



Informationen des
Hospiz-Förder-Vereins e.V. Itzehoe

Mitgehen

Nr. 52 - Dezember 2/2023

Unter anderem mit:

Letzte Hilfe

Rückblick & Ausblick

Steinburger Palliativtage

Interview mit Rüdiger Blaschke



Inhalt:

- 3 Vorwort**
Rüdiger Blaschke
- 5 Rückblick und Ausblick**
Melanie Bangert
- 9 Fortbildung zur Sterbebegleitung**
Maren Lutz
- 10 Letzte Hilfe**
Ingrid Koplin
- 11 Das richtige Ehrenamt finden**
Dieter Andres
- 13 Seit knapp 2 Jahren...**
Jan Kempermann
- 15 Hospiz & Palliativtag in Schleswig-Holstein**
Maren Lutz
- 16 Steinburger Palliativtage & Vortrag**
Maike Mieling
- 21 Spendenaktionen**
- 22 Beitrittserklärung**
- 23 Käse, Singen und Hospiz**
Rüdiger Blaschke
- 24 Die Sache mit der Seele**
Maria Kuhlage
- 27 Interview mit Rüdiger Blaschke**
- 30 Verwaiste Elterngruppe**
Kirstin Baade

Impressum:

Informationen des Hospiz-Förder-Vereins e.V.,
ambulante Hospizdienste Itzehoe und Glückstadt
Mitglied im Hospiz- und Palliativ-Verband Schleswig-Holstein
Albert-Schweitzer-Ring 16, 25524 Itzehoe, Telefon 04821-73076,
E-Mail: info@hospiz-itzehoe.de
Bilder: Eigene, Pixabay, Adobe Stock, sowie wie bezeichnet

Vorstand: Rüdiger Blaschke, Uwe Witt, Andrea Bünz, Kirstin Baade
Geschäftsführung: Ingrid Koplin
Koordination: Tanja Krüger
Redaktion: Dieter Andres und Rüdiger Blaschke
Internet: www.hospiz-itzehoe.de
Layout: PRINTWORXmedia, Hans-Henning Studt (www.printworxmedia.de)
Druck: Glückstädter Werkstätten, Itzehoe
Spendenkonto: Sparkasse Westholstein
IBAN: DE81 2225 0020 0001 0727 06 BIC: NOLADE 21 WHO





Liebe Freunde und Förderer unserer Hospizarbeit, liebe Leserinnen und Leser,

„Da bin wieder!“

So sagt es eine meiner beiden Enkel-töchter immer, wenn sie uns besucht. Die Freude über Ihren Besuch ist bei ihr und bei uns ungeteilt.

Ich hoffe, das gilt auch für mein „Da bin ich wieder!“, nachdem ich vor einem Jahr den Platz des 1. Vorsitzenden an Melanie Bangert abgegeben hatte. Doch so einfach, wie ich es mir damals dachte, ist ein Generationswechsel in einem Verein nicht zu meistern. Wer in jungen Jahren ein Ehrenamt übernimmt, hat zumeist auch in Familie und Beruf einiges zu leisten. Als Melanie uns Mitte Oktober darlegte, warum sie aus persönlichen und beruflichen Gründen das Ehrenamt als 1. Vorsitzende unseres Vereins niederlegen müsse, haben wir im Vorstand sogleich zugestimmt. Wir können in den Schulungen unserer Ehrenamtler nicht nur theoretisch darauf hinweisen, wie wichtig es sei, sich im Ehrenamt nicht zu überfordern, wenn wir es nicht auch in der Praxis beherzigen.

Nun haben wir uns als Vorstand neu aufgestellt. Die Mitgliederversammlung hat

mich erneut zum 1. Vorsitzenden gewählt. 2. Vorsitzender wurde Uwe Witt, der über viele Jahre leitend in Einrichtungen der Altenpflege tätig war und bei uns vor 2 Jahren die Begleiterschulung absolviert hat. Gemeinsam mit Andrea Bünz und Kirstin Baade sind wir als Vorstand weiterhin gut aufgestellt, unseren Verein und unseren ambulanten Hospizdienst



kompetent und mit Herzblut weiterführen zu können. Dabei wollen wir den notwendigen Generationswechsel nicht aus den Augen verlieren. Wir hoffen, dass wir in der Mitgliederversammlung im Herbst des nächsten Jahres in diesem Sinne einen guten Schritt vorankommen.

