber ich werde z. B. beim Psalm 23 immer daran denken, als ich ihn auf Bitten seiner Tochter am Sterbebett ihres Vaters vorlas und als ich zu Ende war, sie mit einem ganz getrösteten Gesicht sagte, dass ihr Vater während des Vorlesens gestorben sei. Oder dass eine Sterbende beim Beten die Augen weit aufmachte, still die Hände faltete und dann ganz ruhig die Augen schloss und heimging.

Dass es jetzt zu Ende ist, wird mir schon öfters fehlen, das für andere da zu sein in doch besonderen Augenblicken. Und die gut 20 Jahre sind im Nachhinein wie ein Augenblick.

Dass das Alter recht gnädig mit mir war/ ist, dafür bin ich schon dankbar... wenn man von Falten und anderen gräuslichen Äußerlichkeiten absieht. Früher hätte man vielleicht die Altweibermühle in Trippsdrill noch eingeschaltet. Aber das funktioniert offensichtlich auch nicht mehr zuverlässig. Also trage ich das nicht so Passende mit Gelassenheit, auch das Zurücklassen von Vertrautem und bin dankbar für das, was ich hab.

Und da wir Schwaben ja sehr heimatverbunden sind, noch ein kleiner, geschichtlicher Diskurs... aufs Alter bezogen: Als Graf Eberhard der Greiner 1367 das 1. Mal in Wildbad zur Kur war, wollte man ihm „ans Leder“. Da

musste er Hals über Kopf fliehen. Der Chronist schreibt darüber „der 50jährige GREIS konnte über Zavelstein entkommen.“

Einen jüdischen Reisesegen will ich anfügen: „Behüte uns vor aller Gefahr, die uns auf dem Weg bedroht. Bewahre uns vor Unfall und vor Unglück. Lass uns Barmherzigkeit vor deinen Augen finden, Verständnis und Freundlichkeit bei allen, die uns begegnen.“

Und mit Shakespeares will ich Behüt Gott sagen:

„Wenn wir uns wiedersehen lächeln wir, wenn nicht, so sei der Abschied wohlgeraten.“



Leoni

Der Vollständigkeit halber hier noch das ganze Gedicht von Sebastian Blau:

*Ond ma hocket noh a s' Stöndle uf dr
Gaß duß vor em Haus,
mit de Nochber uf em Bänkle macht en
Schwätz ond gruabet aus.*

*Hots von deam ond hots vo sellem, was
halt so em Städtle geit
s' Gschäft ond s' Wetter ond vorällem
schwätzt ma a bißle über d' Leit.*

*Ond ma hocket bis dui Pfeifa nemme zu-
iht ond nemme brennt, ond am Obedhem-
mel doba, dNacht de erste Stern a'zendt.*

Kurs 23

12 Lernende, 2 Lehrende, 1 Idee. In Ulm, um Ulm und um Ulm herum gibt es 12 Menschen die alle mitten in ihrem Leben stehen. Sie haben Partner, Kinder, Enkel, Freunde und Haustiere. Sie üben Berufe aus und haben die verschiedensten Hobbies. Es sind Frauen und Männer im Alter von 31 bis 65 Jahren – alle ganz und gar verschieden. Sie haben jedoch trotzdem alle etwas gemeinsam. Vor ein paar Monaten hatten alle eine Idee, einen Impuls, ein Bedürfnis, das sie veranlasste sich auf den Weg zu machen, sich zu treffen und in den Austausch zu treten. Sie wollten über ihre Bedürfnisse und Fragen Klarheit erhalten.

Als sie sich zum ersten Mal trafen wussten sie bald was es war das sie miteinander verbindet. Sie fanden sich alle im Hospiz Ulm wieder, wo sie von kundigen und weisen Frauen angenommen und eingewiesen wurden. Die Gewissheit das Richtige zu tun breitete sich aus.

Miteinander wird nun Woche für Woche geübt und vertieft, was man als ehrenamtlicher Hospizhelfer mitbringen sollte. Es sind Qualitäten wie Geduld, Respekt, Wahrhaftigkeit und die tiefe Liebe zu den Menschen und in das Leben.

Ganz herzlichen Dank an Andrea, Imogen, Karen und Margaretha! Ihnen und all den anderen Menschen die ihr Wissen und ihre Erfahrung bereitwillig mit uns geteilt haben. Sie haben uns liebevoll und geduldig für die Hospizarbeit vorbereitet.



