

RUNDBRIEF



Jubiläumsausgabe

INHALTSVERZEICHNIS

Geschichte der Hospizbewegung	6
Ulmer Geschichte	8
Die Ulmer Hospizbewegung	9
Danke	17
Organisationsstruktur	18
Das Hospiz in Zeiten der Corona- Pandemie	19
Gabriele Sommer	21
Wachsen an der Herausforderung	23
Nachruf	27
Die Hospizakademie	28
Ulmer Hospizwege 3	32
Wie geht es weiter mit dem Ehrenamt	33
Qualifiziertes Pflegeteam	36
Sozialdienst im Stationären Hospiz	38
Ein neues Aufgabengebiet	39
Jeden Mittwochnachmittag im Hospiz	40
Hospizchor Ulm	41
Wir machen den Rundbrief	43
Der Hospiztreff	44
Wir sind die Neuen	44
Hospizarbeit kann trotz Corona gelingen	46
Es ist genug es sei also gestorben	47
Menschen im Hospiz	49
Warum trauern wir überhaupt	52
Trauertatoos	56
Trauer in der Musik	57
Angst vor dem Alter	58
Buchbesprechung	60
Buchbesprechung eines Theaterstückes	61
Leben bis zuletzt	62
Zahlenspiegel für 2020	63

EDITORIAL

Wieder können wir ein Jubiläum feiern!

Unser Verein besteht nun seit 30 Jahren, das Hospiz Agathe Streicher seit 20 und unser Kinder- und Jugendhospizdienst seit 15 Jahren.

Wir blicken auf bewegende Zeiten zurück:

30 Jahre Ideenreichtum und tatkräftiges Umsetzen, Zumutung und Herausforderung, Beständigkeit unserer Arbeit und dennoch stets bereit, uns auf Veränderungen einzulassen – das zeichnet diese 30, 20 und 15 Jahre aus. Hospiz Ulm ist eine wichtige und notwendige Institution geworden, die aus Ulm nicht mehr wegzudenken ist!

Das ist uns einen besonderen Jubiläumsrundbrief wert: voller Erinnerungen, persönlich Erlebtem, Anregendem, und auch Zukunftsweisendem.

„Da - sein, wenn es schwer wird“

das ist der Grundsatz, das Versprechen von Hospiz Ulm. Dieses Versprechen einzuhalten, war in der durch Corona bestimmten Zeit wirklich nicht leicht. Fast täglich veränderten sich die Bedingungen, unter denen wir unseren vielen Anfragen und Aufgaben nachkommen wollten. Sie finden in diesem Rundbrief ausführliche und eindrucksvolle Berichte über den Hospiz- Alltag in Zeiten von Corona und können sicherlich mitfühlen, welche Gratwanderung dieser Alltag für uns bedeutete.

„Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße“: also gehen wir weiter!

Wir hoffen, auch in diesem Jahr mit unserem Rundbrief alle Mitglieder, Freundinnen und Freunde, unterstützende und interessierte Mitmenschen anzusprechen und so die Arbeit von Hospiz Ulm freundlich mitzutragen.

Dafür danken wir Ihnen und Euch sehr!

Dorothea Kleinknecht

IMPRESSUM

REDAKTION Almut Holdik-Probst,
Dorothea Kleinknecht, Wolfgang Müller,
Elli Pfarr, Katharina Gräfin Reuttner,
Ulrike Sauer, Claudia Schumann,
Otwin Schwarzenbach, Erika Staudenmaier,
Marion Weidenfeld.

FOTOS Wolfgang Müller,
Marion Weidenfeld, 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

IBAN: DE 176305 0000 0000 286783
Sparkasse Ulm
SWIFT-BIC: SOLADES1ULM

GESTALTUNG Wolfgang Müller

DRUCK digitaldruck.leibi.de

ERSCHEINUNGSWEISE jährlich

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, liebe Mitglieder,
liebe Freundinnen und Freunde von Hospiz Ulm,

vor 30 Jahren setzte eine Handvoll engagierter Frauen – angeregt von der Pionierin Irmgard Ebert – eine Bewegung in Gang, für die wir heute dankbar und glücklich sind. Sie haben eine solide Basis geschaffen, so dass unsere Hospizarbeit heute auf einem stabilen Fundament steht und helfend in der Region Ulm und Neu-Ulm verankert ist. Diese Entwicklung war nur möglich durch die tatkräftige Unterstützung von kommunaler, kirchlicher Seite, sowie bürgerschaftlichem Engagement. Allen sind wir von Herzen dankbar: für treue Solidarität, spürbares Vertrauen und gelebte Hilfsbereitschaft, die von Herzen kommend uns den Rücken stärkt.

Drei kräftige Säulen tragen die Hospizarbeit in Ulm:

Der Verein Hospiz Ulm e.V., der das operative Geschäft verantwortet,

der vor 20 Jahren gegründete Förderverein Hospiz Agathe Streicher e.V., ohne den wir die finanzielle Last niemals stemmen könnten

und die Ulmer Hospiz Stiftung, die für das schützende Dach sorgt, unter dem sich alle Dienste des Hospizes vereinen.

Wir, die Vertreter dieser drei Säulen, stehen für die Umsetzung der Hospizidee, für die Verknüpfung aus palliativmedizinischer, pflegerischer und sozialer Versorgung, einschließlich seelisch-geistiger Begleitung unserer Gäste. Hospizarbeit begreift Sterben als Teil des Lebens, eines Lebens, das dem Tod vorausgeht.

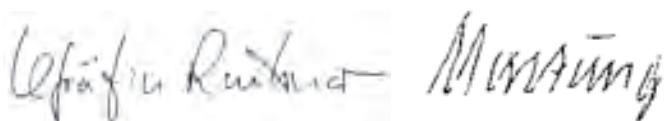
Wissend um unsere Verantwortung, werden wir uns auch in Zukunft- in Zeiten demographisch und gesellschaftlich bedingter Veränderungen - für die Weiterentwicklung von Hospiz und Palliative Care einsetzen.

Dies geschieht deshalb so gut, weil wir ungewöhnlich engagierte Mitarbeiter*innen im Haupt- und Ehrenamt haben, die auch in den schweren Zeiten der Coronakrise ihren wichtigen Beitrag geleistet haben. Ihnen gebührt unser großer Dank und ebenso allen Mitgliedern von Hospiz Ulm e.V. für ihre Verbundenheit und Treue.

Seit 30 Jahren ist Hospiz Ulm Teil einer sorgenden Gemeinschaft in der Region. Das muss gefeiert werden. Wir laden Sie herzlich zur Jubiläumsfeier am 14.10.2021 im Ulmer Stadthaus ein und freuen uns auf Sie.

Mit aufrichtigem Dank und herzlichen Grüßen,

Ihre



Katharina Gräfin Reuttner
1. Vorsitzende
Hospiz Ulm e.V.



Dr. Götz Hartung
1. Vorsitzender
Förderverein Agathe Streicher



Dr. Klaus Großpeter
1. Vorsitzender
Kuratorium Ulmer Hospiz Stiftung

Grußwort 30 Jahre Hospiz Ulm e.V.

Menschenwürdig bis zum Tode zu leben, selbstbestimmt und eigenständig, sind existenzielle Wünsche. Auch wenn Sterben und Tod vielfach einem Tabu unterliegen, sind die damit verbundenen Fragen und die Konfrontation mit der eigenen Sterblichkeit jedoch geblieben.

Humanes Sterben und Sterbebegleitung sind so zu einer gesellschaftlichen Herausforderung geworden. Dieser Herausforderung stellen sich die Hospize mit ihrer Arbeit. Die mittlerweile weltweite Hospizbewegung nahm ihren Anfang in den 60er-Jahren um Bedingungen zu schaffen, die die Bedürfnisse Sterbender in den Mittelpunkt stellen.

Auch der Verein Hospiz Ulm e.V., der auf eine inzwischen 30-jährige Tätigkeit zurückblicken kann, hat sich dieser Maxime verschrieben. Meine besten Wünsche gelten den engagierten Menschen, die mit ihrem Einsatz dazu beitragen, Schwerstkranken, Sterbenden und ihren Angehörigen in dieser Lebensphase Würde und Selbstbestimmung zu ermöglichen. Sie zeigen, was es bedeutet, Sterben als normalen Prozess zu betrachten und damit das Leben zu bejahen.

In den vergangenen Jahrzehnten ist es auch durch ihre Arbeit gelungen, Hospize in das Netz der Gesundheitseinrichtungen zu integrieren und den Hospizgedanken bei den Bürgerinnen und Bürgern zu verankern. Trotz der mittlerweile hervorragenden Akzeptanz ist weiteres Engagement seitens der Bevölkerung notwendig. Dem Hospiz Ulm e.V. wünsche ich auch für die Zukunft Kraft und Mut bei seinem Wirken.



A handwritten signature in black ink, which reads "Gunter Czisch". The signature is written in a cursive, flowing style.

Gunter Czisch
Oberbürgermeister der Stadt Ulm

Liebe Leserinnen und Leser,

das Hospiz feiert Jubiläum – gerne feiere ich mit!

30 Jahre Hospiz Ulm e.V.

20 Jahre stationäres Hospiz Agathe Streicher

15 Jahre ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst

Hinter diesen beeindruckenden Zahlen stehen beeindruckende Akteure und viele, viele helfende Hände.

Danke, dass sie dem Sterben ein würdevolles zu Hause geben.

Die Hospizarbeit, unabhängig davon ob sie haupt- oder ehrenamtlich geleistet wird, ist eine der sensibelsten Aufgaben unserer Gesellschaft.

Sterbenskranken Menschen Lebensqualität, Fürsorge und Zuwendung zu geben ist ein nicht hoch genug zu schätzender Beitrag für eine menschliche Gesellschaft.

Eine der schwersten Aufgaben im Leben ist es, Abschied zu nehmen. Die Hospizarbeit, mit all ihren Bausteinen, leistet durch ihren einfühlsamen und würdevollen Umgang mit den Sterbenden und deren Angehörigen, die so dringend benötigte Hilfe, Begleitung und Unterstützung.

Die Hospizarbeit findet meist im Stillen statt. Dasein und zuhören, Trost spenden und Stütze sein, dies alles wird selten von der Gesellschaft bewusst wahrgenommen.

Umso wichtiger ist es, von Zeit zu Zeit die Arbeit der Hospizmitarbeiter ins Bewusstsein der Menschen zu bringen.

Mein herzlichster Dank gilt allen Beteiligten für ihre Mitmenschlichkeit und ihr großes Engagement, das mit Sicherheit viele Herausforderungen mit sich bringt und die Helfer stark persönlich fordert.

Einen ebenfalls großen Dank möchte ich allen Privatmenschen und Institutionen aussprechen, die durch ihre großzügigen Spenden die Hospizarbeit in dieser Form und in diesem Umfang erst möglich machen.

Der gute Ruf des Hospiz Ulm wird sicher dazu beitragen, auch in Zukunft engagierte Helfer und Förderer zu gewinnen.



Ihre

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'K. Albsteiger', written in a cursive style.

Katrin Albsteiger,
Oberbürgermeisterin der Stadt Neu-Ulm

DIE GESCHICHTE DER HOSPIZBEWEGUNG

Schon seit dem Ende des 4. Jahrhunderts nach Christus entstanden erste Hospize, die entlang der Pilgerrouen gesunden und kranken Pilgern aus ganz Europa Schutz und Gastfreundschaft boten. Wo sie ihre müden FüÙe pflegen konnten, wo es einen Brunnen gab, ein Nachtlager und wo Menschen sich von der Seele reden konnten, was sie belastete, wo sie Zuspruch fanden und einen Segen zum Weiterwandern.

Als „Raststätten am Wege“ wurden sie oft von Klöstern betrieben. Es waren Anlaufstellen für Menschen, die auf Wanderschaft waren, ob aus beruflichen, privaten oder religiösen Gründen. Oft kam es vor, dass die Wandernden am Ende ihrer Kräfte waren, erschöpft, schwerkrank, sogar dem Tode nahe. Manchmal kamen unterwegs auch Kinder zur Welt. Obwohl die Mittel knapp waren, wurde in den Hospizen geholfen, umsorgt und gepflegt.

Dieser Gedanke der Beherbergung und Gastfreundschaft ist Grundlage für die Entwicklung der Hospizbewegung. 1842 gründete Madame Jeanne Garnier in Lyon (Frankreich) ein Hospiz. 1879 öffneten die irischen Schwestern der Nächstenliebe das „Our Lady’s Hospice for the Care of the Dying“ in Dublin. Noch zögerlich entstanden weitere Hospize.

Das Startkapital für die heutige, moderne Hospizbewegung erhielt die junge Krankenschwester Cicely Saunders von einem aus Polen stammenden Überlebenden des Warschauer Ghettos, David Tasma, den sie 1948 kennenlernte und in den sie sich verliebte. Sie pflegte ihn während seiner schweren Krebserkrankung und er vermachte ihr sein Vermögen von £ 500, verbunden mit einem Wunsch. Cicely soll ein Sterbeheim eröffnen und er wolle ein Fenster sein, um welches das Heim entstehen soll. Tasma starb im Alter von 40 Jahren und Cicely Saunders machte sich an die Arbeit. Sie studierte Sozialpädagogik und Medizin und gewann einflussreiche Personen aus Kirche, Wissenschaft, Gesellschaft und Politik für ihre Idee. 1967 wurde in Sydenham bei London das St. Christopher’s Hospice eröffnet. Davids Fenster ist dort heute noch im Empfangsbereich zu sehen.

Hospiz, so sagt Cicely Saunders ist nicht ein Gebäude, sondern die persönlichen Einstellungen eines Menschen und die Fähigkeit, Sterbende zu betreuen. Hospiz ist eine Haltung. „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“ Dies ist einer ihrer Leitsätze und er ist zu einem Grundgedanken der Hospizbewegung geworden, die nun immer weiter wuchs.



Cicely Saunders

Mit der Schweizer Ärztin Elisabeth Kübler-Ross, machte sie einen bedeutenden Entwicklungsschub. In den 1970er Jahren in den USA. Ihre These: „Die Welt wäre friedlicher, wenn Menschen endlich aufhören würden, ihre eigene Sterblichkeit zu verdrängen und den Tod zu fürchten.“ Was für eine kühne Aussage. Sie selbst wurde zur Autorität in Sachen Sterben. In ihrem legendären Buch „Interviews mit Sterbenden“ schrieb nicht die Autorin selbst über das Sterben, sondern sie ließ die Sterbenden reden: „Wir haben den Patienten gebeten, unser Lehrer zu werden, damit wir mehr als bisher über die Endstation des Lebens wissen, über seine Ängste, Sorgen und Hoffnungen. Ich berichte hier einfach die Geschichte der Patienten...“

Ihre Erkenntnisse helfen der Wissenschaft, aber auch den Angehörigen und den Beglei-

tenden, die Gefühle und Verhaltensweisen todkrank Menschen besser zu verstehen. Auch im Bereich der Trauerforschung setzte Kübler-Ross wichtige Impulse. Man erkannte, dass Sterbende um den Verlust ihres eigenen Lebens ähnlich trauern, wie Menschen um den Tod der ihnen Nahestehenden.

Außerdem war eine ihrer Kernbotschaften, dass die Helfenden zuerst ihre eigenen Ängste und Lebensprobleme, ihre „unerledigten Geschäfte“, so weit wie möglich zu klären hätten. Dass sie sich sogar mit ihrem eigenen Sterben auseinandersetzen sollten, ja, es akzeptieren müssten, ehe sie sich den Menschen am Lebensende hilfreich zuwenden können. Ein Aspekt, der auch heute noch in der Ausbildung von Ehrenamtlichen in der Hospizarbeit zum Tragen kommt.



Elisabeth Kübler-Ross

In den 70er- und 80er-Jahren wurden Sterbende in ganz Europa noch an den Rand der Gesellschaft gedrängt. Gestorben wurde meist in Krankenhäusern und Altenheimen, der Tod war ein Tabuthema, der vermeintlichen Fachleuten überlassen wurde und mit dem sich die meisten Menschen in dieser Zeit nicht gern beschäftigten. Nun, der 2. Weltkrieg war noch nicht lange vorbei. So viele Tote. Vielleicht war für Überlebende eine Zeit gekommen, in der man sich nicht mehr mit dem Sterben beschäftigen wollte. Doch die Zeit war reif für Veränderungen. Missstände wurden bemerkt und angeprangert.

Es wurden mehr und mehr Menschen, die nicht mehr wegsahen. Die ihren Blick konsequent auf die Situation von Sterbenden richteten und den Finger in eine Wunde legten, die lange genug schwärzte. Die Hospizbewegung formierte sich als klassische Graswurzelbewegung mit dem Ziel, gesellschaftliche Alternativen zum Bestehenden aufzubauen.

Es entstanden viele von Ehrenamtlichen getragene Hospizgruppen, die eine ambulante Begleitung sterbender Menschen zu Hause ermöglichten. Viele Palliativstationen und stationären Hospize wurden in Deutschland in den 1980er Jahren eröffnet.

Es entstand weltweit aus einer Bürgerbewegung eine Hospizkultur. Dabei wurde das Ehrenamt mit seinen Hospizbegleiter*innen eine tragende Säule. Ehrenamtlich Tätige leisteten damals und heute einen wertvollen Beitrag zur Steigerung der Lebensqualität der Betroffenen und tragen dazu bei, den Hospizgedanken nachhaltig in der Gesellschaft zu verankern. Zeit, die mit einem sterbenden Menschen verbracht wird, ist unbezahlbar. - „Da sein, wenn ‘s schwer wird“ -. Das sind sie - ehrenamtlich Hospizmitarbeitende. Sie sind da, für Sterbende und für deren Angehörige. Sie schenken ihnen Zeit, gehen auf Wünsche und Bedürfnisse ein und versuchen durch eine Begegnung „auf Augenhöhe“ eine gute Atmosphäre auch in der Zeit des Abschiednehmens zu schaffen.

In der heutigen Hospizlandschaft werden die Grundgedanken der Hospizphilosophie in unterschiedlichen Organisationsformen und Strukturen umgesetzt. Doch immer stehen die Bedürfnisse schwerstkranker Menschen und ihrer Angehörigen im Vordergrund.

Diese Hilfe geschieht wertfrei und unabhängig von Religion, Hautfarbe und Herkunft. Dabei sollen alle Ebenen des menschlichen Daseins eingeschlossen sein, die psychische, körperliche, soziale und spirituelle. Der Mensch wird in seiner Ganzheit gesehen, mit seiner eigenen Geschichte, in seinem persönlichen Umfeld und seiner derzeitigen Situation. Abschiednehmen, Tod und Trauer soll als Teil des Lebens wahrgenommen werden und über allem steht Artikel 1 des Grundgesetzes: Die Würde des Menschen ist unantastbar.

Hospiz ist Herberge. Hospizarbeit in erster Linie ein Konzept, das ambulant, im eigenen Zuhause, im stationären Hospiz oder in Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern angewendet werden kann. Dies bedeutet eine multiprofessionelle Beratung, Begleitung und Versorgung. Die Hospizbewegung zeigt, wie Ehrenamt und Professionalität als gleichberechtigte Partnerschaft gelebt werden können.

Viele ihrer Ziele konnten die „Hospizler“ bisher erfolgreich umsetzen, doch wird leider immer noch „zu oft zu einsam gestorben“. Doch aus der Gesellschaft ist die Hospizarbeit nicht mehr wegzudenken.

Ulrike Sauer/ Marion Weidenfeld

ULMER GESCHICHTE

Im 12. Jahrhundert wurden viele Städte gegründet, deren Bevölkerung rasch anwuchs. Damit verbunden war das gehäufte Auftreten sozialer Probleme. Obdachlose, Fremde, Witwen und Waisen, Kranke, Aussätzigte und alleinstehende Alte mussten versorgt werden. Diese Aufgaben wurden zuerst von den Klöstern, später von den Beginen, den Hospitälern und den Seelhäusern wahrgenommen. Die Gemeinschaft der Beginen war die

weltliche Gemeinschaft frommer Frauen, die ohne Bindung an einen Orden freiwillig das Armuts- und Keuschheitsgebot befolgten. Im Anfang des 13. Jahrhunderts entstand auch in Ulm eine Beginengemeinschaft, Sammlung genannt. Ihr Engagement in der Kranken- und Armenpflege war groß.

Das frühere Seelenhaus, im Seelengraben, vor den Toren der Stadt hat als Siechenhaus für Leprakranke gedient. Im Jahr 1378 tauchte in einer Ulmer Urkunde zum ersten Mal der Begriff „Seelhaus“ auf. Fromme wohlhabende Bürger stifteten zum Heil der eigenen Seele Haus, Hof, Garten und Kapital für gemeinnützige Aufgaben. In diesen Seelhäusern lebten Beginen oder „Seelfrauen“, die Kranke ambulant oder stationär zu versorgen hatten. Mit zur Pflege gehörte auch hier die Seelsorge für die Kranken. In Ulm gab es mehrere Seelhäuser. Eines davon, im Krieg teilweise zerstört, befindet sich noch heute im Seelengraben Nr. 30 und beherbergt die „Galerie im Griesbad“. Die Sammlung wurde im 19. Jahrhundert aufgelöst. Nur noch der Name „Sammlungsgasse“ erinnert daran.

Ulrike Sauer



Ehemaliges Ulmer Siechenhaus für Leprakranke.



Das frühere Seelenhaus im Seelengraben, in Ulm.

EINE KRAFTVOLLE KOMPOSITION

DIE ULMER HOSPIZBEWEGUNG

Die Recherche für meinen Bericht ließ viele Erinnerungen aufsteigen und löste unterschiedliche Gefühle aus. Es ist eine sehr persönliche Betrachtung eines Zeitraums geworden, so angefüllt mit Erlebnissen und Ereignissen, dass Bände hätten gefüllt werden können. Dies ist der Versuch, meine persönliche Verbundenheit mit dem Vergangenen aufzuschreiben und vielleicht Erinnerungen bei Weggefährten zu wecken; und denen Einblicke zu geben, die sich für die Entwicklung der Hospizgeschichte in Ulm interessieren.

Natürlich kann so ein Bericht nur unvollständig und subjektiv sein. Es waren so viele Menschen nötig, die sich engagierten und dies immer noch tun, um etwas so Wichtiges gedeihen zu lassen.

Und in den ersten zehn Jahren war ich noch gar nicht dabei!



„Die Spirale ist ein uraltes Lebenssymbol, verwandt dem Symbol des Labyrinths. Aber anders als beim Labyrinth kennt sie nicht den Um-

weg oder den Irrweg. Ihre Sprache ist klar und einfach: Komm nach innen - geh nach außen!

Atme ein - atme aus! Suche die Balance zwischen Aktion und Kontemplation! Achte auf die Phasen deines Lebens! Gib dem Tun Raum und dem Lassen.“ (Irmgard Ebert)

Wenn wir zum 30-jährigen Jubiläum von Hospiz Ulm e.V. innehalten und zurückschauen, so geschieht das genau in dieser Bewegung.

DER ANFANG

Irmgard Ebert, im August 2016 verstorbene Gründungsfrau, erinnert sich zum 10-jährigen Jubiläum von Hospiz Ulm e.V.:

„Wie haben wir angefangen? Was hat uns bewegt? Von welchem Licht haben wir uns leiten lassen? Diese Fragen locken uns zu unserer Mitte hin, dahin, wo wir als kleine Gruppe mit kleinen Schritten begonnen haben und wo uns bald die Flamme einer großen Begeisterung gewärmt und in Bewegung gesetzt hat. Wir haben die Flamme nicht selber angezündet, sie ist uns eher zugetragen worden als ein Licht, das lange spärlich brannte, das in England neu entfacht wurde von Dr. Cicely Saunders und das seither die Nächte Sterbender und ihrer Angehörigen erhellt.

„Gebt dem Sterben seinen Platz im Leben“, sagt das Licht. „Flieht nicht, wenn die Wege schwer werden, sondern bleibt dabei. Lasst Sterbende und ihre Angehörigen erfahren, dass sie nicht allein sind. Lernt, Begleitende zu werden!“ So sind wir vom Lauschen ins Tun gekommen, so sind wir aus unserer kleinen Gruppe in die Öffentlichkeit hinaus gegangen, so hat sich Stein an Stein gefügt.“

Angeregt von einem Vortrag von Dr. Daniela Tausch-Flammer nehmen sich neun Frauen um Irmgard Ebert und Margret Kopp vor, eine Hospizgruppe in Ulm aufzubauen. So entsteht im März 1991 ein „Arbeitskreis Hospiz“, dem 20 Mitglieder angehören. Gestützt auf Erfahrungen, die andere Hospizdienste gemacht hat-

ten, entwickelt dieser Arbeitskreis eine Konzeption für den Hospizdienst in Ulm.