Nun bleibt mir nur noch, auch an dieser Stelle, Melanie Bangert noch einmal für ihre hervorragende Arbeit als unsere 1. Vorsitzende während des vergangenen Jahres zu danken und ihr alles Gute für Familie und Beruf zu wünschen. Ihnen allen, die Sie dieses Heft in Händen halten, möchte ich an dieser Stelle sehr herzlich danken, dass Sie an unsere Arbeit interes-



siert sind und uns im vergangenen Jahr wieder die Treue gehalten haben. Für die Advents- und Weihnachtszeit sowie für das neue Jahr wünsche ich Ihnen inneren und äußeren Frieden, gute Gesundheit und Gottes Segen.

Ihr Rüdiger Blaschke



Danke!

Danke für die Sonne
Danke für den Regen
Danke für den Himmel über mir

Danke für die Samen
Danke für die Früchte
Danke für die Erde unter mir

Danke! Danke für die Schönheit
Danke für die Farben
Danke für das Licht

Danke für das Lachen
Danke für die Tränen
Danke dafür, dass ich fühlen kann

Danke für die Menschen
Danke für die Tiere
Danke, dass ich nicht alleine bin

Danke! Danke für die Freundschaft
Danke für Vertrauen
Danke für die Zeit

Danke für die Hoffnung
Danke für den Frieden
Danke für Bewahrung und für Schutz

Danke für den Glauben
Danke für die Gnade
Danke für Vergebung und das Kreuz

Danke! Danke für das Leben
Danke für die Liebe
Und diesen Augenblick
Danke! Danke für die Freiheit
Danke für die Freude
Und für die Musik

Andrea Adams Frey





Liebe Freunde und Förderer unserer Hospizarbeit, liebe Leserinnen und Leser, ein bewegtes Jahr 2023 geht dem Ende zu. Auch im Hospiz-Förder-Verein ist in diesem Jahr wieder viel geschehen und wir möchten Ihnen in diesem Heft einmal mehr Gelegenheit geben, einen Einblick in die Vielfalt unserer Arbeit zu bekommen.

2023 haben wir uns darauf konzentriert, das Thema Sterben, Tod und Trauer in der Gesellschaft noch stärker zu thematisieren. Wir möchten dazu beitragen, dass das Tabu rund um dieses Thema gebrochen wird und ein offener Umgang damit ermöglicht wird. Dazu haben wir unter anderem mehrmals Infostände in der Öffentlichkeit angeboten, Veranstaltungen organisiert und sind in den Dialog mit verschiedenen Gruppen und Institutionen getreten.

Wir sind stolz auf das, was wir gemeinsam mit allen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in diesem Jahr erreicht haben und möchten uns an dieser Stelle bei allen Spendern, Unterstützern und Helfern bedanken, die uns dabei geholfen haben.

Ich bin sicher, dass wir auch im nächsten Jahr gemeinsam für eine würdevolle Begleitung der Menschen im letzten Lebensabschnitt sorgen werden und trauernden Menschen einen Ort zur Trauerbewältigung sein werden.

Für den Abschluss dieses Jahres wünsche ich Ihnen alles Gute und viel Glück für das

kommende Jahr. Mögen Sie alle in Gesundheit und Frieden leben. Ich hoffe, dass Sie die Weihnachtszeit in Ruhe mit Ihren Lieben verbringen und sich auf das neue Jahr freuen können. Ich bedanke mich für Ihr Interesse an unserer Arbeit und hoffe, dass wir auch im nächsten Jahr in Kontakt bleiben werden.

Bleiben Sie behütet.

Öffentlichkeitsarbeit des Hospiz Vereins

Im Jahr 2023 lag unser Fokus darauf, das Tabu bei den Themen Sterben, Tod und Trauer in der Gesellschaft weiter zu verringern. Hierzu organisierten wir unter anderem öffentliche Informationsstände, die einladen mit uns ins Gespräch zu kommen.