Uschi Loleit



Elmar Weber



Regina Rieger



Monika Kanta



Claudia Fischer-Leinmüller



Barbara Heinkel



Sabine Schlegel



Margarete Haizmann



Barbara Weiß



Ursula Frühe



Michael Kuczera



Simone Stadtfeld



**DAS SCHICKSAL
IST EIN MIESER
VERRÄTER**

John Green

Ein Jugendbuch, das sich in nie dagewesener Art mit Krankheit, Liebe und Tod beschäftigt.

dtv Taschenbücher Bd.62583

Junge Menschen in der zweiten Hälfte der Pubertät sind voller Erwartungen und Hoffnungen auf ihr weiteres Leben, das nach ihrem Empfinden da erst richtig beginnt. Wenn sich hier eine zerstörerische Krankheit einschleicht, entsteht damit eine besonders schwerwiegende Herausforderung für die Betroffenen und deren Familie und die Freunde. Der Umgang krebskranker Jugendlicher mit ihrer Krebskrankheit – das ist das Thema dieses Buches – , verpackt in eine anrührende und vielschichtige Geschichte.

Der Text ist als Jugendbuch deklariert, ist aber weit mehr als das. Das Geschehen spielt in einer mittleren amerikanischen Großstadt in gehobenen bürgerlichen, konservativen Kreisen. Die sechzehnjährige Hazel leidet an einem Krebs mit Lungen voller Metastasen. Sie lernt in einer (von ihr ungeliebten) kirchlichen gruppentherapeutischen Gesprächsrunde Augustus kennen. Dieser etwas Ältere ist beinamputiert wegen eines bösartigen Knochentumors. Zwischen den beiden entwickelt sich eine zarte, bittersüße Beziehung.

In Hazels Gedankenwelt spielt ein Kultroman mit philosophischem Hintergrund eine große Rolle: „Fast wie eine Bibel ist das für mich“ sagt sie. Während sich die Krankheit wie ein böses Ungeheuer weiter anschleicht und sie tapfer gegen die zunehmende Atemnot ankämpft, erlebt sie eine herbe Enttäuschung mit dem von ihr verehrten Buchautor.

Über der hinreißend geschilderten Liebesbeziehung zwischen Hazel und Augustus wird „vom Schicksal in verräterischer Weise“ deprimierende Bitternis ausgegossen. So empfinden das die Liebenden, die trotzdem glücklich sind, sich gefunden zu haben. Sie leben wie in einem bösen Traum und versuchen sich von den entmutigenden Umständen möglichst wenig stören zu lassen. Dies kann naturgemäß nur schlecht gelingen; sie können jedoch ein wenig Gelassenheit und Akzeptanz gegenüber ihrer Krankheit erreichen.

Das alles wird erzählt in einer schnörkellosen präzisen Sprache, die dank einer gelungenen Übersetzung aus dem amerikanischen den alterstypischen Jargon amüsant wiedergibt. Gut erkennbar sind die Entwicklungsphasen, die diese jungen Menschen im Umgang mit der tödlichen Bedrohung durch Krebs durchlaufen: Vom Nichtwahrhabenwollen am Anfang über z.T. heftige Aggressionen bis hin zum sich Hineinfügen ins Unvermeidliche der Krankheit.

Diese traurige Geschichte ist spannend, einfühlsam und humorvoll erzählt. Die 335 Seiten des Taschenbuches sind schnell gelesen. Sie werden den meisten Menschen noch lange im Gedächtnis bleiben.

Der Autor hat für dieses und andere seiner Bücher zahlreiche Literaturpreise erhalten.

Volkhart Brethfeld

SPENDEN AKTION

Liebe Claudia, liebe Hospiz-Mitarbeiter,

08.01.2015

heute überbringe ich dem Hospiz Ulm einen Umschlag mit 405,00 Euro. Dieser Umschlag wurde mir vor Weihnachten übergeben. Es gibt hierzu eine kleine Geschichte, die ich kurz erzählen möchte.

Einsingen, Nebentammtisch im Gasthof zum Rappen

Es sind ein paar Freunde dort versammelt. Auf dem Tisch liegt ein 1-ct-Stück. Da fällt es einem der Freunde ein, diesen Cent zu verdoppeln. Der nächste meint dann, er verdoppelt dann doch auch ...Der eine oder andere Bekannte kommt noch hinzu und so legt immer einer in der Runde den doppelten Betrag von dem vorhergehenden auf den Tisch.

So geht das eine Weile bis einer dann meint, was sie mit dem Geld denn gedenken anfangen zu wollen. (Allzu viel liegt nicht da, aber trotzdem).

Es werden ein paar Vorschläge gemacht, eine Spende an den einen oder anderen Einsinger Verein wird in Erwägung gezogen. Bis jemand spontan auf den Gedanken kommt, es dem Hospiz zukommen zu lassen.

Und plötzlich waren alle Feuer und Flamme.

Jetzt fielen nicht nur kleine Münzen auf den Tisch sondern schon größere und auch der eine oder andere Schein. Und dieses Unterfangen machte die Runde.