Für Struktur und Durchführung von Schulungen sind Irmgard Ebert und Susanne Roller zuständig. Die Organisation, Koordination und Präsentation des Vereins übernehmen Dr. Rotraud Kerner und Christa Schürle. Für Öffentlichkeitsarbeit sind Margret Kopp und Monika Guther verantwortlich.

GRÜNDUNG DES VEREINS

Am 5. Oktober 1992 findet im Haus der Begegnung die Vereinsgründung statt: HOSPIZ GRUPPE ULM, Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.

Dr. Götz Hartung, von Beginn an der Entwicklung beteiligt, verfasst die erste Satzung des Vereins und Dr. Rotraud Kerner ist 1. Vorsitzende vom 5.10.1992 bis zum 8.1.1996.

Zum 10-jährigen Jubiläum erinnert sie sich: „Es wird noch einmal klarer, dass sich die Mühen unseres persönlichen Einsatzes in diesen Anfangsjahren gelohnt haben; ich denke dabei gerade nur an die heißen, anfänglich internen Diskussionen über Strukturfragen: Verein gründen oder nicht, an die vielen Kontakte mit z.B. Lokalpolitikern im Ringen um erste öffentliche Zuschüsse, an die Vorstandssitzungen mit Fragen zur Organisation des Telefondienstes, sowie der Einsätze und später des Büros...“

Viel Unterstützung bekommt die Gruppe: so stellt das Haus der Begegnung unentgeltlich Räume für Sitzungen und Gruppenabende zur Verfügung, das Büro für Gestaltung Alfred Kern erstellt ehrenamtlich die Druckvorlage für das von Monika Guther entwickelte Logo.

Parallel zum Aufbau der Hospizgruppe findet 1993 das Experiment „ehrenamtliche Frauen nachts am Bett sterbender Menschen“ im Altenheim Wiblingen statt.

Irmgard Ebert (Diakonie) und Klemons Britz (Caritas) organisieren erstmalig das Einführungsseminar für die Sitzwachen. Die ökumenische Arbeitsgemeinschaft Sitzwache entstand. Ebenso im Jahr 1993 erscheint der erste von heute 29 Rundbriefen, initiiert von Margret Kopp und Susanne Roller.

1995 DAS HOSPIZBÜRO

In der Zeitblomstraße 27 in Ulm ist das Büro des Frauenrings untergebracht. Dr. Rotraud Schäfle gelingt es, dort eine Herberge in Form einer Ecke mit Schreibtisch im Raum für die Hospizgruppe zu finden. Es entsteht das erste „Hospizbüro“. Bis dahin stand das Hospiztelefon in der Privatwohnung von Karin Dutschmann.

Die Erleichterung ist groß, nun einen festen Ort für Schreibtisch, Telefon und Platz für Aktenordner zu haben. Susanne Herz organisiert das Hospizbüro mit großem Geschick und Begeisterung. Ihr achtsamer und aufmerksamer Stil prägt die Haltung der Hospizgruppe. Die Organisation beginnt Kontur anzunehmen, Strukturen werden geschaffen. In den regelmäßigen Gruppenabenden reflektieren die nun 30 gut ausgebildeten, aktiven Ehrenamtlichen die Erfahrungen aus den Sterbebegleitungen. Dort stützen sie sich gegenseitig, wenn bewegende oder schwierige Ereignisse besprochen werden müssen.

Am 18.11.1996 wird Irmgard Ebert als 1. Vorsitzende des Vereins Hospizgruppe Ulm e.V. gewählt. Der Verein hat jetzt 89 Mitglieder.

Im Oktober 1998 kann das Hospizbüro in eigene Räumlichkeiten in der Zeitblomstraße 27 einziehen. Die Mitgliederzahl erhöht sich auf 149.

Die OTTO-KÄSSBOHRER-STIFTUNG ermöglicht die Anstellung einer Bürokraft auf 450 DM Basis ab 1.7.1998, so wurden erstmals die ehrenamtlichen Frauen von den organisatorischen Aufgaben entlastet und konnten sich auf die Einsatzleitung und die Begleitungen konzentrieren.

Am 3.7.1999 fand der vielbeachtete erste Ulmer Hospiztag im Stadthaus statt:



Logo der Hospizgruppe

MITTEN IM LEBEN – MITTEN IN ULM

Beim Grußwort ermuntert OB Ivo Gönner die Hospizfrauen und -männer: „Ein Haus für Hospizbetten in Ulm, das bringen wir doch hin – spätestens zum 10-jährigen Jubiläum der Hospizgruppe.“ Er sollte recht behalten.

Ein weiterer Höhepunkt ist der Zusammenschluss von HOSPIZ-GRUPPE ULM e.V. und der „Ökumenischen Arbeitsgemeinschaft Sitzwache“ in einem Vereinigungsfest am 12.07.1999. Der Beschluss wird in der Jahreshauptversammlung am 22.11.1999 mit einem neuen Vereinsnamen verkündet: „Hospiz und Sitzwache Ulm, Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen e.V.“

Der Verein hat nun 180 Mitglieder.

Am 15.1.2000 wird Hospiz und Sitzwache Ulm viel Aufmerksamkeit zuteil. Der damalige baden-württembergische Ministerpräsident Erwin Teufel überreicht der Vorsitzenden Irmgard Ebert die Medaille für „Vorbildliches ehrenamtliches Engagement“.

Im April 2000 tritt Andrea Müller-Götz ihre Stelle als hauptamtliche Koordinatorin an. 50% Stellenumfang, finanziert über eine AB-Maßnahme des Arbeitsamts Ulm. Gewiss, Sterbebegleitung geschieht nach wie vor ehrenamtlich und unentgeltlich, aber die Verwaltungs- und Organisationsaufgaben

sind längst über das hinausgewachsen, was im Rahmen freiwilligen Engagements zumutbar ist.

UND NUN KOMME ICH INS SPIEL,

als ich am 1.7.2000 meine Stelle als Geschäftsführerin mit 75% Stellenumfang antrete.

Die Deutsche Hospiz Stiftung hatte den Antrag genehmigt, meine Personalkosten für ein Jahr zu übernehmen und so werde ich als zentrale Ansprechpartnerin für den Vorstand eingestellt und bin neben der allgemeinen Administration für die Öffentlichkeitsarbeit, die Finanzierung des Hospizdienstes und nicht zuletzt für die Planung eines stationären Hospizes zuständig. Dass dieses umfangreiche Projekt so schnell Fahrt aufnimmt, ist dem glücklichen Umstand zu verdanken, dass uns im Haus des St. Anna Stifts wunderbare Räumlichkeiten angeboten wurden. Irmgard Ebert – die Frontfrau, von der ich so viel lernen durfte – führt ihr Team sicher durch diese Aufgabe. Nach genau 9 Monaten, am 30.3.2001, kann die feierliche Eröffnung des Stationären Hospiz Agathe Streicher stattfinden. Pfarrer Thomas Keller, damals Pfarrer von St. Georg, und Herr Kiesinger, Leiter des St. Anna- Stifts, haben uns den Start sehr erleichtert und sind uns in jeder Hinsicht entgegengekommen.

EIGENWILLIG UND COURAGIERT – AGATHE STREICHER

Im Jahr 2020 wäre Agathe Streicher 500 Jahre alt geworden!

Sie wird als jüngstes von vier Kindern in die angesehene heilkundige Familie Streicher 1520 in Ulm geboren.

Im Ordnungsbuch der Stadt steht am Samstag, den 15. Martij anno 1561 unter der Rubrik: „Ärzte, so nicht von der Stadt bestellt.“ über sie: „Junckfraw Agathe Streicherin hat ains erbarn Raths alle und neue ordnung zuhalten gelobt“. Sie war bei diesem Gelöbniß 41 Jahre alt und die erste Frau, die in Deutschland als Ärztin anerkannt wurde.

Woher hatte Agathe ihre profunden ärztlichen Kenntnisse? Von einem regulären Studium – wie es ihr Bruder absolvierte – kann keine Rede sein. Frauen durften im 16. Jahrhundert nicht studieren. Vielleicht war sie die „Assistentin“ ihres Bruders? Sie war den studierten Ärzten (doctores medici) gleichgestellt und betrieb als heilkundige Frau eine eigenen Praxis.

Ihre Heilerfolge, vor allem gegen Steinleiden, waren weit über die Grenzen der Stadt hinaus bekannt. Unter anderen wurde sie von der Prinzessin von Hohenzollern oder dem Bischof von Speyer in Ulm konsultiert.

Der Höhepunkt ihrer ärztlichen Karriere, und zugleich auch eine große Ehre für die Stadt Ulm, war der Ruf seiner Majestät Kaiser Maximilian II, ihn auf seinem Krankenbett zu betreuen! Der Rat hat für eine gefahrlose und standesgemäße Reise auf einer „Zille, mit Öfchen und weiteren Annehmlichkeiten“ gesorgt. Heilen konnte sie ihn nicht, wohl aber seine Schmerzen lindern. Sie blieb bis zu seinem Tod an seiner Seite.

Agathe Streicher betrieb neben ihrer Arbeit als Ärztin, zusammen mit ihrer Schwester Margarethe, florierende Kreditgeschäfte und wurde eine erfolgreiche Geschäftsfrau und Kreditgeberin der Stadt Ulm. Deshalb konnte sie auch so unglaublich wohlütig sein. Sie stiftete:

- 50 Gulden an die Ärmsten der Stadt
- 100 Gulden an das Bettelhaus
- 800 Gulden für Vertriebene (insbesondere für die „Schwenckfelder“)
- 1000 Gulden für die Ausbildung von Waisenkindern

Agathe Streicher war Anhängerin der „Schwenckfelder“, einer radikalprotestantischen Bewegung. Die Schwenckfelder wurden als Ketzer verfolgt und aus der Stadt Ulm vertrieben. Selbst Streichers Magd Susanne Hornung musste die Stadt verlassen. Agathe Streicher selbst wagte der Rat nicht zu verbannen, aus Angst, eine wichtige Kreditgeberin zu verlieren. Deshalb war es ihr auch möglich, die neue Glaubensbewegung zu unterstützen und deren Anhängern zu helfen.

Mit einem Kirchenlied, das sie selbst schrieb und das fünfzehn Jahre nach ihrem Tod in einem Gesangbuch veröffentlicht wurde, hat sie der Nachwelt eine ganz besondere Spur von sich selbst hinterlassen. Möglicherweise war dieses Lied auch ihre einzige Möglichkeit, sich selbst zu offenbaren?

Von der Lieb Christi

.....

Ich opfere mich
Dir meinem Gott und Herren.
Ich bitt, du wöllest mehren
Mein Glaub, Hoffnung und Lieb,
dass ich bei dir möge bleiben,
dass mich nit könnt abtreiben
Verfolgung, Angst und Tod.
Führ mich ins ewig Leben..
Amen

Man kann in diesem Lied Hilfeschrei und Gebet zugleich sehen. Es zeigt ihren Zwiespalt, zum einen an ihrem Glauben festzuhalten, und andererseits die Versuchung, den Glauben aufzugeben, um sich der Verfolgung und der damit verbundenen Angst zu entziehen. Das Lied ist sehr persönlich und kehrt ihr Innerstes nach außen.

Mehrere Quellen besagen, dass Agathe Streicher nach ihrem rätselhaften Tod im April 1581 unehrenhaft, ohne Totenschild und Begräbnisfeier beigesetzt wurde. Wo sie jedoch genau bestattet wurde, weiß man nicht. Es wird vermutet, dass sie, als eine Frau, deren öffentlicher Lebenswandel Anstoß erregte, wie eine „Ungläubige“ in einem offenen Sarg, außerhalb der Mauern des alten Friedhofes, begraben wurde.

Ulrike Sauer

Unendlich viele Gespräche und Sitzungen waren notwendig, um dieses Ziel zu erreichen: der Versorgungsvertrag mit den Krankenkassen ist Voraussetzung, dann kommt meine erste

Pflegesatzverhandlung und ganz wichtig: der Förderverein Hospiz Agathe Streicher e.V. wird gegründet, dem u.a. die Stadt Ulm, der Alb-Donau-Kreis, die Stadt Neu-Ulm, der Landkreis

Neu-Ulm und die Kirchen angehören, um das finanzielle Risiko in Grenzen zu halten. Der leidenschaftliche Hospiz-Wegbegleiter Dr. Götz Hartung ist seither 1. Vorsitzender und immer eine wichtige Stütze, wenn es um Inhaltliches und Finanzielles geht.

Martina Seng, unsere neue Pflegedienstleiterin, übernimmt mit ihren vielfältigen Fähigkeiten und Begabungen die Einrichtung der neuen Station und wählt die ersten Pflegekräfte aus. Für uns alle ist es eine große Herausforderung, das hospizliche Neuland zu betreten und eigene Strukturen und Leitlinien in hospizlicher Haltung zu entwickeln. Wichtig sind dabei immer das Vorbild und die Unterstützung durch die ehrenamtlichen Hospizfrauen und -männer.

Die Freude ist riesengroß bei allen, die dazu beigetragen und sich gewünscht haben, einen guten Ort zum Sterben zu schaffen, wenn es zu Hause einfach nicht mehr geht. Letzte Wünsche sollen dort erfüllt werden, ein Abschiednehmen in Würde und Ruhe, möglichst ohne Schmerzen und andere quälende Symptome soll dort möglich sein. Ein Ort der Geborgenheit und des Friedens soll es werden, ein Ort, an dem sterbende Menschen und ihre Angehörigen Gastfreundschaft erfahren. Es ist uns wunderbar gelungen – das zeigte die schnell wachsende Akzeptanz des stationären Hospizes und die große Nachfrage. Schnell ist die Zahl der Hauptamtlichen auf 15 Personen gestiegen und die Verwaltungsarbeit mit Abrechnungen mit den Krankenkassen, Personalsachbearbeitung u.v.m. deutlich angewachsen, so bekommen wir am 1.3.2002 tatkräftige Unterstützung von Marianne Rogotzki, die im Hospizbüro wunderbar die Fäden bis zu ihrer Pensionierung 2019 in der Hand hält.

Am 23.7.2002 übergibt Irmgard Ebert nach sechs Jahren den Vorstandsstab und ein wohlgeordnetes Haus an Anette Schwämmle. Mit ihrer ganzen Kraft, mit ihrer Kompetenz, ihrer Begeisterung und Zielstrebigkeit hat „Irmel“ die Hospizarbeit in Ulm entwickelt und ihr ihre ganz persönliche Prägung gegeben, immer bestens unterstützt und entlastet durch ihre Ehefrau Margret Kopp, die sich öfter scherzhaft als „Privatsekretärin von Irmgard Ebert“ bezeichnet hat.

Zu dieser Zeit stellt sich immer deutlicher heraus, dass wir mit den sechs Plätzen des stationären Hospizes nicht auskommen. Zu lange ist die Warteliste, zu dringend die Anfragen, zu groß die Not, die hinter jeder Anmeldung steht. Anette Schwämmle, Martina Seng und ich übernehmen gemeinsam die Aufgabe, nach Möglichkeiten für eine Erweiterung zu suchen. Nicht nur das stationäre Hospiz war zu klein geworden, auch im Hospizbüro herrscht drängende Enge, und der Wunsch, alle Dienste unter einem Dach zu vereinen, ist groß. Hoffnung macht uns Ivo Gönner, der das Vorhaben begrüßt und Unterstützung verspricht

Der Verein hat nun 294 Mitglieder.

Bei der Mitgliederversammlung am 2.4.2004 wird Katharina Gräfin Reutner zur 1. Vorsitzenden des Vereins gewählt. Sie ist Gründungsmitglied des Vereins und absolvierte den ersten Vorbereitungskurs zur Hospizbegleiterin. Als ehemalige Leiterin eines forstwirtschaftlichen Betriebes hat sie stets die strategische Entwicklung im Blick und plant zunächst die Ausgliederung des stationären Hospizes aus dem Verein und Umwandlung in eine gGmbH. Dies bedeutet, dass die Existenz des Vereins nie gefährdet wäre, auch wenn das finanziell sehr riskante, stationäre Hospiz scheitern würde. So wird am 1.1.2005 die Hospiz Agathe Streicher gGmbH gegründet, sie ist 100%ige Tochter von Hospiz und Sitzwache Ulm e.V. und ich bin als Geschäftsführerin der gGmbH eingesetzt.

Die Nachfrage nach unserem ambulanten Dienst und der Trauerbegleitung wird immer größer. Das Gesprächs-Café für Trauernde (ab 2004) erweitert das Angebot und am 1.1.2005 startet der ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst mit seiner Arbeit.

Im Frühling 2005 steht eines Nachmittags die Ulmerin Helma Fink-Sautter im Hospizbüro: „Eine Stiftung zugunsten der Hospizarbeit in Ulm möchte ich gründen. Dafür stelle ich 100 000 Euro zur Verfügung.“ Bis zum Ende des Sommers sind die Formalitäten erledigt und am 30.8.2005 kann die Ulmer Hospiz Stiftung gegründet werden. Zu unserer großen Freude erfolgt zu diesem Zeitpunkt eine anonyme Zustiftung eines Ulmer Ehepaares von ebenfalls 100 000 Euro.

**NICHTS AUF DER WELT IST SO MÄCHTIG
WIE EINE IDEE, DEREN ZEIT GEKOMMEN IST!
(VICTOR HUGO)**

Wir sind weiter auf der Suche nach einer Lösung für unser Hospizhaus, als wir von der Stadt Ulm ein Grundstück auf dem Eselsberg für einen Neubau angeboten bekommen. Jetzt wird es spannend.

Am 13.7.2007 beschließt der Aufsichtsrat der UWS, dass auf einem Grundstück mit einem Hospiz-Neubau begonnen werden könnte, wenn der Verein mit 1,7 Mio. Euro in Vorleistung gehen kann.

Ein ambitionierter Plan mit einem großen Haken: es fehlt uns an der finanziellen Grundlage. Aber wie immer bei Hospiz hat die Begeisterung für die Idee alle Bedenken aus dem Weg gefegt.

Jetzt waren unser Optimismus und unsere Tapferkeit erst recht gefragt. In einer Klausurtagung werden die Aufgaben verteilt: ein Arbeitskreis soll sich um die inhaltlichen und bauplanerischen Fragen kümmern, der zweite Arbeitskreis hat die Aufgabe, die Finanzierung zu ermöglichen. Ziel ist es, eine umfangreiche Fundraising-Kampagne im Zeitraum von 2 Jahren durchzuführen. Die Koordination der Arbeitskreise, sowie die Umsetzung der Arbeitsergebnisse liegen in meiner Verantwortung! Schnell wird klar, dass unser Erscheinungsbild überarbeitet werden muss: die Verkürzung des Vereinsnamens, ein attraktives Logo, ein aktueller Internetauftritt und ansprechende Flyer werden benötigt. Was für eine Herausforderung.

Im Frühsommer 2007 beschließt die Mitgliederversammlung die Änderung des Vereinsnamens und das neue Hospiz-Logo. „Hospiz Ulm e.V.“ kann mit der Umsetzung beginnen!

Der Verein hat nun 431 Mitglieder.



Das neue Logo

Gleichzeitig läuft die Planung für die Auftaktveranstaltung für unsere Fundraising-Kampagne auf dem Münsterplatz auf vollen Touren. Birgit Slave hat die großartige Idee, eine riesige Steinspirale auf dem Münsterplatz als Symbol für die Hospizarbeit zu legen. Das fröhliche und stimmungsvolle Fest am 14.7.2007 ist ein wunderschöner und gelungener Auftakt, alles läuft so, wie Hospiz Ulm das einfach kann: ein bisschen chaotisch, aber dafür charmant und mitreißend. Haupt- und Ehrenamtliche Hand in Hand.



DIE GLÜCKLICHE WENDE

Unsere öffentliche Kampagne für ein neues Hospizhaus hatte Frau Dr. Großpeter-Bertele und Herrn Dr. Großpeter aufmerken lassen. Sie sind mitten in ihren Überlegungen, was aus dem Gebäude ihrer bisherigen chirurgischen-orthopädischen Klinik am Michelsberg werden soll, nachdem sie sich für deren Schließung zum Jahresende 2007 entschlossen hatten. Nun ist ihr Entschluss gefallen, nicht zuletzt durch die Vermittlung durch Dr. Götz Hartung:

Das ganze Klinikgebäude soll als Zustiftung in die Hände der Ulmer Hospiz Stiftung gegeben werden, mit dem Ziel, ein Hospizhaus für Ulm zu errichten, damit Menschen eine Heimat, einen geschützten Raum finden, wenn sie ihn am meisten brauchen.

Was für eine glückliche Wendung! Einen schöneren Ort für die letzte Lebenszeit unserer Gäste und für die ambulanten Hospizdienste kann man sich nicht vorstellen. Unsere Dankbarkeit ist riesig, doch es wird uns klar, dass

wir eine große Verantwortung auf uns nehmen und viel Unterstützung und Zuspruch benötigen werden. Manche Ehrenamtliche warnen gar, dass wir uns übernehmen könnten. (Ich habe eine Wette auf den Erfolg unseres Vorhabens abgeschlossen und zwei Jahre später eine Kiste Grauburgunder gewonnen.) In einer Außerordentlichen Mitgliederversammlung wird fast einstimmig dem Vorhaben zugestimmt.

Sehr bald wird klar: um eine optimale Nutzung der Immobile zu erreichen, sind umfangreiche Umbau- und Sanierungsmaßnahmen nötig. Die gewissenhafte Planung, Durchführung und Überwachung des Umbaus gewährleistet der neu gegründete Bauausschuss unter der Federführung von Ulrich Staiger, dem Vorsitzenden der Ulmer Hospiz Stiftung, der auf un-nachahmliche Weise die Fäden zusammenhält. Die solide Finanzierung ist unserer geschätzten Schatzmeisterin Sigrid Markmiller zu verdanken. Ihr Motto: „Mut und Gottvertrauen und sauber rechnen.“



Gewichtige Unterstützung kommt von der Stadt Ulm und Neu-Ulm, den Landkreisen, den Kirchen, vielen Firmen und Geschäften der Region, von Service Clubs, der Aktion 100 000 der SWP sowie kleinen und großen Spenden vieler Privatpersonen. Mit viel Fantasie denken sich Gruppen von Sportler*innen, Schüler*innen, Faschnachtsvereine, kirchliche Gruppen u.v.m. tolle Aktionen aus, alle mit dem Ziel, uns zu unterstützen. Die Solidarität mit dem Ulmer Hospiz ist deutlich spürbar. Viele Menschen lassen sich von unserem Vorhaben begeistern und engagieren sich auf unterschiedlichste Weise.

Dieser mannigfaltige Zuspruch macht uns zu tiefst dankbar und zuversichtlich. Es ist ein solcher Reichtum: so viel Vertrauen von Seiten der Stadt, so viel Spendenbereitschaft der Bürger, so wunderbare Menschen im Haupt- und Ehrenamt. Wir fühlen uns getragen von einem großen Unterstützerkreis. Insgesamt 189 Personen verleihen im Jahr 2008 mit einer neuen Mitgliedschaft bei Hospiz Ulm e.V. ihrer Solidarität Ausdruck.

Der Verein hat nun 620 Mitglieder.



Die Umbauzeit ist eine anstrengende Zeit. Ich schlafe mit einem Diktiergerät auf dem Nachtkästchen, um all das zu notieren, was mir in der Nacht noch eingefallen war und nicht vergessen werden darf. Eines Nachts kurz vor der Eröffnung träume ich, dass ich den General-schlüssel verloren habe - ein Alptraum! Margret Kopp tröstet mich mit einer Packung Amicelli.



Es hat sich alles gelohnt: Am 6.11.2009 wird das Haus am Michelsberg feierlich seiner neuen Bestimmung übergeben. Das neue Hospizhaus in den traditionsreichen Mauern der Bertele-Klinik, wo der Geist der Mitmenschlichkeit schon wohnte und uns entgegenwehte. Wie schön ist es geworden!

Ulrich Staiger, der Vorsitzende der Ulmer Hospiz Stiftung, in seiner Rede bei der Eröffnung: „Ein Traum ist wahr geworden. Es entstand, von ganz vielen getragen, ein Haus von Bürgern für Bürger.“



Beim Tag der offenen Tür gleicht das neue Hospiz-Haus einem Bienenschwarm. Geschätzte 2000 Menschen strömen durch das Haus. Ich erinnere mich hauptsächlich daran, wie ich schweißgebadet versuche den Aufzug wieder in Gang zu bringen, der zwei Mal stecken geblieben ist! Ganz neue Herausforderungen für die Geschäftsleiterin.