Im Juni hatten wir dazu unseren Infostand auf dem Itzehoer Markt aufgebaut. An unserem Steh-Tisch hingen verschiedene Fragen zum Umgang mit dem Thema Tod. Die Fragen: „Wie alt möchten Sie werden?“ oder auch: „Haben Sie einen letzten Wunsch?“ sollten einladen, sich der eigenen Endlichkeit zu nähern.



Ingrid Faktor, Annette Hörnlein und ich standen zu Gesprächen mit den Markt-

besuchern bereit. Die Resonanz auf unsere Anwesenheit war durchaus unterschiedlich. Manche Menschen machten einen großen Bogen um unseren Infostand, andere näherten sich vorsichtig und wieder andere traten ohne Scheu mit uns ins Gespräch.

Alle Gespräche die entstanden, hatten eine große Tiefe gemeinsam. Die Menschen berichteten von ihren Erfahrungen mit Sterben, Tod und Trauer. Die meisten dieser Erfahrungen waren berührend und erfüllt von Liebe.

Die Erfahrungen der ehrenamtlichen Mitarbeitenden am Waffelstand im Edeka Frauen am Rotenbrook waren sehr ähnlich.



Hier standen Dina Dittebrandt, Nina Holz und Jonathan Kusch für Interessierte zu Gesprächen bereit und verkauften Waffeln gegen eine Spende zugunsten unseres Hospiz-Förder-Vereins. Durch den Waffelduft angelockt, konnte auch hier manches gute Gespräch über Sterben, Tod und Trauer entstehen.

Uns ist bewusst, dass Sterben, Tod und Trauer keine Themen sind, über die wir in unserer Gesellschaft unbefangen sprechen - und doch sind sie Teil eines jeden Lebens. Aufgrund der positiven Erfahrungen mit

unseren Infoständen werden wir auch im kommenden Jahr wieder in der Öffentlichkeit zu Gesprächen mit uns einladen.

Letzte Hilfe Kurse

Erneut fanden in diesem Jahr unsere Letzte-Hilfe-Kurse statt. Diese Kurse geben interessierten Menschen eine Orientierung im Umgang mit schwerer Krankheit und Tod. Letzte Hilfe leisten zu können ist aus unserer Sicht ebenso wichtig wie Erste Hilfe. Die Letzte Hilfe Kurse informieren über die Möglichkeiten der Unterstützung bei der Begleitung sterbender Menschen im persönlichen oder nachbarschaftlichen Umfeld und ermutigen zum Handeln.

Im Kurs sprechen Kirstin Baade, Ingrid Koplín (und Nina Holz) über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Mögliche Leiden werden als Teil des Sterbeprozesses thematisiert und die Teilnehmenden bekommen Impulse an die Hand, wie sie mit einfachen Methoden unterstützen und lindern können. Auch der Umgang mit der Situation als HelferIn und Helfer wird thematisiert und gemeinsam wird im Kurs überlegt, wie Abschiede gestaltet sein können.

Diese Letzte Hilfe Kurse finden in Itzehoe großen Zuspruch und wir werden sie im kommenden Jahr erneut anbieten. Weitere Informationen und Termine finden Sie auf unserer Homepage www.hospiz-itzehoe.de.



Steinburger Palliativtage - Tag der offenen Tür

Im Rahmen der Steinburger Palliativtage veranstalteten wir vom Hospiz-Förder-Verein gemeinsam mit unseren Nachbarn, dem stationären Hospiz St. Klemens einen Tag der offenen Tür. Neben der Möglichkeit die Räumlichkeiten des stationären Hospizes zu besichtigen, gab es auch verschiedene Infostände im Innenhof am Albert-Schweitzer-Ring.

Das Angebot zum Tag der offenen Tür wurde abgerundet durch ein umfangreiches Vortrags-Programm. Es gab einen Vortrag zum ASB-Wünschewagen und Frau Dr. Hallbauer berichtete über die Alternativen zum assistierten Suizid. Aus unseren Reihen des ambulanten Hospizdienstes gab es gleich mehrere Vorträge. Maïke Mieling berichtete aus ihrer Erfahrung als Sterbegleiterin und ich rundete diesen Vortrag mit der Vorstellung der umfangreichen Angebote unseres Hospizdienstes ab. Kirstin Baade berichtete über die Trauerarbeit, die einen stetig wachsenden Zuspruch erfährt.