Die Frage war dann zwischendurch, wie das Geld denn nun zum Hospiz käme. Da fiel der Wirtin ein, dass ich ja dort ehrenamtlich tätig wär und die Lösung doch hier läge...

Anderntags war ein kleines Kirchenkonzert. Auf dem Kirchplatz wurden die Initiatoren angesprochen (ging schon rum im Dorf) und gerne noch der eine oder andere Schein zu dem bereits aufgelaufenen Betrag dazugelegt.

So freue ich mich jetzt sehr, diesen schönen Betrag – praktisch aus dem „Nichts“ geboren – dem Hospiz übergeben zu dürfen.

Was noch schön ist bei dieser Angelegenheit, dass keiner fragen musste, „was ist das Hospiz“. Es war ganz klar, was diese Institution ist und leistet. Diese Info habe ich von einem der Initiatoren bekommen.

Meine persönliche Bitte hierzu wäre:

Ein paar Zeilen vom Hospiz an die Nebentammtisch-Gruppe. Die würden sich ganz sicher darüber freuen. Und diesem Anschreiben wäre garantiert eine ganze Zeit lang ein Ehrenplatz in der Gaststätte gewiss.

Herzliche Grüße

Carola Felk-Häussler

ES FEHLT ETWAS

Am Rande einer Mitgliederversammlung berichtet mir Herr W. von einer bezaubernden Begebenheit. Herrn W.s Hobby ist seine große Märklin Modelleisenbahn. Seine Anlage verfügt über einiges an Zubehör, es gibt auch ein ganzes Dorf mit Bahnhof, Schule, Gaststätte, Kirche und Rathaus.

Eines Tages kam seine 9-jährige Nichte zu Besuch. Ihr Großvater ist vor einiger Zeit im Ulmer Hospiz verstorben, und sie hat ihn, als er dort zu Gast war, öfter besucht und Zeit mit ihm verbracht.

Herr W. zeigte seiner Nichte die Modelleisenbahn und sie bestaunte sie lange. Dann schaute sie Herrn W. an und meinte: „Aber das Wichtigste fehlt doch.“ Herr W. fragte verwundert was denn fehle und das 9-jährige Mädchen antwortet: „Das Dorf hat kein Hospiz!“

Schnell wurde vor dem größten Haus des Dorfes ein Krankenwagen aufgestellt und Herr W. und seine Nichte einigten sich darauf, dass dies von nun an das Hospiz des Dorfes war.

Claudia Schumann

ZAHLENSPIEGEL FÜR 2014

EHRENAMTLICHE INSGESAMT	133	MITARBEITENDE
Begleitungen gesamt	178	Personen
Ambulant	36	Personen
Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst	8	Familien
In Heimen	58	Personen
In Krankenhäusern	14	Personen
Im stationären Hospiz	49	Personen
Trauerbegleitungen	13	Personen
EA-Stunden insgesamt	14173	Stunden
Im ambulanten Bereich	1348	Stunden
Im stationären Hospiz	5037	Stunden
In anderen stationären Einrichtungen	890	Stunden
Einsatzleitung	2247	Stunden
Trauerarbeit	494	Stunden
Hospizcafé	416	Stunden
Fortbildung und Öffentlichkeitsarbeit	701	Stunden
Arbeitskreise, Supervisionen und Hospiztreffs	1467	Stunden
Vorstands- und Hintergrundarbeit, Impuls	1573	Stunden
Beratungsgespräche mit HA im ambulanten Bereich	267	
davon ambulanter Kinder- Jugendhospizdienst	54	
davon Trauerberatung	76	
Stationäres Hospiz		
Auslastung 2014	90.5	%
Anmeldungen	487	Personen
Tatsächliche Aufnahmen	150	Personen
Belegtage	3302	Tage
Öffentlichkeitsarbeit insgesamt	227	Veranstaltungen
Hospizidee allgemein	44	Veranstaltungen
Stationäres Hospiz	25	Veranstaltungen
Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst	9	Veranstaltungen
Patientenverfügung	8	Veranstaltungen
Infostände	5	Veranstaltungen
Trauer	5	Veranstaltungen
Akademieprogramm	131	Veranstaltungen
Hospiz Café - Besucher	840	Personen
Impuls der Stille - Besucher	391	Personen
Trauercafé - Besucher Ulm	47	Personen
Trauer Café - Besucher Neu-Ulm	13	Personen

Aus dem Vorstand

DAS JAHR 2014

Gerne übernehme ich wieder die Aufgabe im neuen Rundbrief aus der Arbeit des Vorstandes zu berichten.