Den Umzug haben Martina Seng und ihr Team wunderbar geplant. Der letzte Gast im St. Anna Stift möchte so gerne noch mit ins Neue Haus ziehen, aber er stirbt in der Nacht vor seinem Umzug. Ein kleines bisschen trauern wir unserer Herberge im St. Anna Stift noch nach: Das Gewohnte, Vertraute, die Überschaubarkeit und die kurzen Wege hatten durchaus ihre Vorzüge! Wir waren dort sehr verwöhnt durch die Rundumversorgung, durch die bestehenden Strukturen, den Hausmeisterservice und die hervorragende Küche. All das muss nun von uns selbst organisiert und gestemmt werden.

In den ersten Wochen geht es turbulent zu, ein ständiges Kommen und Gehen, ein Suchen

und Gefundenwerden und das Sprichwort: „Was man nicht im Kopf hat, das hat man in den Beinen“ bekommt eine ganz neue Dimension.

Nach rund zwei Monaten kehrt Ruhe ein. Wir spüren, dass unser Haus eine wohltuende Atmosphäre ausstrahlt, und freuen uns mit den Gästen, die die großzügigen Zimmer, den Blick von der Dachterrasse auf Ulm und den wunderbaren Park genießen und schätzen.

Irmgard Ebert, die wie ich auch eine Freude am Entwickeln und Gestalten, am Kontakte knüpfen und nützen hatte, mahnt mich: „Du kannst Ideen umsetzen, Visionen entwickeln und Aufbauarbeit leisten, aber jetzt musst du dich bewähren, jetzt kommt die Mühsal der Ebene.“

Der Verein wächst und hat nun 838 Mitglieder.

So ganz recht soll sie nicht behalten. Auch wenn der normale Alltag genug Mühe macht, so bietet das neue Haus doch so viele neue Möglichkeiten, die genutzt werden und neue Ideen, die verwirklicht werden wollen. Das Hospiz-Café wird gegründet, der Impuls im Raum der Stille und am 19.4.2013 wird die Ulmer Hospiz Akademie aus der Taufe gehoben, sozusagen unser drittes Standbein. Öffentlichkeitsarbeit ist ein wesentlicher Bestandteil der Aufgaben und Herausforderungen in der Hospizarbeit, für die wir uns seit Anbeginn stark gemacht haben. Nun soll die Bildungsarbeit, die wir – sozusagen nebenbei - organisiert hatten, strukturiert auf eigene Beine gestellt werden. Nach zwei Jahren können wir sogar eine Bildungsreferentin einstellen und bekommen mit Marion Weidenfeld eine erfahrene und umtriebige Organisatorin mit ausgezeichnetem Netzwerk.

Viele Tausend Besucherinnen und Besucher haben seither unsere spannenden und vielseitigen Veranstaltungen besucht und sind dankbar, dass es in Ulm ein so schönes Haus gibt, in dem man offen sprechen kann über Tod, Sterben, Trauer und alles, was damit zusammenhängt.

„DAS EINZIG BESTÄNDIGE IST DER WANDEL“ (WOLFGANG SCHÄUBLE)

Seit den Anfängen der Hospizbewegung in Ulm hat sich so vieles verändert: aus rein eh-



renamtlichen Strukturen hat sich ein sinnvolles und fruchtbares Miteinander von Haupt- und Ehrenamt entwickelt. Natürlich müssen wir uns an immer neuen Gesetzen, Regelungen und Versorgungsstrukturen orientieren. Aus den kleinen Anfängen ist ein mittelständisches Unternehmen geworden, bei dem ordentlich gewirtschaftet werden muss; und wir müssen uns immer wieder hinterfragen, ob wir auch nach so langer Zeit noch auf dem richtigen Weg sind. Es kommt darauf an, unser Eigenes – den Hospizgedanken – zu bewahren. Darauf achten wir sehr!

Es ist ein kalter Morgen im Januar. Rechtzeitig zu Arbeitsbeginn zeigt sich die Sonne und färbt den Himmel in ein strahlendes Orange. Ich stehe auf der Terrasse des stationären Hospizes, schaue auf Ulm, fühle mich mit allen Hospizfrauen und- männern verbunden und weiß nun ganz deutlich, was mich ein halbes Berufsleben erfüllt hat:

Die Hospizarbeit in Ulm hat viele Spuren gelegt, um Halt und Orientierung zu bieten für Menschen, denen der Boden unter den Füßen schwankt. Diese Spuren werden von allen Menschen gelegt, die sich gemeinsam dafür einsetzen, dass jeder Mensch geborgen, begleitet von verständnisvoller mitmenschlicher Zuwendung und möglichst schmerzfrei – und das heißt in Würde – sterben kann. Ich bin dankbar dafür, Teil dieser wunderbaren Bewegung zu sein!



Claudia Schumann

DANKE

Ein Morgen im Frühling, vor Arbeitsbeginn leerte ich den Briefkasten und fand einen ungewöhnlich dicken Umschlag vor. Kein Absender, nur die Adresse Hospiz Ulm.

Beim Öffnen kamen fünfzig 100 Euroscheine zum Vorschein und mir vor Ergriffenheit die Tränen. Ich leite das Hospiz nun über 20 Jahre und es ist Teil meines Lebens geworden. Dass jemand so großes Vertrauen zu uns hat, dass er uns so großzügig beschenkt, ist etwas ganz Besonderes und hat mich sehr für das Ulmer Hospiz gefreut.

Ich suchte nach einem Begleitschreiben, nach einer Nachricht, nach einer Adresse und fand nichts. So sehr ich mich über diese ungewöhnliche, anonyme Spende gefreut habe, so sehr bedauerte ich, dass ich mich nicht persönlich bedanken konnte. Bei jedem Geschenk an das Hospiz ist mir das ein besonderes Anliegen. Jeder Beitrag, klein oder groß, ermöglicht uns, dass wir unsere Ziele verwirklichen können: wir möchten das Leid an Körper und Seele der Menschen, die sich uns anvertrauen, liebevoll lindern.

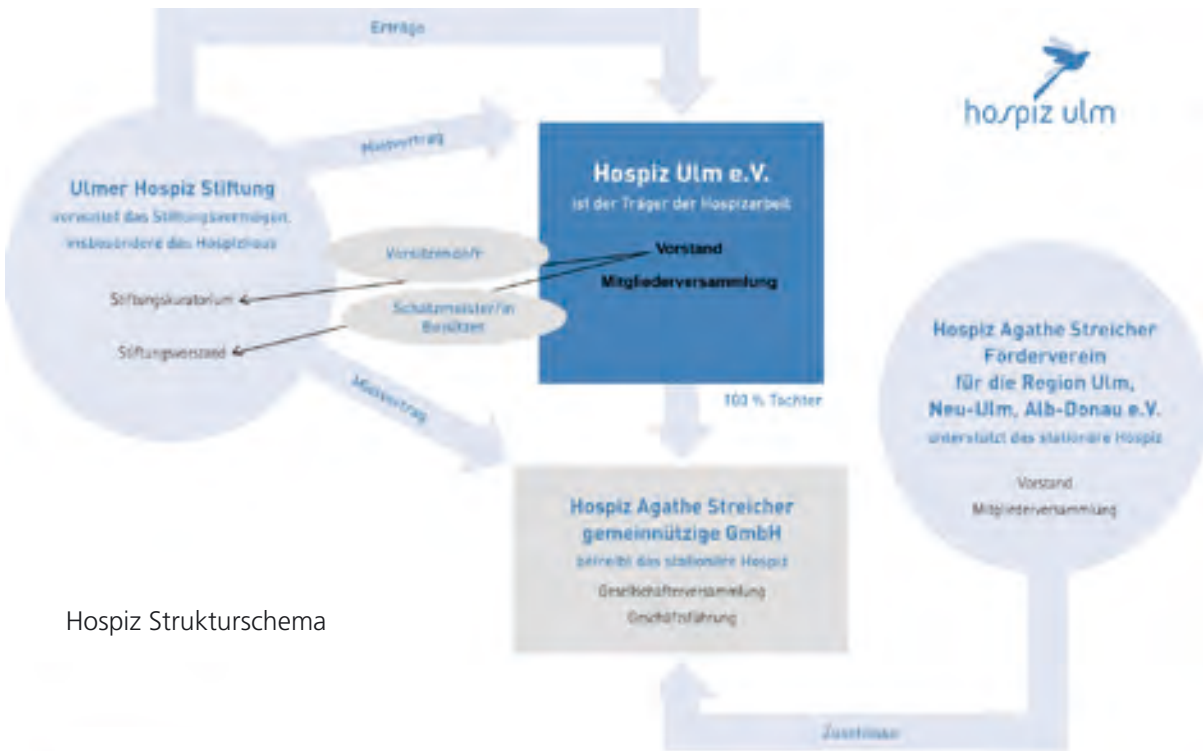
Eine Kultur des Sterbens und ein menschenwürdiges Leben bis Zuletzt brauchen zu ihrer Verwirklichung finanzielle Mittel. Umso dankbarer sind wir, dass wir viele Bürgerinnen und Bürger, viele Firmen und Serviceclubs seit Jahren treu an unserer Seite wissen, sei es finanziell, ideell oder durch eine Mitgliedschaft im Verein Hospiz Ulm e.V..

Und es braucht besondere Menschen, die sich in unzähligen wertvollen Stunden, Wochen, Monaten und Jahren für andere Menschen im Hospiz Ulm engagieren und ihre Zeit schenken. Zeit: das Kostbarste, das man schenken und bekommen kann.

Claudia Schumann

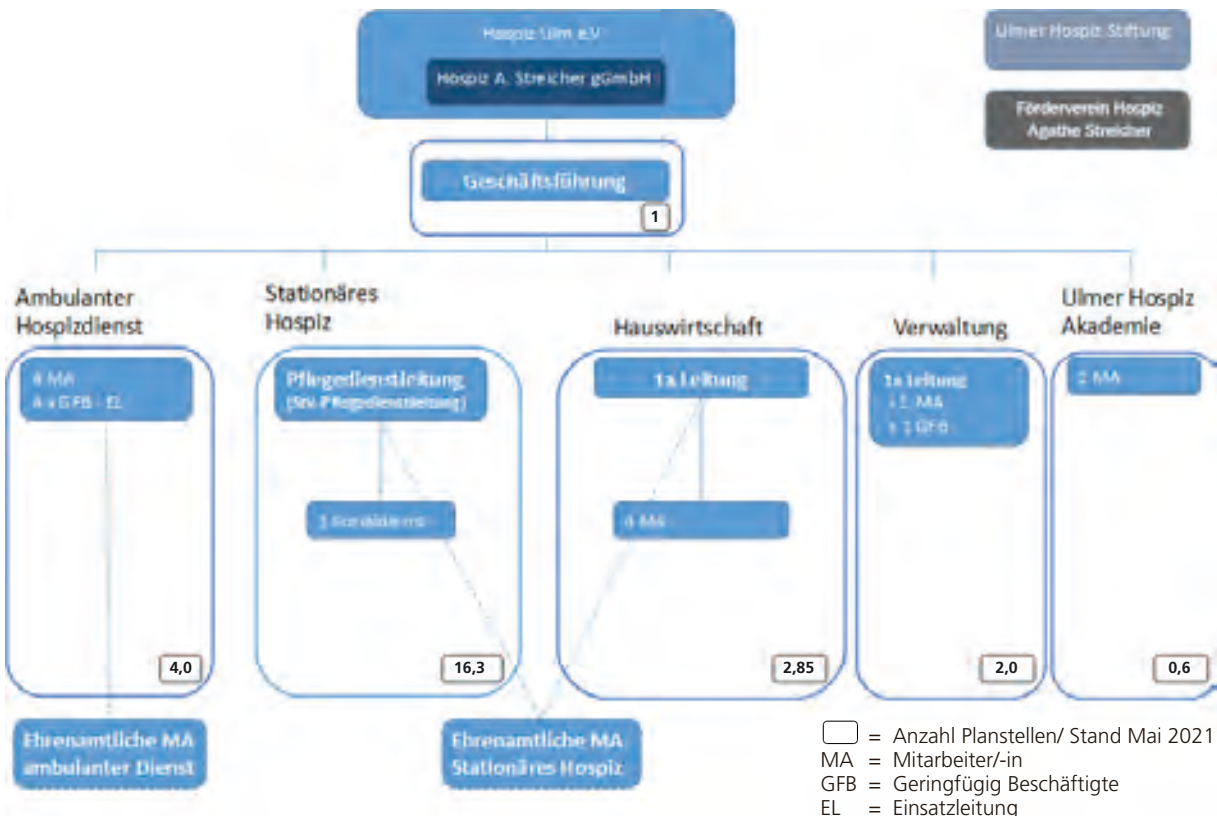
ZUR ORGANISATIONSSTRUKTUR

Unsere Einrichtung hat sich in den vergangenen 30 Jahren sehr stark entwickelt und verändert. Um einen Überblick zu verschaffen, stellen wir das Organigramm vor:



Hospiz Strukturschema

Im folgenden Bild finden Sie Informationen zum internen Organisationsaufbau und zu den Mitarbeiter*innen



DAS STATIONÄRE HOSPIZ IN ZEITEN DER CORONA-PANDEMIE

Als ich vor über vierzig Jahren in meiner Ausbildung zur Krankenschwester stand, lernte ich im Fach Infektionskunde Begriffe wie „Epidemie“ und „Endemie“. Der Vollständigkeit halber wurde auch das Wort „Pandemie“ erwähnt. Pandemien jedoch, weltumspannende Epidemien, so wurde gelehrt, gäbe es Dank des medizinischen Fortschritts nicht mehr.

Immer wieder denke ich an diesen Unterricht.

Intensiv erlebe ich die Corona-Pandemie auf unserer Station seit über einem Jahr.

Zögerlich zunächst, unsicher waren wir, was gilt denn nun für uns? Andere stationäre Hospize schließen ganz oder nehmen nicht mehr auf. Hygieneregeln wie Mund-Nasen-Schutz, regelmäßige Händedesinfektion, Abstandhalten, kleine Gruppen, ließen sich umsetzen. Unsere Kollegin Sabine Gessel als Hygienebeauftragte, informierte uns sicher und kompetent. Ihr gilt große Anerkennung.

Die Mitarbeiterinnen in der Hauswirtschaft stellten ihre Arbeit um und führten mehrmals Wischdesinfektionen auf der Station durch, an allen Türklinken, sämtlichen Flächen und im ganzen Haus. Auch ihnen gilt großer Respekt für die Zusatzaufgabe.

Damit alle Menschen, die auf unsere Station kamen, den Hygieneauflagen nachkommen konnten, legten wir an den Eingängen Masken aus und stellten Desinfektionsspender auf.

Ernüchtert mussten wir feststellen, dass Masken anscheinend Mangelware sind, sie wurden gestohlen; auch im Hospiz.

Woraufhin wir umstellten, die Masken mussten mitgebracht und die allgemeinen Wanddesinfektionsspender benutzt werden.

Und unsere Gäste und ihre Angehörigen?

Von Anfang an galt, Besuche bleiben weiterhin möglich. Der Vorstand des Hospizes und die Geschäftsleitung beschlossen dies mutig. Dankenswerterweise!

Kern unserer Arbeit ist, dass die Gäste und ihre Angehörigen im Mittelpunkt stehen.

Wie ließ sich dies umsetzen?

Zur Aufnahme jedes Gastes gehörte nun ein aktueller und negativer PCR-Test.

Die Angehörigen benötigten einen Schnelltest, der bald auch im Hospiz täglich zu bestimmten Zeiten angeboten wurde.

Die große Not in den Krankenhäusern, nämlich dass die Kranken nicht mehr besucht werden durften, erreichte uns auf unerwartete Weise. Viele Kranke, die vor der Pandemie nicht mehr ins Hospiz verlegt worden wären, da sie zu schwach waren, wurden nun dennoch zu uns gebracht. Dadurch konnten ihre Angehörigen in den allerletzten Tagen und Stunden unbegrenzt bei ihnen sein. So kamen immer mehr Gäste zu uns, die nur einen Tag oder auch wenige Tage nach der Aufnahme starben. Dies ist für unser Team eine zusätzliche große Aufgabe.

Wir achteten darauf, dass Besucherinnen und Besucher in den Zimmern und in der Küche



in kleinen Gruppen beieinander waren. Später, mit der dritten Infektionswelle, beschränkten wir die Besuche auf vier Kernpersonen. Zwei durften sich gleichzeitig im Zimmer aufhalten.

Als die Enkeltöchter eines Gastes aus Berlin anreisten, um den Großvater nochmals sehen und spüren zu können, konnten sie als Besuch natürlich zusätzlich kommen. Diesen Spielraum durften wir uns geben.

Jede Besucherin und jeden Besucher tragen wir in eine Besucherliste mit Uhrzeit und Telefonnummer ein.

Auf die konstant ausgegebenen neuen Richtlinien, die zum Teil immer strenger wurden, konnten wir uns einlassen. Unsere Leitung führte uns durch diesen ständig wechselnden Maßnahmenschub mit klaren Ansagen, jedoch immer unaufgeregt.

Dennoch, das Tragen der FFP2-Masken in der Pflege ist mühsam, und es gehört bisweilen ein gehöriges Stück Humor dazu, so maskiert zu arbeiten.

Ein wesentlicher Kontakt in der Sterbebegleitung ist die nonverbale Kommunikation über die Mimik. So zeigt sich eine deutliche Erschwernis, der Maske wegen alles über die Augen auszudrücken. Besonders bei Menschen mit kognitiver Einschränkung ist dies fast unmöglich.

In der ersten Zeit der Pandemie waren Gruppentreffen ganz untersagt und für unser großes

Team fielen die Dienstbesprechungen und Supervisionen aus, die uns sehr fehlten.

Vielleicht waren wir anfangs noch gestärkt durch die bisherigen regelmäßigen Besprechungen und geführten Aussprachen. Mit den Wochen und Monaten wurde jedoch das Unausgesprochene immer belastender.

Im Beisammensein in den Gruppen erleben wir uns anders als im Pflegealltag und erfahren uns bisweilen ganz neu. Auch Stimmungen zu erspüren gehört dazu. Handlungsweisen zeigen sich in einem neuen Licht. Durch die Mehrarbeit auf der Station fehlte häufig auch dieses „Zwischendurch“ an persönlichen kollegialen Begegnungen.

Vorsichtig, in kleinen, registrierten Gruppen konnten im letzten Sommer unsere Besprechungen und Supervisionen wieder aufgenommen werden. Dies empfanden wir im Team als große Entlastung. Haben wir doch in vierzehn Monaten Pandemie Berge von Nöten und eine Wucht an Emotionen erlebt.

Zu uns kam eine ältere Frau aus dem Krankenhaus. Die erwachsenen Kinder hatten sie drei Wochen nicht besuchen dürfen und nicht gesehen. Das erneute Aufflammen der Tumorerkrankung, der unterbrochene Kontakt zur geliebten Familie, das Alleinsein im Krankenhaus hatte unseren neuen Gast enorm überfordert. Bei der Aufnahme war die Frau verwirrt, erkannte ihre Angehörigen nicht und konnte nicht für sich



selbst entscheiden. Zwei der Kinder, die die Mutter in Empfang genommen hatten, waren erschüttert. So hatten sie ihre Mutter noch nie erlebt.

Die Familie benötigte Zeit. Zeit, beisammen zu sein und sich wieder zu finden. Dankbar stellte ich fest, wie sehr wir genau dies anbieten und geben konnten.

Eine junge Frau lag im Krankenhaus. Ihre Tumorerkrankung war weit fortgeschritten, weshalb ihr eine Verlegung ins Hospiz angeboten worden war. Die Frau wollte nicht ins Hospiz. Als Ehefrau und Mutter von drei kleinen Kindern hoffte sie noch so sehr, einen Weg aus der schweren Krankheit zu finden. Allein die Aussicht, dass die Familie sie im Hospiz besuchen könnte, sie alle wieder beisammen sein würden, ließ sie der Aufnahme zustimmen. In den ersten zwei Tagen war der Ehemann bei ihr, einfach da. Gemeinsam bastelten sie ein Geschenk für das jüngste Kind, das drei Jahre alt geworden war.

Ab dem dritten Tag kamen die Kinder zu Besuch. Sie saßen bei der Mama im Bett und konnten sie streicheln und spüren. Eine Freundin der Mutter begleitete die Kinder und entschied klug, wann es Zeit war, mit den Kindern nach draußen zu gehen oder die Kinder auch wieder nach Hause zu bringen. Bei aller Freude und Liebe der Mutter, waren die Besuche anstrengend. Entlastet wurden die Eltern durch unseren Kinderhospizdienst. Eine der Koordinatorinnen nahm die Kinder zusätzlich unter ihre Fittiche.

Eine Woche nach ihrer Aufnahme starb unser junger Gast ganz ruhig.

Im letzten Rundbrief erzählte ich vom stationären Hospiz als Insel.

Nun, während der langen Zeit der Corona-Pandemie, erlebe ich unsere Station neu als Insel, da Besuche, Begegnungen, Beziehungen für unsere Gäste und ihre Angehörigen einzigartig möglich gemacht werden können.

Dies scheint mir jetzt als unser besonderer Hospizauftrag.

Viele der Haupt- und Ehrenamtlichen sind inzwischen geimpft.

Und die Pandemie zieht noch immer ihre weltweiten Kreise.

Almut Holdik-Probst

GABRIELE SOMMER

Schon der Umstand, dass ich keinen Anfang finde, zeigt mir, es hat Tragweite:

Unsere Kollegin Gabriele Sommer geht am 1. Februar 2021 in den Ruhestand.

Mein erster Gedanke ist, Gabriele ist eine Institution; ehrlich, geradeheraus, ordnend, zupackend, integer. Am 1. April 2006 begann sie ihren Dienst im stationären Hospiz. Für die meisten von uns ist Gabriele schon immer da.

Almut: Wie geht es dir, wenn du an deinen Ruhestand denkst?

Gabriele: *Sehr gemischt. Ich bin froh, in Rente gehen zu können und weiß doch jetzt schon, dass ich die Hospizarbeit und die Menschen hier vermissen werde. Arbeiten war ein wichtiger Teil meines Lebens. Mit den Kolleginnen und Kollegen habe ich viele schöne Momente verbracht. Die Arbeit hat meinen Alltag strukturiert.*

Jetzt ist diese Struktur weg und ich kann meine Zeit ganz selbstständig füllen. Ich werde weiterhin ehrenamtlich in der Kirchengemeinde die Seniorennachmittage organisieren und mitgestalten. Ich habe aber auch viel Neues vor. Darum bin ich sicher, dass ich auch weiterhin meiner Woche Struktur geben werde.

Was führte dich damals ins Hospiz?

Ich hatte die Hospizarbeit in der Presse verfolgt und es hat mich begeistert. Gern wollte ich mit meiner Kraft dort unterstützen. Darum habe ich mich als Krankenschwester im stationären Hospiz beworben. Und als dann die Anfrage kam, sagte ich direkt zu. Das habe ich bis heute keinen Tag bereut.

Wie war es dann für dich im Anna-Stift zu arbeiten?

Der erste Eindruck war sehr positiv. Es war toll, in der Pflege mehr Zeit zu haben – für die Gäste wie auch für die Familien. Es war eine familiäre Gemeinschaft mit den Kolleginnen und Kollegen, den Gästen und ihren Angehörigen – wir haben auch gemeinsam gegessen. Am meisten hat mich beeindruckt, wie über das Sterben und den Tod gesprochen wurde. Ich erinnere mich an eine junge Frau. Es war im Frühjahr, sie kam auf den Balkon und strahlte so viel Klarheit aus. Offen sprach sie über ihr



Gabriele Sommer

Sterben und wie gehandelt werden sollte. Das hat mich tief berührt.

Auch war ich sehr fasziniert von der Pflege mit ätherischen Ölen und machte dies zum Thema meiner Facharbeit.

Du bist dann mit dem Hospiz in die Lichtensteinstraße umgezogen. Wie hast du diese Veränderung erlebt?

Der Umzug in die größeren Räumlichkeiten hat viel bewegt. Wir können mit zehn Zimmern nun mehr Gäste aufnehmen. Mehr Menschen, denen wir diese besondere Pflege und Begleitung gewähren können.