Personelle Veränderungen

Neben den verschiedenen Aktivitäten des Vereins hat es auch Veränderungen im Bereich Personal gegeben. Unsere hauptamtliche Koordinatorin Nina Holz erwartet ein Baby und darf aufgrund eines Beschäftigungsverbots bis zur Geburt nicht bei uns tätig sein. Wir wünschen ihr und ihrer Familie alles Liebe und Gute.

Da das Beschäftigungsverbot sehr akut kam, musste die Koordination kurzfristig

anderweitig übernommen werden. Wir sind froh, dass Kirstin Baade so spontan die Vertretung für diese Zeit übernommen hat. Danke liebe Kirstin, ohne Dich wären wir verloren gewesen. Auch auf unsere Geschäftsführerin Ingrid Koplin kam durch den Ausfall von Nina einiges an Mehrarbeit zu. Auch Dir, liebe Ingrid gebührt unser Dank für Deine Bereitschaft, für deutlich mehr Stunden für den Hospizdienst zur Verfügung zu stehen.

Da die Arbeit im Bereich der Koordination zunimmt und umfangreicher wird, haben wir im Sommer bereits überlegt, eine zweite Koordinatorin für unseren ambulanten Hospizdienst einzustellen. Nachdem Nina Holz ausgefallen ist, wurde die Überlegung dringender und wir hatten das Glück, eine Bewerberin aus den Reihen unserer ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter zu finden. Seit dem 27.10.23 verstärkt Tanja Krüger unser Koordinationsteam, um die vielfältigen Aufgaben in unserem Hospizdienst gemeinsam zu bewältigen.



Auch ich, Melanie Bangert, bin Grund einer personellen Veränderung. Aufgrund beruflicher und privater Gründe, werde ich mein Amt als 1. Vorsitzende nicht länger ausüben können und bat den Vorstand in einer Sitzung im Oktober um vorzeitige Entlassung aus diesem Amt.

Ausblick

Durch mein Ausscheiden aus dem Amt der 1. Vorsitzenden fällt es mir schwer, einen Ausblick zu wagen, denn die Geschicke des Hospiz-Förder-Vereins wird im Jahr 2024 jemand anderes federführend lenken.

Ich bin sehr stolz auf das, was wir als unschlagbares Team im erweiterten Vorstand auf die Beine gestellt haben. Allen ehrenamtlichen Mitarbeitenden, Mitgliedern des Vereins und allen Unterstützern danke ich herzlich für die vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Ich werde dem Hospiz-Förder-Verein als Mitglied und dem ambulanten Hospizdienst als ehrenamtliche Mitarbeiterin weiterhin treu bleiben.

Melanie Bangert

Fortbildung zur Sterbebegleitung und meine erste Begleitung

von Maren Lutz



Im September 2022 hatte ich das Glück einen Platz in einem Kurs zur Sterbebegleitung zu bekommen. Rüdiger, Kerstin und Nina haben einen interessanten, lebendigen Kurs gestaltet mit unterschiedlichen Themen und verschiedenen Herangehensweisen. Aus der zusammengewürfelten Gruppe wurde schnell eine tolle Gemeinschaft. Wir hatten sehr schnell Vertrauen zueinander, haben diskutiert und viele Themen besprochen und Nachdenkens Wertes mit nach Hause genommen. Vielen Dank an euch drei!

Am 18.3.2023 bekamen wir feierlich unser Zertifikat überreicht. Nun konnte unsere ehrenamtliche Arbeit losgehen. Zunächst trafen wir uns bei den monatlichen Treffen, immer mit interessanten Themen. Dann bekamen fast alle „Neulinge“ ihre erste Begleitung. Auch für mich war es Mitte Mai soweit. Aufgeregt und mit vielen Gedanken machte ich mich auf den Weg zu meinem „zu Begleitenden“ (Ich nenne ihn im Weiteren B). Ich wurde von der Ehefrau herzlich begrüßt und ins Haus gebeten. B lag in einem Pflegebett in der Wohnküche des Hauses mit Blick in einen wunderschönen Garten. Wir kamen schnell ins Gespräch, er erzählte mir von seiner Krankengeschichte und seinem bisherigen Leben. Schnell verging die Zeit.