Ich möchte mich nicht unbedingt wiederholen, aber auch im vergangenen Jahr gestaltete sich die Zusammenarbeit innerhalb des Vorstandes und der Haupt- und Ehrenamtlichen vorzüglich – getragen von Vertrauen untereinander und gemeinsam von der Liebe zur Aufgabe.

Anlässlich der 23. Mitgliederversammlung am 1.7.2014 wurde Frau Johanna Kienzerle in den Vorstand als Beisitzerin gewählt. Sie nimmt damit den Platz des verstorbenen Hans-Ulrich Staigers ein. Die Diplom-Kauffrau und freiberufliche Ulmer Unternehmerin ist eine große Unterstützung auch in den planerischen und wirtschaftlichen Bereichen.

Schwerpunkte des Jahres 2014 waren die Neustrukturierung des Internetauftrittes und die weitere Entwicklung der Ulmer Hospiz Akademie. Diese bekam eine eigene Homepage mit ausführlichem und übersichtlichem Terminplan. 227 Veranstaltungen im Jahr 2014 und die steigenden Besucher- und Teilnehmerzahlen sind Beleg dafür, dass die Ulmer Hospiz Akademie bei den Bürgern angekommen ist.

Die Mitgliederaktion 1+1 war recht erfolgreich. Wir konnten viele neue Mitglieder gewinnen und sind derzeit auf dem Stand von 878 Mitgliedern bei Hospiz Ulm e.V., dazu kommen rund 100 Mitglieder beim Förderverein Hospiz Agathe Streicher e.V. Fast 1.000 Menschen zeigen sich so solidarisch mit dem Hospizgedanken und dem Hospizhaus in Ulm, dafür sind wir sehr dankbar.

Wie jedes Jahr war es Aufgabe des Vorstandes die Entwicklung der Hospizarbeit im Auge zu behalten, um die nächsten Schritte einzuleiten und die Weichen zu stellen. Was umso mehr Spaß macht, wenn man mit einem hochmotivierten und engagierten Team zusammenarbeitet.

Es ist ein deutlicher Anstieg der individuellen Beratungen und Hilfestellungen bei der Auswahl und Inanspruchnahme von Leistungen

der Palliativ- und Hospizversorgung festzustellen.

- Beratung bei Entscheidungen in Fragen zur ärztlichen Behandlung bzw. Behandlungsabbruch, Ernährung, Flüssigkeitsgaben
- um psychosoziale Entlastung für Kranke und Angehörige
- um Hilfe bei der Erstellung eines Vorsorgeplanes Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung
- Trauerberatung

Öffentlichkeitsarbeit: Es geht darum, die vielfältigen Versorgungs-, Betreuungs- und Hilfsangebote vorzustellen, die Unterstützung und Begleitung Sterbender zuhause.

Unter anderem beschäftigte sich der Vorstand auch mit der aktuellen Fragestellung zum assistierten Suizid.

Sigrid Markmiller

IMPRESSUM

REDAKTION Volkhart Brethfeld,
Andrea Jacob, Dorothea Kleinknecht,
Wolfgang Müller, Andrea Müller-Götz,
Claudia Schumann, Martina Seng,
Erika Staudenmaier, Karen Strehler.

FOTOS Andrea Jacob,
Wolfgang Müller, Claudia Schumacher,
Martina Seng, Karen Strehler,
Südwest Presse Ulm, privat,
Archiv Hospiz Ulm.

HERAUSGEBER Hospiz Ulm e.V.
Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm
Telefon: 0731 509 733-0
Fax: 0731 509 733-22
kontakt@hospiz-ulm.de
www.hospiz-ulm.de

SPENDENKONTO Sparkasse Ulm
Konto Nr. 286783, BLZ 630 500 00

GESTALTUNG Wolfgang Müller

DRUCK digitaldruck.leibi.de

ERSCHEINUNGSWEISE jährlich

welche wohltat
einmal auch sagen zu dürfen:
nein er war nicht tüchtig
und wechselte oft die stelle
nein er war nicht fleißig
und arbeitete nur
sofern es nicht anders ging

sonst aber
las er lieber SPORT oder PLAYBOY
setzte sich nachmittags schon ins kino
(EDDIE CONSTANTINE war sein liebling)
schlürfte cognac in straßencafés
meditierte die anmut der frauen
oder die tauben am turm

im frühling fuhr er
durch zart- und frechgrünes land
den sommer verlag er
gut geölt und behaglich im schwimmbad
später im herbst dann streifte er
manchen stillen waldrand entlang
ehe er für den winter
eine beschäftigung suchte
und eine freundin
weil er die festferientage
nicht allein zu verbringen liebte

welche wohltat
in einer welt
die vor tüchtigkeiten
aus den fugen gerät;
ein mann der sich gute tage
zu machen wußte
ehe nach einigen bösen
jetzt
der letzte tag für ihn kam

Kurt Marti