Natürlich haben mehr Betten auch Strukturen verändert. Wir haben nicht mehr gemeinsam mit den Gästen gegessen, sondern uns mit dem Pflegeteam in den Personal-Raum zurückgezogen. Das war zwar am Anfang eine Umstellung, aber so können wir in den Pausen gut abschalten – was mit mehr Gästen auch wichtiger ist – und im Team auch über andere Themen sprechen und dann wieder kraftvoller in die Arbeit zurückkehren. Gleichzeitig ist unser Team auch gewachsen und mit ihm auch die Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen. Das hat die Arbeit immer sehr bereichert.

Was hat dich geprägt? Was war dein Antrieb die letzten Jahre?

Geprägt hat mich der offene Umgang mit Tod und Sterben. Denn das gibt einen ganz an-

deren, wie ich finde wertschätzenderen Blick auf das Leben. Angetrieben hat mich vor allem der Satz von Cicely Saunders „Nicht dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben geben“. Also nicht alles zu tun, um das Leben zu erhalten. Daran habe ich mich immer orientiert. Im Zentrum stand immer, was dem Gast guttut. So waren in den letzten Jahren auch viele verschiedene Tiere hier zu Besuch. Selbst ein Pferd wurde mal vorbeigebracht.

Wo waren deine Kraftquellen?

Für mich war das Hospiz immer ein besonderer Ort: War ich hier, war alles andere weg und wenn ich zu Hause war, war das Hospiz weg. Natürlich kostet diese Arbeit sehr viel Energie. Meine Kraftquellen waren meine Familie, der Garten, die Natur, draußen zu sein und meine ehrenamtliche Tätigkeit in der Kirchengemeinde.

Wenn du auf die letzten Jahre zurückblickst, was war besonders schwer? Und was hast du am meisten geschätzt?

Am Anfang fiel es mir schwer, mit dem langsamen Sterben umzugehen. Einfach da zu sein und zu begleiten, keine Aktionen.

Doch mit der Unterstützung der Kolleginnen und Kollegen konnte ich das sehr gut annehmen. Und das ist es auch, was ich am meisten geschätzt habe: Die gute Zusammenarbeit auf allen Ebenen. Egal bei welchen Themen. Egal ob mit dem Vorstand, dem Hospizverein, den Ärzten, den Pflegekräften oder den Ehrenamtlichen: Immer wurden Erfahrungen geteilt, aufeinander gehört, wirklich wertschätzend miteinander gearbeitet. Das ist nicht selbstverständlich.

Danke, Gabriele, dass du so offen über deine lange Zeit und dein Erleben im Hospiz berichtet hast.

Das Gespräch führte Almut Holdik-Probst

CORONA

Schwierigkeiten und Lösungen
im ambulanten Hospizdienst

WACHSEN AN DER HERAUSFORDERUNG

März 2020: nichts geht mehr. Unvorstellbar bis dahin. Ein Lockdown?!? Wir stehen morgens um halb neun bei unserer täglichen Frühbesprechung zusammen und sind ziemlich ratlos. Was heißt das für unsere Arbeit? Was heißt das für die Menschen, die wir begleiten und für die wir doch da sein wollen? Was heißt das für uns? Müssen wir ins Homeoffice? Können wir ins Homeoffice? Ist es sinnvoll, sich aufzuteilen, damit wir uns möglichst wenig treffen? Wie soll das alles gehen?

Auch wir standen, wie wohl die meisten Menschen, der völlig unbekanntem Situation zunächst einmal fassungslos gegenüber.

Was uns half, war die klare Ansage des Vorstands – wir bleiben hier. Eine wichtige Weichenstellung, die unsere Tätigkeit in der Coronazeit sehr beeinflusst hat und die uns sehr entgegenkam. Zumal es gelebter Hospizgedanke ist. Wir bleiben, auch wenn es schwer wird. Diese gemeinsame Haltung, hat sich während der ganzen 1,5 Jahre, die wir nun schon mit der Pandemie leben müssen, nie geändert. Was sich dagegen immer wieder geändert und angepasst hat, ist deren konkrete Umsetzung.

Was schmerzhaft bis heute weggefallen ist, sind fast alle Gruppenangebote in Präsenz. Angefangen von den Gruppen, die unsere Ehrenamtlichen durchführen, wie z.B. Hospizcafé, Trauercafé usw. über Familientrauernachmittage und Trauergruppen bis zu den Supervisionen und den Arbeitskreisen.

Ein wichtiger Bestandteil der Hospizarbeit, das Miteinander, die Nähe fehlen damit. Wir haben mittlerweile Alternativen gefunden, die nicht hoch genug eingeschätzt werden können und die auch in Zukunft noch genutzt werden sollten, aber ja, es sind eben Alternativen.

Anfragen für Begleitungen in Heimen, Kliniken und Privathaushalten sind in der ersten Zeit deutlich zurückgegangen. Bestehende Begleitungen sind allerdings mit großem Engage-

ment und Einfallsreichtum weitergeführt worden. Die Hospizhelfer*innen haben mit ihren „Schützlingen“ jeweils individuelle Wege und Möglichkeiten der Kommunikation gefunden. Sei es per Telefon oder Messengerdiensten, sei es auf Spaziergängen oder per Mail. Manchmal war eine Begleitung auch nicht mehr nötig, weil die Angehörigen aufgrund von Kurzarbeit oder Homeoffice mehr Zeit hatten, selbst da zu sein. Eine der wenigen positiven Begleiterscheitungen der Pandemie!

Bis heute ist es jedoch leider fast unmöglich, Sterbende in den Kliniken zu begleiten. Zu streng sind die Vorschriften, zu groß die Bedenken der Kliniken. In Pflegeheimen sind derzeit Begleitungen wieder mit entsprechendem Hygienekonzept möglich.

Vor einem Jahr sah es noch anders aus. So, wie wir bisher die Sterbebegleitungen organisiert hatten, funktionierte es nicht mehr. Also haben wir uns ein Konzept überlegt, um den Heimen größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten und vor allem, um die Sterbenden wieder besuchen zu können. Wir haben jeder Einrichtung „eigene“ Ehrenamtliche zugeordnet, die nirgendwo anders eingesetzt wurden, diese standen dann für „ihr“ Heim zur Verfügung. Doch gab es nur wenige Anfragen; die Verunsicherung war anscheinend doch zu groß. Manchmal meldeten sich die Angehörigen und fragten nach der Möglichkeit einer Begleitung. Wie erleichtert und dankbar waren sie, wenn sie erfuhren, dass unser Angebot bestehen bleibt!

Wir sind heute dankbar, dass sich viele Ehrenamtliche zutrauten, auch in diesen Zeiten, Sterbenden zur Seite zu stehen. Es muss gut überlegt sein, in ein Heim zu gehen und nicht zu wissen, ob man sich womöglich infizieren könnte. Oder gar selbst - unwissend - die Krankheit ins Haus bringe. Szenarien, die unweigerlich aufpoppten und verantwortungsvoll besprochen und beantwortet werden mussten. Und viele unserer Hospizbegleiter*innen machten sich Gedanken. Was ist mit den eigenen Angehörigen? Kann ich sie möglicherweise in Gefahr bringen, wenn ich weiter für Hospiz unterwegs bin? Wo muss ich Grenzen ziehen? Was ist hinnehmbar? Wo muss ich Abstriche machen und Prioritäten setzen? Manchmal gab es keine klare Antwort



Die Koordinatorinnen von Hospiz Ulm: Ulrike Schmidt-Bommas, Andrea Müller-Götz, Imogen Sass, Nicola Glaubach.

und es ging einfach nur ums Aushalten, ruhig bleiben und Abwarten.

Ab der zweiten Welle hatten wir dann auch noch Ehrenamtliche, die sich bereit erklärt hatten, Begleitungen für Corona-Kranke zu übernehmen. Bis jetzt ist es noch nicht vorgekommen, aber es zeigt doch, welche Werte hier vertreten werden. Für uns Koordinatorinnen und das Team in der Einsatzleitung bedeutet die aktuelle Situation ein ständiges Abwägen und Austarieren zwischen der Fürsorge für unsere Ehrenamtlichen und der Verantwortung für die Betroffenen.

Sehr schnell nach dem ersten Lockdown konnten alle spüren, wie sehr die persönlichen Begegnungen uns allen fehlten. Wir suchten nach Lösungen. Als zum Sommer hin dann wieder etwas mehr Begegnung möglich wurde,

luden wir die ehrenamtlich Mitarbeitenden zu einem Fotoshooting und einer Gesprächsrunde ein. Alles mit einem wohldurchdachten Hygienekonzept. Denn so sehr wir uns auf ein Wiedersehen freuten und so sehr wir ein Treffen untereinander auch ermöglichen wollten, an erster Stelle stand die Vor- und Für-Sorge um die Gesundheit und Sicherheit aller.

War einerseits so gut wie alles heruntergefahren, so stellten wir nach einer anfänglichen kleinen Schockstarre fest, dass unsere Arbeit nicht weniger wurde. Die Nachfrage nach Beratungsgesprächen stieg kontinuierlich. Wir stellten bei diesen Gesprächen fest, dass sich die Menschen oft allein gelassen und hilflos fühlten. Natürlich gaben in dieser Zeit alle Behörden und ambulante Dienste ihr Bestes, doch persönliche Ansprache war ganz selten möglich. Wir bezo-

gen uns auf unsere Hospizhaltung und auf unser Hygienekonzept und ermöglichten weiterhin Hausbesuche und persönliche Gespräche.

Gleich zu Beginn der Pandemie kam ein verzweifelter Angehöriger zur Beratung. Seine Mutter war in einem Pflegeheim, gerade als die Besuchsmöglichkeiten sehr eingeschränkt wurden. Er hatte ein sehr enges Verhältnis zu seiner Mutter, hat sich schon seit Jahren sehr intensiv um sie gekümmert und nun konnte er sie nicht mehr zu Hause versorgen, da sie zu pflegebedürftig war. Er hätte es gerne versucht, doch die notwendige Unterstützung durch die ambulanten Pflegedienste war zu diesem Zeitpunkt nicht mehr zu organisieren. Je weniger er seine Mutter sehen konnte, desto mehr sorgte und ängstigte er sich um sie. Der traurige Höhepunkt war, dass er nicht beim Sterben seiner Mutter dabei sein konnte. Das Wissen, dass seine Mutter ohne ihn sterben musste, verursachte ihm starke Schuldgefühle und er konnte für sich keinen Weg für gutes Abschiednehmen finden. Die Gespräche im Hospiz gaben ihm in dieser Situation Halt, Unterstützung und Trost.

Diese persönliche Geschichte war kein Einzelfall und dies berührte uns sehr. Wir fragten uns, wie Abschiednehmen gelingen kann, wenn es im Heim – oder in der Klinik – nicht möglich ist, zumal die Kirchen ebenfalls geschlossen waren und auch nicht jeder Mensch einen religiösen Ort zum Abschiednehmen möchte. Ein Teil unseres Gartens auf der Nordseite liegt etwas abseits. Dieser Ort kam uns sehr geeignet vor. So war die Idee eines „Besinnungsgartens“ geboren. Ein spiritueller Ort, der immer und für jeden zugänglich ist. Angebunden an das Hospiz, als Stätte, die überkonfessionell mit Tod, Sterben und Abschied verbunden ist. Trauernde können hier ungestört sein, es gibt die Möglichkeit letzte Botschaften auf Steinen oder kleinen Briefen zu hinterlassen oder Blumen niederzulegen.

Dadurch, dass Tod und Sterben auf eine Art und Weise, wie wir es uns alle nicht gewünscht hätten, in der Gesellschaft angekommen ist, ist auch die Beschäftigung mit der eigenen Sterblichkeit in den Fokus gerückt. Viel Nachfrage entstand bei der Beratung zur Erstellung von Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten.

Auch hier gibt es nach wie vor immer persönliche Beratungsangebote hier im Hospiz, es besteht die Möglichkeit einer telefonischen Beratung oder die Vereinbarung eines Hausbesuches. Die zuständigen Kolleginnen erfahren immer wieder die Erleichterung und Dankbarkeit der Betroffenen, dass wir vom ambulanten Hospizdienst da sind und kreativ genug, für alles einen Vorschlag anbieten zu können.

Parallel dazu gibt es ebenfalls eine verstärkte Nachfrage nach Trauer-Beratungen. Häufig sind Menschen mit ihrer Trauer allein, bewährte Rituale greifen nicht mehr, der Austausch mit Familie, Freunden, Arbeitskollegen und Sportfreunden ist kaum möglich. Zudem ist Corona das allesbeherrschende Thema, da ist wenig Platz für „zusätzliche“ Trauer. Doch es gibt Berührungspunkte, die sehr belastend sein können. So geht es z.B. einem Witwer, der seine Frau bis zu ihrem Tod zuhause betreut und gepflegt hat ganz schlecht. Weniger, weil sie nun verstorben ist, sondern weil er ihren Wunsch, eine große „Beerdigungsfeier“ zu gestalten nicht erfüllen konnte. Die Corona-Auflagen erlaubten nur eine ganz kleine Feier. Wie kommt er nun damit zurecht, seiner Frau ihren allerletzten Wunsch nicht erfüllt zu haben. Hier setzt die Trauerberatung an, gemeinsam hinzuschauen, was der Ehemann doch alles ermöglichen konnte. Und es geht darum, Ideen zu entwickeln, wie er eine Feier irgendwann im großen Rahmen nachholen kann. Diese Unterstützung gibt ihm Halt und Perspektive.

Wenig Platz für Sterben, Tod und Trauer, wenig Platz für alles, was über eine normale Alltagsroutine hinausgeht, das kennen auch die Wohnheime für Menschen mit Behinderung. Unsere Kolleginnen, die sich seit Jahren bemühen, ein Augenmerk auf sterbende und trauernde Menschen mit Behinderung zu legen, sind scharf ausgebremst worden. Vier Gruppenangebote hier im Hospiz, für die sich viele interessierte Bewohner angemeldet hatten, mussten ausfallen. Das waren wichtige Angebote, die die Menschen mit Behinderungen in angepasster Form mit den Themen Sterben und Trauer in Berührung bringen wollten. Glücklicherweise konnten die geplanten Schulungen für Mitarbeitende zum Umgang mit Sterben und Trauer in

der Eingliederungshilfe stattfinden. Zum Opfer gefallen ist leider im ersten Lockdown der Vortrag „Besonderheiten der palliativen Versorgung bei Menschen mit Behinderung“ im Qualitätszirkel der Palliativmediziner in Ulm.

Die Wohngruppen sind seit Beginn der Pandemie stark belastet. Kommt zum normalen Alltagsleben noch eine sterbende Bewohnerin oder Bewohner hinzu, bedeutet dies noch intensivere Begleitung und Aufmerksamkeit.

Ein Beispiel: auf eine Begleitungsanfrage hin machte eine Kollegin einen Besuch auf der Wohngruppe. Sie brachte viel Zeit mit für den Sterbenden, die Angehörigen, die Mitbewohner und die Mitarbeitenden. So konnte sie Orientierung geben und auf die anstehenden Fragen eingehen. Nach einiger Zeit wurde dann ein Hospizhelfer eingesetzt, der den sterbenden Bewohner weiter begleitete.

Ein besonderes Augenmerk richten wir auf die Kinder und Jugendlichen, die wir begleiten. Bei ihnen wird besonders deutlich, wie massiv sich der komplette Ausfall des normalen Alltags auswirkt. Wie ankernd sind Schule, Sportverein und Freunde, wenn zuhause gerade die Welt untergegangen ist. Eine Mitarbeiterin vom ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst war zentrale Ansprechpartnerin für zwei Kinder, als zuerst die Mutter in der Klinik verstarb und kurze Zeit darauf auch der Vater. Sie begleitete die Kinder engmaschig und unterstützte die Verwandten, die mit dieser Situation ebenfalls an ihre Grenzen kamen. Den zuständigen Behörden war so schnelles Eingreifen aufgrund von Corona-Vorschriften und Homeoffice kaum möglich.

Die Begleitungen in Familien mit einem lebensverkürzt erkrankten Kind konnten wir weiter anbieten. Dabei richteten wir uns immer nach den Wünschen der Familien. Das konnte bedeuten, dass Treffen nur draußen - auch im Winter - stattfanden. Drinnen nur mit aktuellem negativem Test oder manchmal überhaupt nicht, weil den Familien die Gefahr einer Ansteckung zu groß war. Auch hier zeigte sich das Dilemma, in dem die Familien steckten. Die Wahl zu haben zwischen sozialer Isolation und höchstmöglichem Schutz auf der einen Seite oder Kontakten und Unterstützung von

außen mit dem Risiko einer Infektion, das auch bei größtmöglichen Schutzmaßnahmen natürlich nie ganz ausgeschlossen ist.

Wenn wir angefragt wurden, sind wir in die Familien gegangen, um die Kinder auf das Sterben eines Elternteils vorzubereiten und die Familie zu unterstützen. Wir sind mit zum Bestatter und zur Beerdigung gegangen, wenn dies gewünscht wurde. Kinder und Jugendliche konnten ohne Unterbrechung zu ihren Einzelterminen unter Beachtung der Hygienevorschriften zu uns kommen. Durch Briefe und Mails haben wir den Kontakt gehalten.

Sehr schnell waren sich alle einig, dass die Kinder- und Jugendtrauergruppen, sobald irgend möglich, wieder stattfinden sollten. Auch wenn alle anderen Gruppenangebote kategorisch geschlossen bleiben mussten. Die Kinder und Jugendlichen nehmen diese Angebote dankbar an.

Ein völlig neues Feld, das sich uns erschlossen hat und das wir zugegebenermaßen immer noch beackern müssen, heißt „Zoom“. Es ist die Online-Plattform, die uns gemeinsame Treffen per Video ermöglicht. Wir Koordinatorinnen haben zuerst selbst Fortbildungen und Meetings online erlebt und konnten nur positive Erfahrungen mitnehmen. Weshalb also nicht auch hier im Hospiz einsetzen? Mit Enthusiasmus machten wir uns an die Umsetzung und erarbeiteten neue Konzepte, die online stattfinden konnten. An dieser Stelle sei ausdrücklich betont, dass das alles nur mit einer Geschäftsleitung und einem Vorstand geht, die unsere Arbeit voll unterstützen und immer für neue Ideen und Wege offen sind.

In kurzer und intensiver Vorbereitungszeit entwickelten wir also einen Online-Arbeitskreis, als virtuelle Alternative zu unseren normalen Arbeitskreisen. Unseren „AK ZOOM“. Wir bereiteten Themen als Diskussionsgrundlage und Basis für einen Austausch vor. Unser Ziel und Anliegen war es, ganz klar NICHT über Corona und seine Folgen zu sprechen. Wir wollten ein Stück Hospiz-Alltag zurückholen. Es gibt immer noch wichtige Themen, abseits von Corona, die es wert sind, diskutiert zu werden.

Unsere Weihnachtsfeier fiel der Pandemie zum Opfer: auch hier waren wieder „Alterna-

tiven“ gefragt. Wir schrieben allen unseren EA einen Weihnachtsbrief, keine mail und nichts Gedrucktes, sondern einen „echten handgeschriebenen“ Brief, darin enthalten unser Dank und unsere Wünsche.

Und für die Mitarbeiter*innen, die ausgeschieden sind, haben wir ein kleines Video gedreht, das ihr Hospiz zeigen sollte, mit allem, was typisch dafür ist. Für alle zu sehen auf unserer Homepage. Eine Heidenarbeit, ein Heidenpaß und das Gefühl unseren Hospizhelferinnen und -helfern ganz nah zu sein.

Ein großer Erfolg ist zum Beispiel auch das Online-Angebot des „Letzten Hilfe“-Kurses. Dieser Kurs wendet sich an alle Bürger*innen und vermittelt Grundwissen und Orientierung. „Was ist wichtig und zu beachten, wenn jemand stirbt? Was kann ich tun in den letzten Tagen und Stunden?“

Auch am Lebensende kann jeder viel Gutes tun und dazu beitragen, dass Sterben heute menschlich bleibt und unsere Gesellschaft von der Sorge umeinander zusammengehalten wird.

Ein weiteres Angebot, das wir neu installiert hatten, war eine Online-Trauergruppe. Ausgehend von dem Gedanken, dass die Trauernden keine Möglichkeit zum Austausch haben, wollten wir einen virtuellen Raum dafür bieten.

Seit Beginn der Pandemie haben wir eine Entwicklung gemacht. Wir mussten uns anpassen, wir mussten alternative, kreative Lösungen suchen und sind daran gewachsen. Wir haben eine Zeit erlebt, die auf eine ganz neue Art und Weise intensiv und fast unwirklich war. Intensiv, weil wir ständig überlegten, was vielleicht doch möglich wäre. Wie wir Corona konform Angebote stattfinden lassen könnten. Unwirklich deshalb, weil unser Arbeitsalltag so gefüllt war, dass es nicht zu einem Lockdown „gepasst“ hat.

Wir haben viele neue Herausforderungen angenommen und viele bewältigt.

Das macht zuversichtlich und bereit für die Zukunft, was immer sie auch bringen mag.

Ulrike Schmidt-Bommas



NACHRUF

Dr. Jörg Hanisch

... eine Stimme ist verstummt.

Im Juni 2020 ist unser Stiftungsvorstand Dr. Jörg Hanisch verstorben.

Mit ihm hat nicht nur die Ulmer Hospiz Stiftung ihren kaufmännischen Leiter, sondern auch der Verein Hospiz Ulm e.V. sowie die Hospiz Agathe Streicher gGmbH einen kompetenten Begleiter und Berater verloren.

Uns allen fehlt die stets zuverlässig beratende und aufmunternde Stimme von Herrn Dr. Hanisch sehr. Sein großes Fachwissen, mitgeteilt in aller Ruhe und Bestimmtheit, war uns in all den Jahren seines Wirkens für Hospiz Ulm eine große Hilfe.

Besonders schön war es zu erfahren, in welcher charmanter Weise er zu lenken verstand.

Wir werden noch viele Jahre an die noble Geisteshaltung von Dr. Hanisch denken und ihm dafür dankbar sein.

*Sigrid Markmiller
Stellv. Stiftungsvorstand*



LEBENDIG BLEIBEN

DIE HOSPIZ AKADEMIE

Öffentlichkeitsarbeit war schon immer eine sehr wichtige Säule der Hospizbewegung.

Seit mehr als 20 Jahren gibt es Bildungsangebote von Hospiz Ulm und seit 2013 die *ulmer hospiz akademie*.

In über 100 Veranstaltungen jährlich werden Wissen und Erfahrungen hier weitergegeben, an alle interessierten Bürger*innen.

Ethische Fragen, Selbstpflege, Spiritualität, Informationen zu allen hospizlichen Themen, Kultur und reger Austausch: all das ist in der Akademie zuhause.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Qualifizierung der Ehrenamtlichen, die für ihre Einsätze und Begleitungen geschult werden, sowie die kontinuierliche Fort- und Weiterbildung der haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden.

Seit über zehn Jahren ein inspirierender Klang im Ulmer Bildungsprogramm.

Der Begriff „Akademie“ stammt aus der Zeit der Philosophenschulen in der Antike. Dort entstanden im 4. Jahrhundert vor Christus Gemeinschaften von Denkern, die sich mit philoso-

phischen Fragen beschäftigten. Für diese Philosophenschulen wurde kein Lehrgeld erhoben, die Schulen erhielten jedoch erhebliche Spendengelder von Sympathisanten, um existieren zu können. Auch unsere „ulmer hospiz akademie“ ist auf Beiträge in Form von Spenden und Zuwendungen angewiesen, arbeitet nicht gewinnorientiert, sondern finanziert sich aus Spenden und Kostenbeiträgen. Der Trägerverein Hospiz Ulm e.V. ist verantwortlich für die Finanzierung unserer Akademie.



„Die Zeit verwandelt uns nicht, sie entfaltet uns nur“, sagt Max Frisch. „Der Mensch rückt in den Fokus. Ich fühle mich immer unterwegs...“

Marion Weidenfeld,
Bildungsreferentin
ulmer hospiz akademie



**Immer wieder zu
Gast bei Hospiz Ulm
- die Kunst.**

Ulmer Hospizwege unter dem Motto: Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße

Martin Walser

In italienischen Weinbaugebieten gibt es die Tradition des „mangialonga“. Diese Art des Wanderns haben wir aufgegriffen und uns im Jubiläumsjahr 2016 mit vielen Menschen auf den Weg gemacht. Hier war Zeit, unterwegs zu sein, zu wandern, zu essen und zu trinken, zu rasten, zu reden sowie kulturelle und kulinarische Impulse zu genießen. Ein Weg der Begegnungen, voller Überraschungen, Kunst und Kultur.



Ulmer Hospizwege 2018

Unterwegs zu besonderen Orten

In diesem Jahr wandern wir zu Orten in Ulm, die uns Kraft geben, uns be-seelen, uns inspirieren. Viele Besucher*innen, wunderbare Musik, besondere Künstler*innen und eine erwartungsfrohe Stimmung liegt in der Luft. Alte Wege und neue Gedanken- unterwegs sein, Freude am Sich-begegnen und an der Gemeinschaft. Erinnerungen, an Menschen und Erlebnisse, und gleichzeitig füllen wir uns auf mit Eindrücken.



Nachtschattenovellen Hospiz trifft Kunst

Besondere Aktivitäten rei-zen die Hospizler*innen immer. So auch dieses Ereignis im Hospizgarten. Für einen Abend unseren wunderschönen Hospizgarten in eine kleine Zauberwelt verwandeln - eine Idee entsteht und alle sind dabei.

Ja, am 23. Mai 2019 wurde noch getanzt und umarmt. Im Rückblick erscheint dieser Abend noch berauschender, da er geprägt war von intensiver Begegnung, Nähe und der Lust auf neue Erfahrungen.

Marion Weidenfeld



GUTE AUSSICHTEN

ULMER HOSPIZWEGE III

Am Sonntag, 22. Mai 2022 wird Hospiz Ulm wieder unterwegs sein, „auf den Spuren von Agathe Streicher“, der Namensgeberin unseres stationären Hospizes.

Hospiz flaniert...

...in die Höhe, in die Tiefen, in die Weite. Gemeinnützigkeit ist ein hohes Gut, heute wie zu Zeiten der Agathe Streicher. Wir treffen auf karitative Wirkungsstätten aus frühen Zeiten, kulturelle Kuriositäten und köstliche Kleinigkeiten und freuen uns auf gemeinsame Erlebnisse und interessanten Austausch.



„..... Man muss nur den nächsten Schritt tun. Mehr als den nächsten Schritt kann man überhaupt nicht tun. Der nächste Schritt ist nämlich immer fällig. Der nächste Schritt ist nämlich nie ein großes Problem. Man weiß ihn genau. Eine andere Sache ist, dass er gefährlich werden kann. Nicht sehr gefährlich. Aber ein bisschen gefährlich kann auch der fällige nächste Schritt werden. Aber wenn du ihn tust, wirst du dadurch, dass du erlebst, wie du ihn dir zugetraut hast, auch Mut gewinnen. Während du ihn tust, brichst du nicht zusammen, sondern fühlst dich gestärkt. Gerade das Erlebnis, dass du einen Schritt tust, den du dir nicht zugetraut hast, gibt dir ein Gefühl von Stärke. Es gibt nicht nur die Gefahr, dass du zu viel riskierst, es gibt auch die Gefahr, dass du zu wenig riskierst. Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße.“

Martin Walser



WIE GEHT ES WEITER MIT DEM EHRENAMT?

EIN ERFAHRUNGSUSTAUSCH ZWISCHEN ELLI PFARR UND MARION WEIDENFELD

Marion Weidenfeld: *Das Ehrenamt ist die Stütze der Hospizbewegung. Es sind vor allem die ehrenamtlich Tätigen innerhalb des Hospiz-Teams, die durch ihre Unterstützung und Begleitung ein Stück Normalität in das Leben von Betroffenen bringen, die Basis für eine Begleitung auf Augenhöhe, so wie es der Hospiz-Idee entspricht - auch wenn es ohne hauptamtliches Koordinieren und Verwalten bei den meisten Hospizvereinen schon lange nicht mehr geht.*

Doch nicht nur die Hospizarbeit braucht ehrenamtliches Engagement, Ehrenamtliche werden überall gesucht.

Elli Pfarr: Für Berufstätige ist die Ausübung eines Ehrenamtes nicht immer einfach. In der Rushhour des Lebens, also mit Familie und Beruf, kann es schwierig sein, auch noch Zeit für ein Ehrenamt zu erübrigen. Von vielen wird der Berufsalltag als zunehmend belastend empfunden und die freie Zeit wird benötigt, um sich wieder zu erholen. Außerdem gibt es eine Vielzahl an Freizeitangeboten, die auch gerne genutzt werden. Wenn darüber hinaus ein Ehrenamt ausgeübt wird, ist es wichtig, dass der Einsatz gut planbar ist; viele entscheiden sich auch leichter für ein zeitlich begrenztes Engagement!

Und trotzdem können wir optimistisch in die Zukunft blicken. Das Pandemiejahr 2020/21 hat sehr viele Menschen bewegt, sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit bei uns im Hospiz zu interessieren. Vielleicht hat diese Krise sensibilisiert, den Fokus auf Werte gerichtet, die zuvor in den Hintergrund gerückt waren. Es ist eine Zeit, die uns vor Augen führt, was wirklich nötig, wirklich wichtig ist. Unser neuer Einführungskurs wird gut angenommen. Er ist komplett ausgebucht, es sind aufmerksame, neugierige und tatkräftige Menschen. Doch ich glaube, es gilt, weitere Bevölkerungsgruppen für uns zu gewinnen und somit die Interkulturalität des Engagements in der Hospizarbeit zu fördern. Wir suchen junge und ältere Menschen aus allen Bevölkerungsschichten. Denn auch unsere Gäste bilden das breite Spektrum unserer immer bunter werdenden Gesellschaft ab.

Für die Hospizarbeit braucht es immer wieder ehrliche Fragen und kreative Antworten. Diese entstehen aus der Zusammenarbeit von haupt- und ehrenamtlich Tätigen und Denkenden. Elli, lass uns zusammen denken. Warum hast du Dich für ein Ehrenamt bei Hospiz Ulm entschieden?



Marion Weidenfeld

So etwas entscheidet man nicht spontan. Man überlegt es sich genau. Eine frühere Kollegin hat mir immer wieder vom Hospiz und ihrem ehrenamtlichen Engagement dort erzählt und ich habe ihr fasziniert zugehört. Das war in den 80er-Jahren und noch ganz zu Beginn des Hospizes. Aber schon damals reifte bei mir der Gedanke, dass ich mich dort ebenfalls einmal ehrenamtlich engagieren werden. Dann bin ich bald schon Mitglied geworden und konnte so die Entwicklung der Hospizarbeit verfolgen, mich sozusagen langsam ins Thema einfinden.

Warum hast Du Dich gerade für Hospizarbeit interessiert?

Ich war noch sehr jung, als ich die schmerzliche Erfahrung machen musste, dass jemand zu früh verstirbt. Bei der Hochzeit meiner Schwester verunglückte mein Cousin tödlich, er war gerade mal 20 Jahre alt! Dieses Erlebnis hat mich sehr geprägt, hat mich früh dazu gebracht, mich mit dem Tod zu beschäftigen, mit der Begrenztheit des Lebens: wie es vorbei sein kann....

Glaubst Du, dass solche Schicksalsschläge eine Rolle dabei spielen, sich für Hospizarbeit zu interessieren?

In meinem EA-Kurs waren einige, die von ähnlichen Erfahrungen erzählt haben.

Das war bei mir im Kurs auch so. Oft tauchten sogar verdrängte Erinnerungen an solche Verluste auf.



Elli Pfarr

Es ist ja so, dass man innerlich frei sein sollte für die Hospizarbeit. Eigene Schicksalserlebnisse müssen verkraftet sein, bevor man Sterbende begleiten kann. Das Erlebte muss weitgehend verarbeitet sein.

Wie verarbeitet man ein solches Erlebnis wie das Deine?

Durch Halt in der Familie. Viel miteinander geredet haben wir alle damals.

Da hast Du dann auch die Erfahrung gemacht, dass reden hilft, und Nähe...?

Nähe geben ist ein bedeutsamer Aspekt für die Arbeit hier. Menschen nicht allein lassen, weder Sterbende noch Angehörige. Dazu ist Hospiz so wichtig. Wichtig ist vor allem das Zuhören und ein achtsamer Umgang mit den Gästen und den Familien

Erinnerst Du Dich noch an Deinen ersten Einsatz?

Ja, sehr gut. (sie schmunzelt) Das war hier in der Hauswirtschaft. Ich wurde von einer anderen Ehrenamtlichen eingewiesen. Als ich für eine kurze Zeit allein war, wurde ich von einer Frau um ein Getränk gebeten. Mir war ja alles fremd und so brauchte ich länger, bis ich die Getränke fand. Da hörte ich, wie die Frau zu ihrer Tochter sagte, und damit mich meinte: „Die kennt sich ja überhaupt nicht aus.“ Und sie hatte natürlich recht damit. Richtig beeindruckt war ich von der ruhigen und ganz besonderen Atmosphäre auf der Station.

Inzwischen kennst Du Dich sehr gut aus.

Ja, das kann man so sagen. Sehr bemerkenswert finde ich es immer noch, mit welcher Offenheit sich hier die Menschen begegnen. Wie freundlich und warm der Umgangston ist. Wie sterbende Menschen schnell auch Vertrauen zu uns Ehrenamtlichen aufbauen.

Aber es ist auch wichtig, dass Du dieses Vertrauen anbietest, also Offenheit ausstrahlst.

Hier geht es einfach um Wesentliche. Niemand muss hier irgendjemandem was vormachen, sich gut darstellen oder sich verstellen, um einen besseren Eindruck zu machen. Das spielt am Ende alles keine Rolle mehr.

Wie lange arbeitest Du hier schon im stationären Hospiz?

Ich habe vor zehn Jahren die Ausbildung gemacht, die letzten zwei Jahre pausiert und mich jetzt wieder als Springerin gemeldet.

Da hast Du viel erlebt. Gibt es auch etwas, was Dir richtig schwerfällt?

Wenn es junge Menschen sind hier im Hospiz, junge Mütter oder Väter. Das sollte es einfach nicht geben! Schwierig wird es für mich auch, wenn Gäste sagen: „Ich will nicht sterben.“ Wenn sie es nicht wahrhaben wollen oder können. Da finde ich es besser, nichts zu sagen, es offen lassen...

Es gibt noch ein ganz elementares Erlebnis, an das ich mich auch immer wieder erinnere. Eine junge Frau war Gast bei uns, aber ihre Mutter hat es nicht über sich gebracht, in der Todesstunde zu ihrer Tochter ins Zimmer zu gehen. Das war auch für uns Ehrenamtliche eine Herausforderung. Die Mutter hat so mit sich gekämpft, konnte sich aber nicht überwinden. Der Vater war dann bei seiner Tochter, als sie starb, und die Mutter hat uns später geschrieben, wie wichtig ihr der Beistand von uns Ehrenamtlichen gewesen ist.

- Ausnahmezustände -

Ja. Die muss man aushalten, mit denen muss man umgehen können. Ein Gast hat mich mal gefragt: „Leben Sie Ihr Leben so, wie Sie es gern möchten? Machen Sie das?“ Ich zögerte. „Machen Sie das!“ sagte er mir. „Ich hab das nicht getan - ich hab so viel falsch gemacht. Machen Sie es besser als ich.“

Das erinnert mich an die 5 Bedauern im Angesicht des Todes. Darüber haben wir ja auch im Kurs geredet. Das beeindruckt mich immer wieder.

„Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mein eigenes Leben zu leben.“

„Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet.“

„Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meine Gefühle auszudrücken.“

„Ich wünschte mir, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden aufrechterhalten.“

„Ich wünschte, ich hätte mir erlaubt, glücklicher zu sein.“

Dass man in der Hospizarbeit fürs Leben lernt, das ist keine Floskel!

Ja. Floskeln haben hier sowieso keinen Platz. Achtsam sein, mit sich selbst und mit den Menschen, die begleitet werden, das ist ein wichtiger Aspekt in unserem Tun. Nicht unbedacht reden, aber trotzdem locker sein. Es wird hier viel gelacht, bei all der Schwere. Viele Jahre war ich in einer Einrichtung mit behinderten Menschen tätig. Die Erfahrungen aus dieser Zeit haben mir hier bei der Arbeit sehr geholfen. Ich habe dort erfahren und lernen dürfen, dass niemand damit geholfen ist, jedes Leid zum eigenen Leid zu machen. Wichtig ist, ehrliches Mitgefühl zu haben und empathisch zu sein.

Distanz?

Ich würde es nicht Distanz nennen, eher Trennung. Es ist nicht mein Leid, dem ich hier begegne. Es ist wichtig, bei sich selbst zu bleiben.

Hast Du einen Tipp, wie die richtigen Menschen für dieses Ehrenamt zu finden sind?

Ich glaube, dass sich die richtigen Menschen melden. Man muss natürlich werben und informieren, aber ich bin sicher, dass die Hospizbewegung ihre Menschen findet. Es ist ein so bereichernder Einsatz! Man verschenkt seine Zeit und bekommt so viel zurück.

Marion Weidenfeld und Elli Pfarr

QUALIFIZIERTES PFLEGETEAM

Welche Qualifikationen braucht ein Pfl egeteam im Hospiz wirklich? Worin unterscheiden wir uns bei der Versorgung unserer Gäste von Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen? Passen die Angebote, die auf dem Fortbildungsmarkt angeboten werden, zur palliativen Pflege?

Hier einen guten Weg zu finden, damit unsere Gäste und Zugehörige die bestmögliche und individuelle Begleitung bekommen, war die Herausforderung der letzten Jahre.

Die Begleitung Sterbender und ihrer Zugehörigen im stationären Hospiz hat sich in den letzten 20 Jahren verändert. Immer mehr Auflagen von Seiten der Heimaufsicht und häufig wechselnde gesetzliche Vorschriften geben die zusätzlich geforderten Qualifikationen vor. Gleichzeitig kann mit Hilfe der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung (SAPV) der Wunsch der meisten Menschen so lange wie möglich zuhause bleiben zu dürfen, immer besser organisiert werden. Die Folge ist, dass unsere Gäste viel später zu uns kommen und dann häufig unter massiven multiplen Symptomen leiden. Dies ist eine große Herausforderung an die Pflege, die dadurch sehr aufwendig wird.

Um diesen wachsenden Anforderungen gerecht zu werden, benötigt unser Pfl egeteam sehr gute Fortbildungsmöglichkeiten.

Allen Pflegenden wird vom Träger eine Palliative Care Zusatzqualifikation ermöglicht. Auch die praktische Übung in Kinästhetik wird regelmäßig angeboten. Zusätzlich werden einzelne Mitarbeiter*innen zu speziellen Themen geschult, um Anregungen für das Team geben zu können: z.B. Aromapraktikerin, Hygienebeauftragte, Klangschalentherapeutin.

Da wir auch regelmäßige Einsätze von Krankenpflege- und Altenpflegeschüler*innen bei uns haben, ist auch die Weiterbildung einer Kollegin zur Praxisanleiterin wichtig geworden.

Einige Mitarbeiter*innen berichten nun von ihren Weiterbildungen und welche Auswirkungen diese auf ihre Arbeit mit Sterbenden und ihren Angehörigen haben. Dankenswerterweise zeigen alle Mitarbeitenden unseres Hospizes große Bereitschaft und Engagement, diese Weiterbildungsmöglichkeiten anzunehmen und viel Zeit und Energie in diese Arbeit zu investieren.

Angelika Bais



Barbara Gebert, Praxisanleiterin

Im vergangenen Jahr durfte ich die Weiterbildung zur Praxisanleiterin machen.

Eine Praxisanleiterin hat die Aufgabe, die Auszubildenden praktisch und theoretisch anzuleiten, dabei auf Ausbildungsjahr, Lerntyp und Persönlichkeit, sowie auf ihre Stärken und Schwächen einzugehen und sie unter Beachtung der vorgegebenen Lernziele anzuleiten. Dabei ist mir persönlich ganz wichtig, die Haltung zu vermitteln, die wir im Hospiz versuchen zu leben. Vor allem jeden unserer Gäste als ein Individuum zu sehen und situationsorientiert und individuell zu pflegen.

(Vielleicht spürt man die Komplexität meiner Aufgabe schon beim Lesen und oft fühle ich mich auch so.)

Schon lange ist es mir ein Anliegen, die Ausbildung von Pflegefachkräften – quasi „unsere Zukunft“ – so gut es geht mitzugestalten. Ich bin erst am Anfang, meine Funktion als Praxisanleiterin zu entwickeln. Im Umgang mit den Schüler*innen lerne ich täglich neu dazu, bin also auch Lernende. Dabei werde ich von drei weiteren Kolleginnen unterstützt, die ebenfalls diese Weiterbildung haben und das freut mich sehr.



Ulrike Kuhn-Menz, Aromapraktikerin

Warum Aromapflege im Hospiz? Aromapflege bietet ganzheitliche Unterstützung für Gäste, Angehörige und Pflegenden, indem sie Symptome lindern und Wohlbefinden schaffen kann. Die Anwendungsmög-

lichkeiten sind einerseits über die Haut, z.B. mit Einreibungen und Waschungen und andererseits über den Geruchssinn, beispielsweise durch Raumbeduftung.

Wir können nur dann einen Nutzen in unserem Tun sehen, wenn auch Wissen über Anwendung und Wirkung von ätherischen Ölen und Aromapflegemischungen vorhanden ist. Erst nach Einweisung durch eine Aromapflegekraft dürfen und können wir die Möglichkeit, die Aromapflege bietet, ausschöpfen. Meine Fortbildung bietet mir auch die Möglichkeit, Schulungen im Umgang, Anwendung und Wirkung der Aromapflege für Interessierte und für Kolleg*innen im Hospiz anzubieten.



**Iris Käufer, VIVE ARTE-Ausbildung
(Bewegungsschule, Kinästhetik)**

Ich finde die VIVE-ARTE eine sehr wichtige und hilfreiche Weiterbildung für unsere Gäste und uns Pflegenden. Für unsere Gäste bedeutet es ein bewussteres, schonenderes Bewegen und Lagern. Für uns Pflegenden entsteht ein besseres Verständnis für Bewegung und die Erfahrung, wie es sich anfühlt bewegt bzw. gelagert zu werden. Oft können gezielt gesetzte Impulse ein kräftezehrendes Heben und Ziehen ersetzen. Durch diese sanfte Art schonen wir unsere Gäste und unseren Rücken.



Jutta Dupke, Palliative Care Fachkraft

Bei meiner Weiterbildung zur Palliative-Care-Fachkraft an der Elisabeth-Kübler-Ross-Akademie in Stuttgart waren wir 17 Teilnehmerinnen und Teilneh-

mer aus unterschiedlichsten Berufsgruppen. Besonders gutgetan hat mir der Austausch und das offene Gespräch untereinander über schöne Erlebnisse und problematische Erfahrungen in der Sterbebegleitung, den Umgang mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen, die uns bei unseren Gästen und deren Angehörigen begegnen. Dies hat meinen Horizont um ein Vielfaches erweitert.

Wir haben gemeinsam viel gelacht und auch geweint, sind an unsere Grenzen gestoßen und haben gelernt, uns selbst besser wahrzunehmen, um dann auch behutsamer und bedürfnisorientierter pflegen und begleiten zu können.

Es ist ein großes Geschenk, Menschen in ihren letzten Lebenstagen zu begegnen; wenn Masken fallen und Prioritäten sich verschieben, oft mehrmals am Tag. Immer wieder wurden wir ermutigt, in diesen Begegnungen gut auf unser Bauchgefühl zu achten und das zu sein, was wir sind, in aller Ehrlichkeit, Offenheit - manchmal auch Hilflosigkeit.

Heute arbeite ich selbstbewusster: Ich bin mir Dank dieser Weiterbildung meiner Kompetenzen bewusster geworden und mir wurde wieder neu deutlich, dass wir alle ständig Lernende sind: aneinander, voneinander und miteinander. So möchte ich in der Begegnung mit Menschen im Hospiz ganz gegenwärtig sein. Ich möchte im Hier und Jetzt aufmerksam wahrnehmen, was gerade dran sein könnte, um dann kreative, individuelle und bisweilen auch unkonventionelle Pflegemöglichkeiten zu entwickeln.



Sabine Gessel, Hygienebeauftragte

Im Januar 2020 habe ich eine Ausbildung zur Hygienebeauftragten im Landesgesundheitsamt in Stuttgart begonnen – quasi pünktlich zu Beginn der Corona-Pandemie.

Die Lerninhalte, deren Schwerpunkte vor allem auf Hygiene bei pflegerischen Tätigkeiten, Prävention von Infektionskrankheiten sowie Kommunikation und Vermittlung von PC-Kenntnissen

lagen, wurden praxisnah vermittelt. Für unsere oft schwerkranken Gäste, die ihren letzten Lebensabschnitt vor sich haben, ist es wichtig, einen guten Hygienestandard zu haben, z.B. um vermeidbaren Infektionen vorzubeugen, und somit zusätzliche Beschwerden zu vermeiden. Angehörigen gibt es Sicherheit, wenn sie bei uns Pflegekräften diesbezüglich ein einheitliches Handeln erleben können. Für das Team finde ich es gut, wenn es für

bestimmte Situationen klare Vorgaben gibt und dass ich als Ansprechpartnerin für Hygienefragen gleich erreichbar bin. Da ich den Hospizalltag ja genauso kenne wie alle anderen, kann ich neue Erkenntnisse, die mir praktisch und sinnvoll erscheinen, direkt in den Arbeitsalltag einbringen. Auch wenn das Corona-Virus diese Aufgabe anspruchsvoller gestaltet hat, als ich zuvor erwartet hatte, macht mir die neue Herausforderung viel Freude.

SOZIALDIENST IM STATIONÄREN HOSPIZ

Seit Mitte Oktober 2020 arbeitet Ursula Dollinger, genannt Sula, als Diplom-Sozialpädagogin im stationären Hospiz. Ihre Aufgaben sind die Begleitung und Beratung der Gäste und ihrer Nahestehenden, deren Unterstützung in sozialen Problemlagen; sie ist Ansprechperson für die Ehrenamtlichen, die im stationären Hospiz tätig sind, fördert und unterstützt diese bei ihrem Einsatz.

Sie erzählt: „Dem Ulmer Hospiz bin ich seit den frühen Tagen verbunden, als ich ab 1993 3 ½ Jahre lang zusammen mit Irmel Ebert die Sitzwachen auf ihren Dienst vorbereitet und den Caritasverband im Hospiz-Beirat vertreten habe. Danach hat mich eine freundliche Strömung für einen Freiwilligen-Einsatz nach Tansania getragen und anschließend in Sansibar an den Strand gespült. Die Insel wurde zu meiner großen Liebe und Wahlheimat; ich habe dort viele Jahre lang gelebt und in unterschiedlichen Bereichen gearbeitet. Bei meinen jährlichen Deutschland-Besuchen habe ich immer gespannt gelauscht, wenn es Neuigkeiten im Hospiz Ulm gab – doch nichts hätte mich ahnen lassen, dass ich dort einmal arbeiten würde. Tja, und jetzt ist es so gekommen. Nach über 20 prall gefüllten Inseljahren bin ich wieder gerne in Deutschland, mit einer Zwischenstation in Bad Wurzach zurück in Ulm und sanft gelandet im Hospiz. Hier wird so gelebt und gearbeitet, wie ich mir das vorgestellt und erhofft habe; ich freue mich, ein Teil davon zu sein.“

Möge das gerne so bleiben!



IM STATIONÄREN HOSPIZ

EIN NEUES AUFGABENGEBIET

Am 1.1.2007 habe ich meine neue Stelle als Krankenschwester im stationären Hospiz angetreten, die Station befand sich damals noch im 4. Stock im Anna-Stift. Mit Geduld und in intensivem Austausch wurde ich in die neue Aufgabe eingeführt. Ich lernte unter anderem, bei den Sterbenden einfach nur da zu sitzen, die Situation auszuhalten, zu akzeptieren, dass jeder Hospiz-Gast seinen ganz speziellen eigenen Weg geht. Ich durfte 2009 die Zusatzqualifikation „Palliative Care“ (Pflege Schwerstkranker und Sterbender) machen, dadurch vertiefte ich mein pflegerisches und medizinisches Wissen im Umgang mit Schwerstkranken. 2015 folgte noch die Ausbildung zur „Pain Care Assistent“ – das ist eine Pflegefachfrau, die sich auf die Schmerzbehandlung spezialisiert hat - viele weitere Schulungen gaben mir neue Impulse. Aber am meisten prägte mich doch die Schule des Lebens und Sterbens, an der ich durch unsere Gäste teilhaben durfte: alle bringen ihre ganz eigene Geschichte, ihren Schmerz und manchmal auch ihren Kampf mit! Hier werde ich immer die Lernende bleiben und ich bin dankbar, dass ich das Privileg habe, ein Stück des Weges dabei zu sein, denn meistens gehe ich als Beschenkte aus diesen Begegnungen heraus. Dadurch bekommt mein Leben Tiefe und Weite.

Schon mit 12 Jahren hatte ich den Wunsch, in die Pflege zu gehen und ich liebe meinen Beruf bis heute. Nun hatte sich im stationären Hospiz aufgrund personeller Veränderungen die Stelle der stellvertretenden Pflegedienstleitung angeboten. Nach reiflicher Überlegung und auch mit dem Blick auf mein Alter (57 Jahre) war für mich das Angebot doch verlockend: etwas weniger körperliche Arbeit, da dann ein Viertel meiner 75%igen Anstellung aus Bürotätigkeit besteht, aber auch ganz besonders die Erstgespräche nach einer Anmeldung mit den Angehörigen und wenn möglich auch mit den Erkrankten. So entsteht schon im Vorfeld eine intensive Begegnung, die am Aufnahmetag sehr hilfreich ist, damit der Gast und die Angehörigen gut ankommen können. Denn es ist immer ein schwerer Schritt ins Hospiz zu gehen!



Angelika Bais



Andreas Kern

Zu meiner neuen Aufgabe gehören auch viele Besprechungen und Gespräche innerhalb des gesamten Hospizteams. So kommen wir intensiv in Kontakt miteinander und suchen gemeinsam nach Lösungen bei anfallenden Problemen oder auch Konflikten. Diese Psychohygiene ist nötig, um gute Hospizarbeit leisten zu können.

Ganz besonders freut mich, dass unser Pflegeteam so nach und nach einen Generationenwechsel durchmacht! Es ist für mich ein Vergnügen, zu sehen, mit welchem Engagement und mit wie viel Liebe unsere jungen Mitarbeiter*innen mit unseren Gästen und deren Angehörigen umgehen. Sie zu begleiten und ihre Offenheit zu erleben, wenn wir Langjährigen von unserer Erfahrung berichten, das bereichert mich sehr. Ich bekomme aber auch neue Impulse von ihnen!

Andreas Kern und ich vertreten Axel Schauder, den Leiter des stationären Hospiz. So werden die vielen Aufgaben auf mehrere Schultern verteilt und wir können trotzdem weiterhin in der Pflege mitarbeiten. Dies hat sich seit September wirklich sehr gut bewährt und die Zusammenarbeit macht richtig Freude.

Angelika Bais

JEDEN MITTWOCHNACHMITTAG IM HOSPIZ

Ankommen, Entspannung, Meditation, Inspiration, Erholung. Der Impuls im Raum der Stille ist ein Kleinod der Ulmer Hospizarbeit.

Tönende Klangschalen, Texte, ein Gedicht, ein Bibelwort vielleicht, dann - Stille. Das kann etwas in uns in Bewegung bringen. Die ehrenamtlich Mitarbeitenden, die diesen Impuls gestalten, haben unzählige Texte gesammelt, die sie in diesen 20 Minuten anbieten. Sie schaffen eine Atmosphäre von Andacht und Besinnlichkeit. Feinfühlig geben sie ihre Gedanken in die Runde und bringen immer etwas zum Klingen, zum Nachdenken und vielleicht auch, um anschließend im Hospiz Café darüber zu reden.

Dort sorgen sich weitere ehrenamtlich Mitarbeitende um das leibliche Wohl der Besucher*innen. Selbstgebackener Kuchen, Kaffee und viel Aufmerksamkeit werden geboten. Ein offenes Ohr für Alltagssorgen und Zeit für alles, was gesagt werden will. Die Atmosphäre ist zwanglos und gemütlich und mancher Gedanke findet seinen Weg in ein Gespräch mit der ganzen Gruppe. Manche kennen sich, doch neue Gesichter sind immer willkommen.

Nur Corona hat es geschafft, das Treffen auf dieser Insel der Begegnung am Mittwochnachmittag zu unterbrechen. Es werden wieder andere Zeiten kommen. Die Mitarbeitenden warten auf ihre Besucher*innen. Zeit und Raum zum Austauschen, Begegnen, Ausruhen, zum Lachen und Weinen, zum bloßen Dasein. Wie wichtig ist das und wie wichtig wird es in Zukunft werden! Es wird wieder selbstgemachten Kuchen geben und man wird sich wieder in den Arm nehmen dürfen, eine Hand halten, irgendwann -

Marion Weidenfeld

IMPULS – EIN MOMENT DER BESINNlichkeit IM RAUM DER STILLE



DAS HOSPIZ CAFÉ – MITEINANDER SEIN



HOSPIZ CHOR ULM

Der Anfang 2015

Etwa sechs Frauen, allesamt Ehrenamtliche, fanden sich zusammen, um miteinander zu singen. Hat Singen einen Raum in unserem Hospiz, finden sich genügend Leute zum regelmäßigen Singen, wollen wir eine Singgruppe sein, die einfach mal so singt, oder wollen wir ein Chor, ein Vokalensemble werden? Alles war offen.

Und jetzt 2021

sind wir 18 Sängerinnen: Neben Ehrenamtlichen, auch Trauernde, Angehörige oder anders mit dem Hospiz verbundene Frauen, und auch drei, die ganz bewusst auf ihrem Abschiedsweg singen wollten. Mit den Jahren durften wir wachsen, miteinander und aneinander - sowohl was das Stimmliche, als auch was unser Selbstverständnis anbelangt. Wir haben ein beträchtliches Repertoire erarbeitet, haben einen Platz bei den Gedenkgottesdiensten des stationären Hospizes gefunden und einige kleinere Auftritte gemeistert.

Jede von uns im Chor hat ganz persönliche Vorstellungen und Motivationen, regelmäßig zu den Proben zu kommen und sich für die Gedenkgottesdienste Zeit zu nehmen. Weil das die Frauen so wunderbar selber ausdrücken können, hier ein paar Stimmen aus dem Chor:

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder´.....ein Spruch aus meinem Poesiealbum. Als Kind habe ich das nicht verstanden, gab es doch in meiner Herkunftsfamilie keinerlei Gesangskultur. Umso schöner dann, im Laufe des Lebens diese Erfahrung des gemeinsamen Singens machen zu dürfen. Hier tankt die Seele auf.“ (Katrin)

„Singen ist für mich pure Lebensfreude. Das spüren wir in dieser Zeit, wo es uns so fehlt. Dass Gesangstraining nicht nur Seele und Kehle betrifft sondern den ganzen Körper fordert, musste ich schmerzlich erfahren an unserem ersten Probenwochenende. Ich dachte, da kann ich ruhig mitmachen mit meiner noch nicht ausgeheilten Schulterfraktur. Zum Singen brauchst du die Schulter



ja nicht. Weit gefehlt! Chorsingen ist auch nonverbale Kommunikation. Erfahrung vieler im wahren Sinne des Wortes Augenblicke, Mithören, Mitspüren, Mit-leiden, Mitfreuen, Mitarbeiten. Wenn alles am Ende harmonisch sich zusammenfügt, ein tiefes Gefühl der Zufriedenheit.“
(Irene)

„Als ich als Jugendliche bei meiner Großmutter am Sterbebett saß, war ich sprachlos.

Ich hatte nicht den Eindruck, dass ich ihr in diesen letzten Momenten etwas geben konnte und wollte es doch so gerne. So haben wir unsere letzte gemeinsame Zeit singend verbracht, und ich konnte ihr auf diese Weise alles sagen und mitteilen, was ich nicht mehr in Worte fassen konnte. Als Erinnerung an sie sind mir auch ganz besonders ihre Lieblingslieder geblieben...“ (Traude)

„Das gemeinsame Singen mit Frauen die ähnlich schwingen, gibt mir Kraft und Zugehörigkeitsgefühl. Im gemeinsamen Singen dem Ausdruck geben, was mit Worten schwer gesagt werden kann und so heilende Räume schaffen und erspüren ist mir Lebenselixier und Aufgabe zugleich.“ (Beate)

„Mein Singen im Hospizchor: Wenn wir zusammen singen, dann fühle ich mich sehr oft getragen und umarmt durch unseren gemeinsamen Gesang. Das ist ein wunderbares Gefühl des gehalten Werdens, und dass unser Gesang den Menschen so tröstend guttut und Geborgenheit gibt in der Zeit des Trauerns.“ (Angelika)

„... denn Singen tut der Seele gut und genauso unsere herausragenden Frauenfreundschaften“ (Anne)



„Ich freue mich auf jede Chorprobe und fahre singend auf meinem Rad nach Hause.“
(Christel)

Wir singen dreistimmig, in der Regel a cappella oder mit Klavierbegleitung. Wir verstehen unser Singen als Mitarbeit im Hospiz Ulm. Wir proben in den Räumen des Hospizcafés und damit im öffentlich zugänglichen Raum, auch das macht unser Singen zu etwas Besonderem.

Die Chorproben sind für uns Sängerinnen eine Zeit der Entspannung und Anregung, der Reflexion und auch eine Art Supervision. Die Chorstücke werden zum Teil von den Sängerinnen selbst ausgesucht: Wer hat ein Lieblingsstück, welche bedeuten uns etwas, was wollen wir gerne singen?

Ferner erarbeiten wir Literatur, die sich für die Gottesdienste eignet. Bei internen Festen (Weihnachtsfeier, Sommerfest) greifen wir auf Passendes, Bekanntes und Unbekanntes zurück.

Wir würden uns über weitere (gerne tiefe) Frauenstimmen und für einmal im Monat einen Chorrepetitor freuen.

Gertraud Koellner, Chorleiterin

WIR MACHEN DEN RUNDBRIEF

AUCH ER HAT SICH IN
30 JAHREN VERÄNDERT



Den Gründerfrauen der Hospizgruppe Ulm war es ein großes Anliegen, ihre Erfahrungen mit anderen zu teilen. Interessierte Menschen sollten wissen, dass in Ulm etwas Vielversprechendes heranwächst. Es wurde eine Doppelseite gestaltet, Texte verfasst und mit einer Schreibmaschine zu Papier gebracht. Auf das Titelblatt kam ein selbst gezeichneter Baum als Symbol für Wachstum und Leben – fertig war der erste Rundbrief.

Mit der Computertechnik, welche im Laufe der Jahre auch in die Räume des Hospizbüros Einzug gehalten hatte, wurde es dann einfacher, jährlich einen Rundbrief herzustellen – natürlich musste dazu vorher die neue Technik erlernt werden, was für manche der Gründerfrauen eine echte Herausforderung bedeutete.

Erstmals vierfarbig war der Umschlag beim Rundbrief 2005, wozu schon ein bißchen Mut gehörte, galt

doch bis dato immer nur: *Alles wird schwarz-weiß gedruckt!* Doch mit der Technik des Digitaldrucks hatten wir inzwischen ein Herstellungsverfahren, auch unsere relativ kleine Auflage, kostengünstig farbig drucken zu lassen.

2008 erhielt der Rundbrief ein neues Logo und einen neuen Schriftzug, damit passte er sich dem neuen Namen des Vereins an, welcher ein Jahr zuvor auf *Hospiz Ulm* geändert worden war.

Heute texten und gestalten den Rundbrief zehn hochmotivierte Menschen, welche alle bei Hospiz Ulm haupt- oder ehrenamtlich mitarbeiten, immer bestrebt den interessierten Lesern und Leserinnen das Anliegen der Hospizbewegung anschaulich näher zu bringen – ganz im Sinne der Gründerfrauen.

Wolfgang Müller



Der erste Rundbrief von 1993 bestand aus vier DIN A4 Seiten.



Bis 2007 mit dem Logo des Vereins aus der Gründungszeit...



...seit 2008 mit neuem Logo und bis zu 40 Seiten Inhalt.

DER HOSPIZTREFF

Themenorientierte Weiterbildung und vertrauensvoller Erfahrungsaustausch untereinander sind Voraussetzungen für eine gute Arbeit im Hospiz. Alle Ehrenamtlichen sind deshalb verpflichtet, an Arbeitskreisen und Supervisionen teilzunehmen. Außerdem bietet ihnen das Hospiz auf freiwilliger Basis einmal im Monat den „Hospiztreff“ an. Zwei Ehrenamtliche gestalten diese Treffen.

In sehr vertrauter Runde werden Erfahrungen ausgetauscht, wird heftig diskutiert, wird nachgedacht, manchmal werden bewegende Lebenserinnerungen geweckt. Die Themen werden aus der Hospizarbeit, der eigenen Persönlichkeit, sowie den Bereichen Gesellschaft, Politik und Kunst gewählt. Thematische Fixpunkte gliedern den Jahresablauf: Im Januar werden Engelkarten für das Jahr gezogen, im September ist das Thema: „der Sommer ist vorbei“ – wie war`s? Und im November wird den Toten gedacht. Jede*r Teilnehmer*in zündet eine Kerze für eine*n Verstorbene*n aus seinem Umfeld oder einer Hospiz-Begleitung an und gedenkt seiner/ihrer. Manchmal hören wir berührend von Höhen und Tiefen eines Lebens. Der Abschied ist ein ganz wichtiges Ritual. Umrundet werden die Treffs von einem Blitzlicht zu Beginn, von Gedichten oder Geschichten, von Musik und manchmal einer Traumreise oder einem Tanz. Ein*e der Teilnehmer*innen gestaltet eine liebevolle Mitte. Ein Wohlfühltermin.

Reinhardt Schlüter und Ulrike Sauer



Eine liebevoll gestaltete Mitte beim Hospiztreff.

WIR SIND DIE NEUEN

Bereits der Andrang der Interessenten beim Infoabend im Dezember 2019 war restlos überwältigend. Somit war also auch fast schon klar, dass sich für den neuen Kurs genügend Teilnehmer anmelden würden.

Das neu konzipierte Angebot des Einführungskurses sollte sich in zwei Kursstufen mit insgesamt 14 Kursabenden, zwei ganztägigen Studientagen, Fachvorträgen aus dem Akademieprogramm und Praxiseinsätzen im ambulanten Bereich gestalten.

Hochmotiviert und voller Wissensdurst starteten wir also unsere Fortbildung mit der Kursstufe 1 im Februar 2020 mit 28 Teilnehmer*innen und den beiden großartigen Teamleiterinnen Andrea Müller-Götz und Imogen Saß. Fünf hochinteressante, kurzweilige und persönlich sehr bereichernde Themenabende folgten, an denen wir unseren Horizont zum Thema Sterben, Tod und Trauer auf sehr einfühlsame Art und Weise erweitern durften. Nach und nach wurden wir auf die Begegnung mit sterbenden/schwerkranken Menschen und deren Nahestehenden vorbereitet.

Anfang März 2020 fand dann bereits der 1. Termin für die Klärungsgespräche statt. Im sehr persönlichen Gespräch durften wir uns noch einmal ganz bewusst darüber klar werden, ob wir auch wirklich zur Teilnahme an der Kursstufe 2 bereit sind und ob wir uns die direkte Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen nach dem Einführungskurs auch wirklich vorstellen können.

Doch dann bekamen wir leider die Auswirkungen der weltweiten Corona-Pandemie zu spüren. Bedingt durch den harten Lockdown fielen unser letzter Kursabend der Kursstufe 1, die Fortsetzung der Klärungsgespräche, die Fortführung des Kurses mit der Kursstufe 2, unser Begrüßungsfest und die geplanten Hospitationen im Pflegeheim leider aus. Anfang September konnten die restlichen Klärungsgespräche fortgeführt werden, und Mitte September 2021 folgte dann die erlösende E-Mail vom Hospiz mit der freudigen Bekanntgabe an diejenigen Teilnehmer*innen, welche von Hospiz Ulm für die Kursstufe 2 ausgewählt wurden.

Mein Resümee umfasst viele unvergessliche Schlüsselmomente, die ich erleben durfte. Einer jedoch leuchtet ganz besonders in meiner Erinnerung. Es war die Zusage einer Koordinatorin, dass alles, was wir für eine gute Begleitung benötigen würden, bereits in unserem Inneren angelegt sei und wir daraus schöpfen dürfen. In diesem Moment fühlte ich mich „gesegnet“.

Ende September konnte endlich der Kurs 2 des Seminars beginnen. Wir waren sehr gespannt, welche Teilnehmer aus Kurs 1 wir wiedersehen würden.

12 Frauen und ein Mann trafen sich nun immer montags erwartungsvoll zu den Kursabenden. Obwohl wir kein gemeinsames Wochenende miteinander verbringen konnten, wuchsen wir schnell zu einer guten Gemeinschaft zusammen. Die Hospizidee und das gleiche Ziel ließ das Vertrauen untereinander wachsen. Einen großen Anteil daran hatten unsere vier sehr engagierten Lehrmeisterinnen Andrea Müller-Götz, Imogen Saß, Uli Schmidt-Bommas und Nicola Glaubach.

Wir lernten viele Aspekte kennen, die für unsere neue Aufgabe wichtig und entscheidend sind: Aktives, Zuhören, Aufmerksamkeit, sich selbst zurücknehmen, mit allen Sinnen versuchen, die Bedürfnisse der zu Begleitenden wahrzunehmen. Dazu übten wir uns in guter Gesprächsführung und in non-verbaler Kommunikation. An zwei Studientagen wurde uns sowohl die Arbeit im stationären Hospiz erläutert als auch die wichtige Kinder- und Jugendhospizarbeit nahegebracht.

Nach zwei intensiven Ausbildungsmonaten können wir nun, mit viel Rüstzeug ausgestattet, mit unserer neuen Aufgabe beginnen. Wir bedanken uns sehr herzlich bei unseren Ausbilderinnen im Hospiz, die uns so kompetent begleitet haben. Die Wertschätzung dieses Ehrenamtes ist in diesem Haus überall spürbar.

*Für die Kursstufe 1, Anja Polscher,
für die Kursstufe 2, Helen und Uli Boos*



KURS
27




Helen Boos Uli Boos




Hannelore Hardy Ruth Hefter





Susanne Kienle Annegret Kramer Margret Krecke-Stach





Henriette Langer Hanna Münch Anja Polscher





Gertrud Schall-Mattheis Katrin Strazzeri Gabriele Zwick

HOSPIZARBEIT KANN TROTZ CORONA GELINGEN

Das Jahr, in dem wir unser Jubiläum und diesen Rundbrief vorbereiten, ist das Jahr, in dem uns die Covid-19 Pandemie fest im Griff hat. Noch gibt es keine verlässlichen Strategien. Wir wissen nicht, wie in Zukunft mit dem Virus umzugehen ist. Es gilt, auf die jeweils aktuelle Lage adäquat und situationsbedingt zu reagieren und praktikable Handlungsstrategien zu entwickeln. Mehr als wenige Wochen im Voraus zu planen, ist nicht möglich.

Die Frage, die wir uns derzeit alle stellen: Wie wird das Virus unser Leben in Zukunft beeinflussen? Inwieweit hat es unser Leben bereits verändert?

Wir dürfen das Virus nicht weitertragen und wollen auch selber nicht infiziert werden! So mussten wir den Infektionsschutz und die daraus entstehenden Hygienevorschriften beachten und entsprechende Maßnahmen entwickeln. Wir tragen Verantwortung für unsere haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden, deshalb sorgen wir für das Einhalten aller Maßnahmen. Einer der wichtigsten Grundsätze in der Hospizarbeit ist jedoch, Nähe zu geben, körperlich zugewandte Nähe. In Pandemiezeiten – schwierig!

Doch Hospizmitarbeitende sind mutig und kreativ. Es werden immer wieder neue Wege gefunden, eine Beziehung zu Sterbenden und deren Angehörigen aufzubauen und sensibel zu begleiten.

Hospizmitarbeitende können auch aus der Ferne agieren. Telefongespräche mit Betroffenen führen, sich über elektronische Medien austauschen oder bei einem Spaziergang Zuhörende und Begleitende sein. Der Bedarf ist da.

Gerade während der Pandemie-Beschränkungen gibt es im Trauerbereich viele Anfragen. Auch Informationen zu einer Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht werden gesucht. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit ist in dieser Zeit stärker in unser Blickfeld gerückt.

Für viele Menschen ist darum eine vorausschauende Planung wichtig. Sie möchten festlegen, wie sie sich das Lebensende wünschen, wenn es so weit kommen sollte. Hier kann Hospiz beraten und helfen. Die Auseinandersetzung

mit dem Tod ist unser tägliches Tun. Es schreckt uns nicht.

Hospizarbeit ist eine Herausforderung, immer, und ganz speziell in der Pandemie. Unsere Erfahrung: Schutzvorschriften und menschliche Zuwendung, das geht – beides.

Doch was bedeutet Corona für zukünftige Begleitungen? Wird es normal werden, Menschen zu begleiten, die corona-positiv und infektiös sind? Gibt es dann im stationären Hospiz vielleicht einige Betten, die für diese Menschen reserviert sind? Oder ist die medikamentöse Behandlung irgendwann möglich und viel mehr Menschen werden wieder gesund? Sind irgendwann alle geimpft und damit einigermaßen „sicher“? Gibt es irgendwann die vieldiskutierte „Herden-Immunität“? Wird COVID 19 zu einer Erkrankung unter vielen anderen?

Oder ist Corona kein Thema mehr, weil es mittlerweile eine neue Pandemie mit einem neuen Virus gibt? Müssen wir uns darauf einrichten, mit neuen Krankheiten zu leben und daran zu sterben? Krankheiten, die wir nicht behandeln können und die oft zum Tod führen? Ist das Vertrauen in die Allmacht der Medizin in diesem Teil der Welt damit erschüttert?

Und was bedeutet die Krise für Menschen, die Corona jetzt hautnah miterlebt haben? Vielleicht sind viele durch Verlusterlebnisse oder die völlige Unsicherheit im Alltag traumatisiert.

Wie geht es diesen Menschen, wenn sie sterben werden? Sind wir als Hospiz, als Begleiter in besonderer Weise oder anders gefragt als bisher?

Es stellen sich Fragen, für die man Lösungen finden muss, bevor man wirklich die Antwort weiß.

Um Ansteckung, Erkrankung und vorzeitiges Sterben zu vermeiden, sehen wir unser derzeitiges, selbstbestimmtes Leben vollständig auf den Kopf gestellt. Die Einstellung zu unserer Zukunft fordert Ideenreichtum und Mitarbeit an neuen Konzepten. Die Entwicklung der Pandemie ist dynamisch. Wir werden eigenständig handeln, Verantwortung für uns selbst und andere übernehmen müssen. Darauf können wir uns vorbereiten.

Wir bleiben sterblich, auch wenn wir diese Krise überlebt haben werden.

Marion Weidenfeld



ES IST GENUG ES SEI ALSO GESTORBEN

Die Schriftstellerin Dorothee Sölle (1929 – 2003) zählt zu den profiliertesten Theologinnen des 20. Jahrhunderts. In ihrem Werk „Mystik des Todes“ denkt sie über den Schrecken des Todes nach und über die Ängste, die ihn begleiten. Sie vertritt nicht nur die These, dass eine Gesellschaft, die den Tod verdrängt und so ihre eigenen Grenzen verleugnet, unmenschlich wird – zu sich selbst, zu unserer Erde und dem Leben auf ihr.

Sie zitiert Anton Ulrich Herzog von Braunschweig-Wolfenbüttel mit seinem Gedicht

Sterbelied

Es ist genug! Mein matter Sinn
 Sehnt sich dahin, wo meine Väter schlafen.
 Ich hab es endlich guten Fug,
 Es ist genug! Ich muß mir Rast verschaffen.

Ich bin ermüdt', ich hab geführt
 Die Tages Bürd': Es muß einst Abend werden.
 Erlös mich, Herr, spann aus den Pflug,
 Es ist genug! Nimm von mir die Beschwerden.....

Es ist genug! Es sei also gestorben!

Wir sind im Barock. Anton Ulrichs Vorbild war Ludwig XIV, er war Förderer der Künste und der Bildung, der opulente Feste und Opernvorstellungen liebte und das irdische Dasein bis zum Exzess feierte. Er erfuhr aber auch dessen Mühen und Bürden und war bereit zu sagen: „Jetzt reicht es.“ Er stand nicht alleine mit dieser Erkenntnis, andere dachten genau wie er. In jener Zeit entstand die Gattung der ES IST GE-

NUG-Gedichte. Keine „kleinzerknirschten“ Seelen sagen hier Adieu zu Glanz und Gloria, sondern Menschen, die bis zur Neige genossen, aber auch die Drangsale des Lebens erfahren haben.

Wir kommen wieder ins Hier und Heute, und ich möchte Ihnen von einem wunder-wunderschönen Ereignis aus unserem Hospiz erzählen, in dem wir mit der eben angesprochenen Erkenntnis „Es ist genug“ auf besondere Weise konfrontiert worden sind.

Frau G. verkündete gleich bei der Aufnahme „Ich bleibe nicht lange!“ Gut, manchmal – selten – kommt es vor, dass Gäste wieder entlassen werden. Aber so meinte Frau G. es nicht, sie hatte vor, innerhalb von einer Woche zu sterben! Nach fast einer Woche beklagte sie sich bei einer Pflegerin: „Was ist denn jetzt mit der Sterberei, hat der da oben die Türe zu gemacht?“ Die Pflegerin versprach, mal nachzuschauen, vielleicht sei dort grade ein Stau!?

Nach zwei Tagen fragte Frau G. bei einer anderen Krankenschwester nach: „Wie ist das nun mit dem Sterben?“ Und bekam die Antwort: „Eigentlich ist das wie bei der Geburt, nur rückwärts“. Gut! Frau G. bat um Hilfe beim Pressen. Die erfahrene, mutige Schwester nahm sie in den Arm und gab die Anweisungen: „einatmen, ausatmen, einatmen, ausatmen, einatmen, ausatmen“.

Dabei schlief Frau G. friedlich und in großer Ruhe im Arm der sehr einfühlsamen Pflegerin ein. Ihr Wunsch ging in Erfüllung.

Hospiz – die Geburtsstation für ein anderes Sein? Wie schön!

ES IST NOCH NICHT GENUG

Kurze Zeit nach Frau G.s Tod kam ich ins Hospiz, von Frau W. mit schönen Klavierklängen empfangen.

Vor meinem geplanten Besuch hatte ich mich mit einem Kaffee auf der Terrasse etwas gesammelt.

Ich hatte die Dame schon öfter gehört. Als sie nach einiger Zeit auch auf die Terrasse kam, spürte ich, wie sie – eingehüllt in einen Hauch von Heiterkeit und Freude – sehr gesprächsbereit war. „Sie haben so schön gespielt“, sagte ich. Mit strahlenden Augen blickte sie mich an und die Worte sprudelten nur so aus ihr heraus. „Stellen Sie sich vor, ich kann nach Hause gehen. Ich werde entlassen!! Ich wäre in dem Krankenhaus, in dem ich vorher war, gestorben. Es war furchtbar. Seit sieben Wochen bin ich in Ihrem Hospiz. Die einfühlsame Pflege und die wunderbaren Menschen haben mich

so fit gemacht, dass ich morgen von meiner Schwester abgeholt werde und wieder bei mir zu Hause wohnen und leben kann! Können Sie das begreifen? Ich kann es fast nicht! Nur hier konnte ich mich wieder erholen. So liebevoll wurde ich in der einzigartigen Atmosphäre von dem tollen Pflorgeteam und den engagierten Ehrenamtlichen versorgt, auch mein Seelenheil wurde sehr fürsorglich bedacht. Von Tag zu Tag ging es mir besser. Ich habe ein Wunder erlebt.“

Ich war tief berührt und freute mich sehr für Frau W. und über dieses große, nein riesige Lob für das Hospiz Ulm und alle, die hier tätig sind.

Ja, manchmal geschieht ein Wunder. Dann verwandelt sich das „Es ist genug“ in ein „Noch nicht“.

Ulrike Sauer

Die Schwelle

Es ist so weit!
Der Tod nimmt meines Lebens Fracht
mir sorgsam aus den Händen,
O süße Leichtigkeit!
Die letzte Atemwende
trägt noch den Duft
von fernen Gärten zu mir her...
O nachtversunkenes Gelände!
Ich werfe keinen Anker mehr,
still horchend folgt mein Herz dem
Taktschlag der Gezeiten,
hell naht am Horizont die Schwelle schon,
wo Erd und Himmel schimmernd ineinander gleiten.

Wolfgang Sauer



„Offene Menschen treffen. Raum schaffen für tiefe Begegnungen.“

Anne Himmelsbach
Fachkrankenschwester

MENSCHEN IM HOSPIZ



„Hier freut man sich über alle Gäste...“

Robert Bunk
Haustechniker



„Hospizarbeit ist soooooo lebendig.“

Imogen Sass
Kordinatorin



„Das ist der schönste Garten Ulms? Ach was, das ist ja gar kein Garten mehr, das ist ein Park.“

Johann Fetzer
Hausmeister



„Die Frage ist falsch gestellt, wenn wir nach dem Sinn des Lebens fragen. Das Leben ist es, das Fragen stellt.“ Viktor Frankl

Joachim Lode
Ehrenamtlich Mitarbeitender



„Mut machen, sich was trauen, manchmal einen Sprung ins Unbekannte wagen...“

Nicola Glaubach
Koordinatorin Kinder- und Jugendhospizdienst



„Trotz ständigem Abschiednehmen auch ein Ort der Freude und des Willkommens.“

Sabine Herrmann
Verwaltungsmitarbeiterin



„Humor und Ernsthaftigkeit – ein toller Arbeitsplatz.“

Edgar Saar
Verwaltungsleiter



„Leichter loslassen können, durch Halt geben.“

Angelika Bais
stellvertretende Stationsleitung



„Für Leib und Seele sorgen“

Regina Rieger
Ehrenamtlich Mitarbeitende



„Lauschen und Trösten.“

Nadin Auer
Ehrenamtlich Mitarbeitende



„Mmmh, bin zu allem bereit, was die Seele befreit.“

Gerlinde Wessoly
Leitung Hauswirtschaft



„Sich trauen neue Wege zu suchen. Sich herausfordern lassen von Unbekanntem.“

Uli Schmidt-Bommas
Koordinatorin Kinder- und Jugendhospizdienst



„Vielfältigen Menschen auf vielfältige Weise begegnen.“

Andrea Müller-Götz
Koordinatorin



„Nach 10 Jahren hier im Hospiz gibt es immer noch etwas zu entdecken...“

Helga Schmid
Fachkrankenschwester



„Leben heißt unterwegs sein.“

Otwin Schwarzenbach
Ehrenamtlich Mitarbeitender



„Auch fröhliche Augenblicke teilen...“

Uschi Loleit
Team Einsatzleitung

WARUM TRAUERN WIR ÜBERHAUPT?

Aspekte, Betrachtungen, Erfahrungen und Erkenntnisse über eine tiefe menschliche Emotion.

Vielleicht wundern Sie sich über diese Frage, weil Sie das Wort „Trauer“ ganz automatisch mit dem Tod eines nahestehenden Menschen in Verbindung bringen und Trauer als normale Reaktion auf dieses einschneidende Ereignis betrachten. Auch Sigmund Freud schrieb einst „Trauer ist die regelmäßige Reaktion auf den Verlust einer geliebten Person.“ Mir selbst erging es nicht anders, als meine Frau vor ungefähr sieben Jahren hier im Hospiz an den Folgen eines Hirntumors verstorben ist. Ich erlebte, wie die Wucht des Trauerschmerzes den gesamten Menschen erfasst. Und die Frage nach der tieferen Ursache stellte sich in dieser Situation natürlich nicht. Man ist verzweifelt beschäftigt mit dem Ringen um sein inneres Gleichgewicht und um das alltägliche Funktionieren. Meine Frau hatte sich schon seit langer Zeit mit spirituellen Dingen beschäftigt und ich kann mich nicht erinnern, dass sie jemals während ihres dreijährigen Krankheitsweges mit ihrem Schicksal gehadert hat. Ihr Wunsch, im Hospiz sterben zu dürfen, hatte sich erfüllt und sie ist in Frieden gegangen im festen Bewusstsein, dass ihr Tod nicht das Ende ist. Auch ich erlebe in mir diese Gewissheit, dass es dieses mit vielen Namen belegte, aber mit Worten nicht zu beschreibende unzerstörbare Leben gibt. Als dann die Jahre vergingen und der Trauerschmerz zwar leiser wurde, aber doch ein steter Begleiter blieb, stellte sich mir schließlich doch die Frage nach der tieferen Ursache dieses Schmerzes. Und da ich die Gewissheit hatte, dass die „Geistseele“ meiner Frau in der anderen Dimension gut aufgehoben ist, konnte die Ursache doch nur in mir selbst liegen.

Als ich dann auf das Geokompaktheft Nr. 60 stieß mit dem Haupttitel „Wie wir mit dem Tod umgehen“ und dort auf einen Artikel des Psychologen Hansjörg Znoj mit der Überschrift „Warum trauern wir?“ entstand der Impuls, mich weiter mit dieser Frage zu beschäftigen. Znoj

schreibt in seinem Artikel: „Trauer ist zweifellos ein höchst unangenehmes Gefühl. Aber ohne sie könnten wir keine festen Bindungen eingehen, denn dann wäre uns alles gleichgültig. Anders ausgedrückt: Trauer ist das Nebenprodukt unserer Beziehungsfähigkeit. Wenn ich mich einem anderen Menschen tief verbunden fühle, sei es meinem Partner, dem Kind oder einem Elternteil, so nehme ich den anderen immer als Teil von mir selbst wahr. Wenn ich jemanden liebe, so verschmelze ich sogar mit dieser Person. Wenn dann dieser Teil in mir wegfällt, fühle ich mich nicht mehr ganz, sondern seelisch regelrecht amputiert. Kurz gesagt: Trauer ist gewissermaßen der Preis für die Liebe.“

Die Theologin Prof. Dr. Kerstin Lammer hat sich intensiv mit Trauer und Trauerbewältigung beschäftigt und dazu zahlreiche Arbeiten veröffentlicht. Von ihr stammt das folgende weiterführende Zitat: „Trauer ist die normale Reaktion auf einen bedeutenden Verlust – Trauer ist keine Krankheit, keine Katastrophe, keine Fehlfunktion und kein Zeichen von psychischer oder charakterlicher Schwäche, sondern ein normaler, gesunder und psychohygienisch notwendiger Prozess der Verarbeitung von einschneidenden Verlusten und Veränderungen.“

Demnach ist Trauer also etwas ganz Natürliches, eine Möglichkeit sich selbst zu heilen, und ein Prozess, der nicht nur beim Tod eines Menschen auftritt, sondern ganz grundsätzlich in einer Situation, bei der wir etwas verlieren, mit dem wir uns vorher stark identifiziert haben. Das kann auch ein Tier sein, ein Zustand oder eine Sache. Die Liste der Möglichkeiten ist unendlich: Scheidung, Trennung, Krankheit, Jobverlust, Verlust der Wohnung, das Selbstständigwerden der Kinder, finanzieller Verlust, der Verlust lebensbestimmender Vorstellungen wie z.B. Ideale oder Glaubenssätze, nachlassende Kräfte im Alter, aber auch „Kleinigkeiten“ wie z.B. ganz banal der erste Kratzer im Lack des neuen Autos, um nur einige wenige zu nennen.

Die Reaktionen auf einen Verlust sind dabei sehr individuell, ebenso wie die Anlässe, die wir als Verlust empfinden. So kann für einen Menschen, der sein Tier liebt, dessen Verlust ebenso intensiv sein, wie für andere der Verlust eines geliebten Menschen, während Menschen, die

keine Beziehung zu Tieren haben, das vermutlich nur schwer nachvollziehen können.

Ein Blick zurück in der Zeit zeigt, dass auch die Einstellung zum Tod und die Art des Trauerns einem steten Wandel unterworfen ist. Dazu schreibt der Psychologe H.J. Znoj: „In einer stark individualisierten Gesellschaft wie der unseren ist der Verlust des Einzelnen immer besonders dramatisch. Doch noch vor einer Generation war das anders. Meine Mutter war eines von acht Geschwistern. Als sie 16 war, lebten nur noch vier von ihnen. Das war extrem hart für die Eltern, aber man hat sich damit abgefunden. Es war üblich, dass nicht alle Kinder das Erwachsenenalter erreichten. In der Härte des Alltagslebens blieb wenig Platz für die Trauer.“ Ein anderer Beitrag blickt noch weiter zurück in der Zeit und beschreibt, wie der Tod aus unserer Mitte verschwunden ist: „Im Mittelalter starben vor allem die Ärmsten in Krankenhäusern. Jene, die niemanden hatten. Alle anderen erwarteten den Tod bei sich zu Hause, und er war eine derart öffentliche Angelegenheit, dass sogar Leute von der Straße hereindrängten, um ihm beizuwohnen. Noch in der Neuzeit waren Hinrichtungen ein Spektakel, ebenso z.B. die ersten anatomischen Untersuchungen. Erst Mitte des 19. Jahrhunderts begann der Rückzug des Todes aus dem öffentlichen Leben, zeitgleich mit der Änderung der Einstellung zu den toten

Körpern. Sie wurden zu etwas Schmutzigem, etwas Gefährlichem, das man am besten den Profis überließ. So wurde es z.B. 1862 in München Vorschrift, die Leichen in neuen als hygienischer geltenden Leichenhallen aufzubahren. Nur auf dem Land hielten sich die Traditionen länger. Der Tod zog mehr und mehr ins Krankenhaus um. Auch wenn sich die meisten wünschen, daheim zu sterben, nur die wenigsten tun es. Damit haben Tod und Trauer in unserer Kultur ihren festen Platz verloren. Daher wissen auch so viele Menschen nicht, wie sie mit ihrer Trauer umgehen und ihr Ausdruck geben sollen.“

Die Hospizbewegung, die vor etwa 50 Jahren in England ihren Anfang nahm, ist eine Reaktion auf das Unbehagen über das Sterben in den Krankenhäusern. Immer mehr Hospize und palliative Einrichtungen entstehen und ermöglichen ein würdiges Sterben und geben auch den Hinterbliebenen Unterstützung in ihrer Trauer.

Zeitgleich zu diesen Entwicklungen in unserem Kulturkreis fand auch eine allmähliche Veränderung des religiösen Bewusstseins statt. Seit jeher waren die Menschen immer verbunden mit einer wie auch immer gearteten metaphysischen Weltsicht, die ihren Lebensalltag prägte. Doch nun begann eine allmähliche Hinwendung zur Verstandeswelt der sinnlich wahrnehmbaren materiellen Dinge, während der Einfluss der Religion abnahm. Damit änderte sich auch der



Umgang mit dem Tod. Das Bewusstsein um die eigene Sterblichkeit unterscheidet uns von allen anderen Lebewesen auf diesem Planeten. Nur wir Menschen wissen um unsere Endlichkeit. Wenn aber der Tod das absolute Ende ist, als das es auf der materiellen Ebene erscheint, dann braucht es Strategien der Verdrängung, um damit umzugehen. „Im Grunde glaubt niemand an seinen eigenen Tod“, schrieb vor mehr als 100 Jahren Sigmund Freud. Und wenn ich ehrlich in mich hineinhorche, so muss ich ihm recht geben. Wir können uns zwar intellektuell mit unserem Ende beschäftigen, tief drinnen aber halten wir uns für unsterblich. Dank vielfältiger Ablenkungsmöglichkeiten gelingt das erstaunlich gut und ist seit Generationen eingeübt. Es braucht schon einen starken Stoß, um diesen Selbstbetrug zu entlarven. Das ist z.B. dann der Fall, wenn ein geliebter Mensch stirbt. Nun bricht die Erschütterung über die Erkenntnis der eigenen Endlichkeit mit voller Wucht über uns herein.

„Kann bei der Trauerverarbeitung auch Religiosität hilfreich sein? Der Glaube daran, seinem verstorbenen Partner irgendwann im Jenseits wieder zu begegnen, könnte doch tröstlich sein.“ Diese Frage beantwortet H.J. Znoj in seinem Beitrag wie folgt: „Da bin ich skeptisch. Unsere Untersuchungen zeigen deutlich, dass religiöse Haltungen und Handlungen keinen wesentlichen Beitrag zur Trauerverarbeitung leisten.“ Nach meiner eingangs beschriebenen persönlichen Erfahrung kann ich zwar bestätigen, dass meine spirituelle Haltung die Trauer nicht verhindert hat. Dazu sind unsere kulturellen Prägungen wohl zu stark. Dennoch kann ich sagen, dass u.a. das Lesen bestimmter spiritueller Bücher für mich gerade in der Zeit der größten Trauer ungemein tröstlich war.

In einem anderen Beitrag des Themenheftes findet sich dazu folgende Aussage: „Einer der mächtigsten Konstrukte, die uns vor dem Abgrund der Vergänglichkeit unseres Daseins schützt, ist die Religion. Mehrere Studien haben gezeigt, dass der Glaube an ein Leben nach dem Tod oder an einen vergebenden Gott die Angst vor dem Sterben signifikant mindert.“ Das bringt mich zu der Frage, wie denn der Umgang mit Trauer und Tod in anderen Kulturen mit anderen weltanschaulichen Vorstellungen ist.

Dazu fand ich einen lesenswerten Beitrag von Thorina Lepak über Tod und Trauer im Buddhismus, aus dem ich einige zusammenfassende Passagen zitieren möchte. „Die Trauerriten im Buddhismus unterscheiden sich stark von denen des Christentums. Das hängt unter anderem mit der Auffassung vom Tod zusammen. Der Tod bedeutet im Buddhismus nicht das Ende, sondern einen Neuanfang und einen Übergang in einen neuen Zustand. Entsprechend ausgelegt sind auch die Rituale und der Umgang mit Tod und Trauer, je nach Land und Region. Dadurch ist der Tod im Buddhismus ein fester Bestandteil des Lebens. Im Gegensatz zu westlichen Kulturen wird er nicht ausgeklammert oder unsichtbar für die Gemeinschaft in Krankenhäuser ausgelagert. So gibt es im Buddhismus viel weniger Angst vor dem Sterben als in westlichen Religionen, weil Buddhisten sich eingehender damit auseinandersetzen. Daraus ergeben sich Erklärungen für den Tod und entsprechende Zusammenhänge, die dem Ereignis seine Unbekanntheit und seinen Schrecken nehmen. In Meditationen führen sich Buddhisten schon zu Lebzeiten vor Augen, dass alles vergänglich ist.“

Ziel von buddhistischen Meditationen und Ritualen ist es auch, sich von sogenannten Anhaftungen frei zu machen, denn sie werden als Ursache des Leidens betrachtet. Damit ist nach meinem Verständnis das gemeint, was in dem oben angeführten Zitat von Kerstin Lammer als „Identifikation“ bezeichnet wird. Und das bezieht sich nicht nur auf materielle Dinge, sondern genauso z.B. auf unsere Vorstellungen und Emotionen.

Wie sich eine andere Vorstellung vom Tod auf den Umgang mit Trauer auswirkt, zeigt das Beispiel des „Dia de los muertos“ in Mexiko in der Nacht zum 1. November. Was sich bei uns als Partyevent Halloween etabliert hat, blickt dort auf eine lange ernsthafte Tradition zurück. Die Menschen glauben, dass in jener Nacht die Toten zurück auf die Erde kommen, um zusammen mit ihren Familien zu feiern. Angehörige und Freunde treffen sich am Grab des Toten. Sie bringen Geschenke mit, essen gemeinsam das Lieblingsessen des verstorbenen Familienmitglieds und zelebrieren das Gefühl, ihrem Liebsten ganz nah zu sein.



Einen sehr außergewöhnlichen Umgang mit dem Tod sah ich vor einiger Zeit in einem Filmbericht über das Volk der Toraja auf der indonesischen Insel Sulawesi. Für sie ist das Leben auf der Erde nur eine Station. Wirklich wichtig wird es erst im Jenseits. Die Beerdigung ist der erste Höhepunkt auf diesem Weg. Der tote Leichnam bleibt zunächst einbalsamiert im Haus seiner Familien. Bis zur Beerdigung können auch Jahre vergehen. Aber es sind Feste der Freude und nicht der Trauer. Und nach der Beerdigung holt man die mumifizierten Körper einmal im Jahr am Ende der Reisernte im August wieder aus den Särgen, reinigt sie, kleidet sie neu ein und es kann durchaus sein, dass der Enkel dem toten Opa schon mal eine Zigarette in den Mund steckt. Ein Fotograf, der davon Bilder gemacht hat, berichtet: „Auch wenn diese Gedenktage für mich noch so befremdend gewesen sein mögen, aus dem Blickwinkel der hier anwesenden Familien waren es Tage der Freude, eine Gelegenheit, um sich selbst zu feiern und um ihren Liebsten die Ehre zu erweisen.“

Ich muss gestehen, dass auch mich diese Bilder innerlich erschauern ließen. Aber gleichzeitig konnte ich dadurch erkennen, wie sehr ich unbewusst durch unsere kulturellen Vorstellungen geprägt bin.

Abschließend möchte ich noch Platons Gleichnis von den Kugelmenschen erwähnen, das die eingangs zitierte Darstellung von H.J Znoj bildhaft werden lässt. Darin waren wir Menschen ursprünglich vollkommene kugelförmige (Seelen)-Wesen, die von den eifersüchtigen Göttern halbiert wurden und die nun auf der mühsamen Suche sind, ein Anderes zu finden, das sie wieder zu einer ganzen Seelenkugel ergänzt. Haben wir es endlich gefunden und verlieren es wieder, so fühlen wir uns unvollständig und spüren dies als Trauerschmerz. Zur Linderung müssen wir uns auf die seelische Ebene begeben, wir finden sie nicht wirklich in der materiellen Welt. Rituale sind hier ein wichtiges Element. Die Trauergruppen des Hospiz können hier Hilfestellung geben.

Otwin Schwarzenbach

TRAUER-TATTOOS



Lisa, eine junge Frau aus meiner Verwandtschaft erzählte mir, dass sie zu ihrem Opa kein enges Verhältnis hatte. Und dann kam seine schwere Krebserkrankung, bei der die ganze Familie mitgelitten hat. Lisa fühlte sich hilf- und machtlos. Über die Krankheit habe sie nie mit ihrem Opa geredet. Sie hat ihn danach gefragt, wie die Therapie verläuft, wie es ihm geht usw. aber nie wurde über den Krebs gesprochen. Deshalb war das Tattoo für sie eine besondere Ausdrucksmöglichkeit, um aus der Sprachlosigkeit heraus zu kommen.

Es bedeutet für sie Familienzusammenhalt.

Wir begleiten einander, egal was passiert und besonders auf schweren Wegen – bis in den Tod!

Hasta la muerte bedeutet übersetzt – bis in den Tod.



Petra, eine befreundete Logopädin, begleitet Paul, einen Mann, der an ALS erkrankt war. Kurz vor seinem Tod sagt sie zu ihm: „Wenn es einen Himmel gibt, schick mir ein Zeichen, dass es dir gut geht.“

Zwei Tage nach seinem Tod saß Petra im Garten – da flog ein einzelnes Löwenzahnschirmchen vorbei. Ihr Partner meinte: „Das ist ein Gruß vom Paul.“

Und auch sie hatte dieses Gefühl.

Bei der Beerdigung hatte Paul tatsächlich auf seiner Trauerkarte ein selbstentworfenes Bild einer Pusteblume mit einem schönen Spruch angefertigt.

Die Arbeit mit Paul und die daraus entstehende Freundschaft gingen ihr unter die Haut, und deshalb wollte sie diese Gefühle sichtbar machen, indem sie sich etwas unter die Haut stechen ließ.

Ihr Sohn entwarf ihr eine Skizze einer Pusteblume, nicht lieblich und nicht romantisch.

Nun suchte sie sich ein Tattoo-Studio aus. Als sie dort ankam, saß zufällig der Mann einer Kollegin davor. Er sei ein Neuling beim Tätowieren und könne erst nur einfache Sachen stechen. Und so durfte er sein 11. Tattoo spontan bei der Logopädin stechen.

Es wurde so platziert, dass das Löwenzahnschirmchen auf dem Arm – mit dem sie den Patienten so oft behandelt hat – in Richtung Herz fliegt.

Manche Dinge gehen unter die Haut.

Sie freut sich täglich darüber und wie alles so gepasst hat.

Diese zwei Erlebnisse mit Tattoos aus meinem persönlichen Umfeld haben mich neugierig gemacht. Gibt es noch mehr Menschen, die sich als Ausdruck ihres Kammers etwas unter die Haut stechen lassen?

Diese Zeichen der Trauer gab es schon immer, nur haben sich die Motive geändert (M. Benecke, Vorsitzende des Vereins Pro Tattoo). Früher waren es Herzen mit Flatterband, Kreuze und ähnliches. Heutzutage sind es mehr Namen, Sterbedatum oder Geburtsdatum, Porträts, Kinderzeichnungen, letzte Worte, eine Melodie usw. Es sollen die Erinnerungen sein, die nicht vergehen.

Man möchte die Erinnerungen nicht nur im Herzen tragen, sondern auf der Haut, eine sichtbar nach außen getragene Verbindung zu den Verstorbenen.

Menschen möchten die Schmerzen der Trauer nicht nur in Gefühlen zeigen, sondern den Schmerz auch körperlich spüren, z.B. wie beim Stechen des Tattoos. So werden die ewigen Erinnerungen auf der Haut als Trost aufgefasst.

Manche erleben die Bilder auf der Haut als Befreiung, die ihnen den seelischen Schmerz etwas erträglicher macht.

Im März 2020 wurde die Wanderausstellung „Trauertattoo – Unsere Haut als Gefühlslandschaft“, ein Projekt von Trauerbegleiterin Katrin Hartig und Stefanie Oeft-Geffarth CONVELLA GmbH, in der Medizinischen Zentralbibliothek in Magdeburg eröffnet. „Das Tätowieren der eigenen Haut ist eine Möglichkeit, sich zu artikulieren. Und das Thema Trauer dringt immer stärker in das gesellschaftliche Bewusstsein ein“ (Oeft-Geffarth). „Dadurch nimmt man Trauer und Verlust aus einem ganz anderen Blickwinkel wahr. Das Tattoo ist ein Statement für immer, denn Trauer geht nicht vorbei. Sie verändert sich und sucht nach individuellem Ausdruck. Trauer will gesehen werden“ (Katrin Hartig).

Viele Menschen, die so eine Tätowierung tragen, können erleben, dass sie dadurch eher über den Verlust sprechen können. Es ist ein Weg aus der Sprachlosigkeit durch die oft gut sichtbaren Bilder und Symbole. Auch Menschen, die bis dahin nichts mit Tattoos zu tun hatten, finden dadurch eine Ausdrucksmöglichkeit.

Erika Staudenmaier

TRAUER IN DER MUSIK

wie Komponisten ihren Schmerz in Töne fassen

Ein Auszug aus dem Vortrag, den die Musikjournalistin Susanne Rudolph im vergangenen Jahr im Hospiz gehalten hätte, der, wie so Vieles, Corona zum Opfer fiel.

Als im Frühjahr 1855 sein geliebtes, erst vierjähriges Töchterchen starb, komponierte sich Smetana seine abgrundtiefe Trauer förmlich von der Seele. Wie anders als durch Musik

hätte er diesen rasenden Schmerz ausdrücken, vielleicht auch bewältigen können.

Und so entstand ein Werk von ungeheurer Expressivität und Plastizität: Verzweiflung, Trostlosigkeit, Trotz, Zorn – all das hört man in den Tönen seines g-moll-Klaviertrios mit.

Doch dazwischen gibt es auch ergreifend stille Stellen, zarte, zärtliche Erinnerungen. Und sogar fröhliche Momente, in denen man das vergnügte Hüpfen des Kindes zu sehen glaubt.

Oder, ganz anders: Anton Bruckner. Bruckner arbeitete gerade am Beginn des Adagios zu seiner wundervollen siebten Sinfonie, als er Mitte Februar 1883 erfuhr, dass Richard Wagner gestorben war. Tief erschüttert komponierte er das Adagio zu einer geradezu heilig anmutenden Trauermusik um – für seinen „höchstverehrten Meister aller Meister“, wie er in der Widmung schrieb.

Und ein Sprung ins 20. Jahrhundert, zu Schostakowitsch: Ihm gelang, was nicht vielen Komponisten dieses Jahrhunderts gelungen ist. Seine Musik trifft schon beim ersten Hören mitten ins Herz! Dem Tod, den Schrecken des Krieges und dem Grauen eines totalitären Staates konnte Schostakowitsch nur mit der Kraft seiner Herzblut-Musik begegnen.

Oder eben auch dem qualvollen Tod eines Freundes, dem er in seinem aufwühlenden, streckenweis Gänsehaut erregenden e-moll-Klaviertrio ein bewegendes Vermächtnis setzte.

Eine höchst persönliche, höchst intensive Totenklage, die einem den Atem raubt...

So findet jeder Komponist für seinen Kummer und seine Verzweiflung ureigene Töne. Töne, die als unmittelbare Reaktion auf einen Todesfall oder einen Abschied (denken wir an Beethovens „Les Adieux“-Klaviersonate!) ganz besonders stark auf uns wirken – und, vielleicht, uns trösten.

An mehreren Beispielen werden wir ihnen nachspüren.

Und das werden wir, hoffentlich im kommenden Jahr, in dem wir Frau Rudolph gerne wieder bei uns begrüßen möchten.

ANGST VOR DEM ALTER

Kinder und Jugendliche können es fast nicht erwarten älter zu werden. Eröffnet das doch neue Möglichkeiten und Chancen, etwas zu dürfen und zu können. Sie fiebern ihrem nächsten Geburtstag freudig entgegen. Vor allem im Jugendalter ist man stolz, wenn man sogar für „älter“ geschätzt wird, als man ist.

Diese Einstellung weicht jedoch ziemlich schnell der Erkenntnis, dass das recht flott geht mit dem Älterwerden. Hat man die Dreißig eben gefeiert, schon steuert man auf die Vierzig zu. Wer jetzt schon kokettiert, dass er bald zu den Alten gehört, weiß noch nicht wie sich der 50er-Sprung anfühlt.

Die Einschätzung, wann jemand alt ist, ist natürlich subjektiv. Wird ein 10-jähriges Mädchen danach befragt, kann ihre Antwort durchaus der gerademal 30-jährige Onkel sein. Und für eine 20-Jährige ist ein 50-Jähriger alt. Die Antworten hängen also maßgeblich von den Befragten ab.

In Deutschland werden Menschen zwischen 60 und 75 als „ältere“ Menschen, 75- bis 90-Jährige als „alte“ Menschen und 90- bis

100-Jährige als „sehr alt“ bezeichnet. Menschen, die über 100 Jahre alt sind, werden auch „Langlebige“ genannt. So beim Magazin Gesundheitsinformation nachzulesen.

Da sich die Angst vor dem Alter auf sehr viele verschiedene Bereiche auswirken kann, möchte ich in diesem Text nur einige, wenige Aspekte näher zu beleuchten.

Die körperlichen Veränderungen sind nicht zu leugnen. Wir sehen und hören schlechter, die Haare werden grau, die Haut faltiger, die Knochen brüchiger und die Leistungsfähigkeit wird immer mehr eingeschränkt. Die Energie und Kraft lassen nach. Beim Wandern wird man mehr und mehr von Jüngeren überholt. Dinge, die jüngeren Generationen als sehr wichtig erscheinen, sind einem selbst fremd und unverständlich. Bei Neuanschaffungen wie Smartphone, TV oder Computer sucht man in der Regel Unterstützung bei den jüngeren Familienmitgliedern. Das gleiche gilt, wenn diese nicht mehr funktionieren oder gar ausfallen. Pläne die bisher nicht umgesetzt wurden, rücken in die Ferne.

Wer noch im Beruf steht, merkt deutlich: es kommen immer mehr Jüngere nach und oft



werden diese sogar die neuen Vorgesetzten. Es ist spürbar, wie leicht ihnen vieles fällt. Die stetige Veränderungen, die immer noch schneller voran zu gehen scheinen, bereiten so manchem schlaflose Nächte. Da kann es einem doch schon etwas angst werden, oder nicht?

Aktuell erleben wir die große Herausforderungen durch COVID-19. Noch kein Virus war vor allem für Menschen, ab sechzig, so gefährlich. Diese Art von Angst und den damit verbundenen einschränkenden Maßnahmen, haben wir bisher noch nicht gekannt.

Hier ist es gut in einem Land zu leben, das sich klar zu den alten Menschen bekennt und Maßnahmen und Einschränkungen verordnet, um alle Menschen, aber vor allem diese Personengruppe zu schützen. Jedes Leben ist wertvoll, gleich welchen Alters. Und so ist es keine Frage, dass sogar, ja gerade 108-Jährige geimpft werden.

Aber auch ohne Corona-Gefahr ist es normal, immer wieder etwas ängstlich in die Zukunft zu schauen. Welche Veränderungen kommen da auf mich zu? Wie geht es mir damit, wenn ich pensioniert werden oder in Rente komme? Viele Jahre habe ich mich darauf gefreut, aber wenn es bald soweit ist? Werde ich den Kontakt mit dem Kollegenkreis sehr vermissen? Werde ich vereinsamen? Wie lange kann ich selbstständig und unabhängig bleiben? Ab wann fängt es mit Krankheiten und körperlichen Einschränkungen an? Ja, das Älterwerden ist nicht ganz einfach.

Gleichzeitig gilt aber auch: Fürs schlechte Sehen gibt es eine Brille, fürs schlechte Hören Hörgeräte und fürs schlechte Gehen einen Rollator. Ich denke, dass das Altwerden noch in keinem Zeitalter so viel Hilfe erfahren hat wie aktuell. Betrachten wir allein die Unterstützungsangebote wie Ergotherapie, Physiotherapie, Krankengymnastik und vieles mehr, die uns dazu dienen, den Einschränkungen entgegenzuwirken und die Gesundheit zu stabilisieren.

Aber ich denke auch daran, wie eine Frau mir erzählte, dass sie nun bald 95 Jahre alt wird, und ich darauf antwortete, „dann haben Sie aber wirklich ein schönes Alter erreicht“. Darauf erwiderte die Dame völlig nüchtern:

„Nix am Alter ist schön. Ich bin im Betreuten Wohnen, kann mir nichts mehr kochen, bin auf das angewiesen was geliefert wird. Das Personal ist freundlich, aber ich verstehe sie nicht. Vieles fällt mir schwer. Die meisten aus meinem Bekanntenkreis sind verstorben. Ich sage es Ihnen: Nichts ist gut daran, ein so ‚schönes‘ Alter zu erreichen.“ Ich verstumme betroffen.

Wirft man einen Blick auf Umfragen zur Lebenszufriedenheit im Alter, so zeigen diese deutlich, dass die alte Menschen ausgesprochen zufrieden sind. 56% der 65- bis 85-Jährigen sind äußerst zufrieden mit ihren Lebensumständen, 26% sprechen davon, dass sie zufrieden sind und nur 7 % sind sehr unzufrieden.

Erklärungen für die großen Zufriedenheiten sind rege soziale Kontakte, stabile Gesundheit sowie materielle Sicherheit und weiter große Freude am Leben und was es noch bereit hält.

„Angst ist ein schlechter Wegbegleiter“ heißt es im Volksmund. Aber die Sorgen, die mit dem Älterwerden eingehen, sind sicher nicht ganz unberechtigt, meine ich. Aber nutzen tun sie auch nichts. Es ist unaufhaltbar, dass wir alle, egal in welchem Lebensalter wir gerade sind, jeden Tag älter werden, bis wir eines Tages alt sind. Daran können wir nichts ändern.

Was wir ändern können, ist unsere Haltung dazu. Das Naturgesetz des Alterns akzeptieren. Nichts festhalten wollen, was nicht festzuhalten ist, zu achten was man hat und nicht was fehlt.

Elli Pfarr

*„Der ist ein Narr, der sich an der
Vergangenheit die Zähne ausbricht,
denn sie ist ein Granitblock und hat sich vollendet.
Bejahe den Tag, wie er dir geschenkt wird,
statt dich am Unwiederbringlichen zu stoßen.“*

Antoine de Saint-Exupéry



Eine Geschichte aus dem Sardinien der 50er Jahre des letzten Jahrhunderts, über ein Mädchen mit zwei Müttern und einem Leben am Rand einer vergessenen und verschwiegenen Welt – eine Geschichte über das schwierige Thema Sterbehilfe, wenn keine andere Möglichkeit erscheint.

Dieser Roman fiel mir im Urlaub in die Hände und ich kam nicht mehr davon los! Es ist eine ungewöhnliche Geschichte, ein ungeheuer faszinierender Roman, in einer packenden, meisterhaften Sprache geschrieben und ebenso meisterhaft ins Deutsche übersetzt.

Die Accabadora - auf Sardisch „die, die es beendet“ - ist wie eine Engelmacherin am Ende des Lebens. In Sardinien soll es sie gegeben haben: alte Frauen, die aktive Sterbehilfe für kranke und schwache Menschen leisteten. Aber – und das ist der große Unterschied zur Frau, die das ungeborene Kind bei Bedarf tötet: die Accabadora war im alten archaischen Sardinien gesellschaftlich anerkannt. Ihre Tat war keine Tötung im eigentlichen Sinn, sondern ein Abschied aus der Gemeinschaft, über den die weiße Accabadora bestimmen konnte. Diese alte sardische Geschichte greift Michela Murgia in „Accabadora“ auf.

Die aufgeweckte sechsjährige Maria wird von der alten Bonaria Urrai als „Tochter des Herzens“ angenommen, denn die eigene Mutter ist sehr arm und hat genug mit ihren anderen Töchtern zu tun. Dieses Vorgehen mag für uns ungewöhnlich anmuten, war aber in sardischen Dörfern durchaus üblich. Die alte wohlhabende Frau zieht Maria groß, dafür kann sie sich darauf verlassen, dass sie nicht einsam sterben muss. Die Beziehung zwischen dem Mädchen und der alten Frau, die Murgia so ruhig, treffend, packend und auch farbig beschreibt, wird immer besser, bis Maria zu verstehen beginnt, was es mit Bonarias geheimnisvollen und schicksals-trächtigen nächtlichen Ausflügen auf sich hat. Dass es sich nicht immer um alte bettlägrige Menschen handelt, denen der Besuch der Accabadora gilt, sondern auch einmal um einen lebensunwilligen jungen Mann, schockt das Mädchen sehr und beendet vorläufig das Mutter-Tochter-Verhältnis. Maria, nun schon fast eine junge Frau, verlässt die Insel, macht ihre eigenen Erfahrungen in Genua.

Jahre später kommt sie aber wieder zurück, weil die Accabadora schwer krank ist und ihrer Pflege bedarf. Schließlich ist Maria für die alte Frau die „fill'e anima“: die Tochter des Herzens und sie ist ihrer Ziehmutter verpflichtet bis zuletzt.

Nun erkennt sie, dass diese Pflicht jetzt aber auch bedeutet, den letzten, dringenden, verzweifelten Wunsch der alten Bonaria zu erfüllen: ihrem elenden Leben ein Ende zu bereiten. So schließt sich der Kreis...

Sie kämpft um die schwerste Entscheidung ihres Lebens.

Dieses Buch hat mich sehr dazu angeregt, über solche Traditionen nachzudenken, über andere Kulturen, eine andere Moral bei anderen medizinischen und pflegerischen Voraussetzungen.

Wer kann und darf über Leben und Tod entscheiden, über Leiden und Erlösung?

Wenn Leiden eigentlich gelindert werden könnte: wie gehen wir damit um, wenn ein Mensch dennoch nicht mehr leben will, nicht mehr leben kann?

Dorothea Kleinknecht



Gleich beim ersten Aufschlagen des Buches weckte ein Zitat aus Camus „Mythos des Sisyphos“ mein Interesse. „Es gibt nur ein wirklich ernstes philosophisches Problem: den Selbstmord.“

Bei meiner Arbeit im Hospiz werde ich immer wieder mit diesem Problem konfrontiert. Das Buch mit dem Theaterstück GOTT von Schirach und mehreren angeschlossenen Essays bietet Orientierungshilfen bei der Suche nach Antwort auf die Frage, die mit dem Problem Suizid verbunden ist: „WEM GEHÖRT UNSER LEBEN?“

„Gehört es einem Gott? Gehört es dem Staat, der Gesellschaft, der Familie, den Freunden? Oder gehört es nur uns selbst?“ fragt der Rechtsanwalt Biegler. In dem Theaterstück tritt der Ethikrat zusammen, weil die Hauptperson Herr Gärtner, nicht mehr weiterleben will. Gärtner erklärt: „Ich bin 78 Jahre alt, war 42 Jahre verheiratet. Elisabeth ist vor drei Jahren an einem Hirntumor gestorben. Sie fehlt

mir, wenn ich einschlafe, wenn ich aufwache. Ich bin nur noch die Hälfte.“ Er hat bei seiner Hausärztin das Medikament Pentobarbital beantragt, um sich das Leben zu nehmen. Die Ärztin verweigert ihre Hilfe. Sie und zwei Gutachter bestätigen, dass er psychisch und physisch völlig gesund sei. Es entwickelt sich auf der Bühne, dem fiktiven Sitzungssaal des Ethikrates, eine leidenschaftliche und kontroverse Diskussion.

Drei Sachverständige sind anwesend: Frau Prof. Litten von der Rechtswissenschaftlichen Fakultät der Freien Universität, Herr Prof. Sperling von der Bundesärztekammer und Herr Bischof Thiel.

Der Vorsitzende begrüßt und beschreibt den Anlass für die Sitzung. Der Rat ist auf eigenen Entschluss tätig geworden. Er erklärt, dass Herr Gärtner Selbstmord begehen will. Der Rechtsanwalt Biegler, mischt sich ein: „Wir sollten Suizid sagen, nicht Selbstmord. Sich selbst zu töten ist kein Mord.“

Frau Prof. Litten erläutert ausführlich die rechtliche Seite, gibt Beispiele aus anderen Ländern, selbst aus der Nazizeit. Rechtsanwalt Biegler befragt sie zu den christlichen Werten und Sterbehilfeorganisationen. Sachlich und sehr informativ.

Prof. Sperling bezieht sich auf den Eid des Hippokrates und die Sterbebegleitung. Er erinnert an die Hospize und Palliativmedizin. Der ärztlich assistierte Suizid ist ein Schlag ins Gesicht all derer, die sich jeden Tag um Todkranke kümmern. Eine heiße Diskussion entsteht. Es geht um die Autonomie und die Würde des Patienten. Prof. Sperling bejaht die Frage: „Ist es besser die Menschen auf Stricke, Messer, Sprünge von Hochhäusern und anderen grausamen Irrsinn zu verweisen?“ Beim Lesen von besonders grotesken Argumenten musste ich manchmal laut auflachen oder einen traurigen Blick in meinen Garten schweifen lassen.

Bischof Thiel wird befragt. Er sagt: „Es soll weiterhin verboten bleiben, einen Menschen zu töten. Ich glaube an den unendlichen Wert des Lebens in jedem Augenblick der menschlichen Existenz. Das Leben ist heilig. Suizid ist reiner Egoismus. Er ist zutiefst unmoralisch!“ Der Vorsitzende muss immer wieder Thiel, Keller

und Biegler ermahnen. Es wird eine hitzige Debatte.

Nach einem eindringlichen Plädoyer von Rechtsanwalt Biegler für den Suizid von Herrn Gärtner, stellt der Vorsitzende die Frage an das Publikum: „Halten Sie es für richtig, dass Herr Gärtner Pentobarbital bekommt, um sich töten zu können?“

Das Publikum wird/soll/muss eine Entscheidung treffen. Wie wäre Ihre?

Am Ende des Buches finden sie Essays zu Ethik und Recht von namhaften Wissenschaftlern zum Thema. Das Essay von Prof. Dr. Hartmut Kreß nimmt die religiöse und kulturelle Sicht ein: Die Religionen Judentum, Christen-

tum und Islam haben den Suizid verboten..... ihr pauschales NEIN begründen sie mit der Aussage, das menschliche Leben sei eine Gabe von Gott und somit sein Eigentum ...

Ferdinand von Schirach, geboren 1964, ist deutscher Strafverteidiger, Schriftsteller und Dramatiker. Er lebt in Berlin.

Bei der Uraufführung im September 2020 im Schauspielhaus Düsseldorf war die Abstimmung: 50 Stimmen für Beihilfe zum Suizid und 17 dagegen.

Ulrike Sauer

LEBEN BIS ZULETZT ?!

Das Bundesverfassungsgericht hat am 26.2.2020 ein klares Urteil zum Thema Beihilfe zur Selbsttötung gefällt. Kern des Urteils ist, dass alle Menschen, unabhängig vom Alter und Leiden, einen Rechtsanspruch auf einen assistierten Suizid haben sollten. Wir gehen davon aus, dass die gesetzliche Regelung dazu nicht mehr lange auf sich warten läßt.

Jeder hat das Recht, sich das Leben zu nehmen. Es gibt ein Grundrecht auf Sterben – dies schließt die Selbsttötung mit ein. Das stellt in großer Mehrheit heute niemand mehr in Frage. Auch nicht Vertreter der Palliativmedizin und der Hospizbewegung. Und gerade diese – auf Selbstbestimmung ausgelegte – Haltung ermöglicht es, mit suizidgefährdeten Menschen überhaupt in ein Gespräch zu kommen, zu versuchen den Menschen in seiner Not anzuhören und anzunehmen. In ein Gespräch zu kommen, das geprägt ist von Offenheit, Interesse und Respekt.

Wenn ein Mensch den Wunsch äußert, sterben zu wollen, muss das nicht bedeuten, dass das sofort geschehen soll. Oft steckt hinter dieser Äußerung die Botschaft: „So will ich nicht mehr leben!“ Darüber sollten wir sprechen. Ziel dieses Gespräches kann sein, gemeinsam nach Möglichkeiten zu suchen, um die aktuelle Kri-

se bewältigen zu können, oder um Linderung zu verschaffen. Dieser Prozess kann am Ende in einem Suizid münden, aber bis eine selbstverantwortliche Entscheidung getroffen wird, ist Ansprache und Begleitung möglich und nötig. Der Suizid muss immer etwas bleiben, das uns erschüttert und irritiert, nicht etwas, das mehr und mehr zur Normalität wird. Wenn der assistierte Suizid allerdings eine medizinische Dienstleistung unter vielen wird, suggeriert dies gesellschaftliche Erlaubnis und Akzeptanz.

Wenn die Überlegung zu sterben oder weiterzuleben, darauf gründet, dass man sich niemandem – seiner Familie, seinen Angehörigen, der Gemeinschaft – zumuten will und das als Begründung akzeptiert wird, verlagert die Gesellschaft gemeinsame Verantwortung in den privaten Bereich.

Der Hospizarbeit liegt eine lebensbejahende Haltung zugrunde. Diese schließt eine aktive Hilfe zur gezielten Lebensbeendigung aus. Unser Angebot ist es, wertfrei und ergebnisoffen alle Möglichkeiten miteinander zu sprechen, allerdings in der Hoffnung, eine Lösung zu finden, die das Leben bejaht, sei es auch noch so schwer.

Claudia Schumann

ZAHLENSPIEGEL FÜR 2020

Der Jahresspiegel fällt für 2020 anders als gewohnt aus. Das Pandemiegeschehen hat die Zahlen der Begleitungen und der Veranstaltungen der Hospizakademie stark sinken lassen.

Die Aufnahmezahlen im stationären Bereich sind vergleichbar zu den vorherigen Jahren, da wir auf Station ganz „normal“ gearbeitet haben. 1.748 Informations- und Beratungsgespräche zeigen allerdings, dass die Nachfrage nach hospizlicher Unterstützung sehr hoch war.

Ehrenamtliche insgesamt	109	Mitarbeitende
Ambulanter Hospizdienst		
Begleitungen gesamt	120	
Ambulant in Familien	49	Personen
Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst	9	Familien
In Heimen	31	Personen
In Krankenhäusern	10	Personen
Im stationären Hospiz	21	Personen
Nächtliche Begleitungen in stationären Einrichtungen	110	Einsätze
Stationäres Hospiz		
Belegtage	3195	
Auslastung	88	%
Anmeldungen insgesamt	476	
Tatsächliche Aufnahmen	140	
Informations- und Beratungsgespräche	896	
Beratungs- Informationsgespräche		
Ambulanter Bereich	642	(davon Trauerberatungen 254)
Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst	210	
EA-Stunden insgesamt		
5363 Stunden		
Im ambulanten Bereich, Erwachsene	1315	Stunden
Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst	325	Stunden
Im stationären Hospiz	1553	Stunden
In anderen stat. Einrichtungen	259	Stunden
Trauerarbeit	337	Stunden
Hospiz Café/ Impuls	99	Stunden
Gesprächscafé Palliativstation	35	Stunden
Fortbildung und Öffentlichkeitsarbeit	216	Stunden
Arbeitskreise, Supervisionen und Hospiztreffs	525	Stunden
Vorstands- u. Hintergrundarbeit	699	Stunden
Veranstaltungen Ulmer Hospiz Akademie	43	
Zusätzliche Veranstaltungen		
für andere Einrichtungen zu Themen der Hospizarbeit	46	
Besucher von Hospiz Ulm		
Besucher Akademie	556	Personen
Impuls der Stille – Besucher	135	Personen
Hospiz Café Besucher	219	Personen
Gesprächscafé Palliativstation	18	Personen
Trauer Café Ulm	11	Personen
Familientrauernachmittage	11	Personen
Familientrauerwochenende	15	Personen



30

JAHRE AMBULANTER HOSPIZDIENST

20

JAHRE STATIONÄRES HOSPIZ ULM

15

JAHRE AMBULANTER KINDER-
UND JUGENDHOSPIZDIENST ULM