Nach circa einer Stunde ermüdete B, ich verabschiedete mich und machte einen neuen Termin für die kommende Woche ab. In der drauffolgenden Woche erhielt ich einen Anruf der Ehefrau mit der Bitte, nicht mehr zu kommen. B möchte keinen Besuch mehr von mir. Zunächst machte

mich das traurig und ich fragte mich, was habe ich beim ersten Besuch nicht wahrgenommen? Nach längerem Nachdenken kam ich aber zu der Einsicht, dass so etwas passieren kann. Schade nur, dass es mir gleich bei meiner ersten Begleitung passiert, so dachte ich. Es vergingen 3 weitere Wochen. Ich bekam einen Anruf von der Schwester von B. Sie bat mich, doch wieder zu kommen, B würde sich das jetzt wünschen. Ich machte also einen neuen Termin und besuchte B wieder. Wir kamen gleich wieder ins Gespräch.

Er war seit meinem letzten Besuch sehr viel schwächer geworden, die Stimme war sehr leise. Wir unterhielten uns über Lebensträume, die wahr geworden waren, verpasste Chancen und Wünsche, die noch wahr werden könnten. B wünschte sich für den nächsten Besuch, dass ich Gitarrenmusik mitbringen sollte. Nach einer Stunde verließ ich B zufrieden und berührt. Ich machte einen neuen Termin für den Anfang der kommenden Woche. Am Morgen des nächsten Besuchstages erhielt ich einen Anruf von der Ehefrau, dass B am frühen Morgen verstorben sei.

Damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet. Ich war traurig.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich MEINE ERSTE Begleitung noch einmal aufnehmen und dadurch für mich auch ein Abschluss stattfinden konnte.

Ich freue mich nun auf eine neue Möglichkeit, zu begleiten.



„Erste Hilfe“, erste Hilfe leisten und „Erste Hilfe Kursus“ sind Begriffe, die wir alle aus dem täglichen Leben kennen. Doch weit aus weniger bekannt ist die „Letzte Hilfe“. Hierhinter verbirgt sich ein Kurs, der Hinweise zum Lebensende aufzeigt, wie

- Sterben ist ein Teil unseres Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Leiden lindern
- Abschied nehmen

(angeboten von einer gemeinnützigen, von Dr. Georg Bollig gegründeten Organisation).

Anfang Juni fand ein Symposium im Magdeburger AMO Kulturhaus statt, eine Tagesveranstaltung mit der Hauptthematik „Grenzen überwinden - die Zusammenarbeit zwischen Ost- und Westdeutschland in der Hospizarbeit und Palliativversorgung“.

Tabuisierung war allgegenwärtig, ein ähnlicher Stand zu Beginn der deutschen Hospizbewegung in beiden Ländern. Ein Teilbereich dieses Startes war die gemeinsame Arbeit von Pfarrer Hans Overkämping aus Recklinghausen und dem Wegbegleiter der Hospizbewegung in der DDR Pfarrer Heinrich Pera (geb. 1938 in Magdeburg - verstorben März 2004 in Halle).

Die Zusammenarbeit fand unter der schwierigen Grenzsituation telefonisch, schriftlich und 1x jährlich mit einem 1-wöchigen Besuch in Recklinghausen statt. Man tauschte sich aus und plante die weitere Entwicklung der Hospizarbeit in beiden Ländern. So ähnelte sich der Aufbau in Ost und West. Im Jahre 1996 wurde

in Halle das erste Ambulante Hospiz, Tageshospiz und Stationäres Hospiz unter einem Dach, welches heute „Heinrich Pera Hospiz“ heißt, gegründet. Ein Jahrzehnt früher wurde bereits die Gründung des Hospizes zum hl. Franziskus in Recklinghausen mit Pfarrer Overkämping gestartet.

In der DDR gab es die Feierabendheime. Häuser mit viel Selbstversorgung wie Garten, Viehhaltung, Wäscherei, Küche, und die Bewohner konnten sich je nach körperlicher und geistiger Möglichkeit mit ihrer Arbeitskraft einbringen. Nach dem Motto: „Wir hatten doch nüscht“!

Die monatlichen Kosten beliefen sich auf 100 - 120 DDR Mark. Bescheiden hat man in Mehrbettzimmern gewohnt und wer krank war, wurde in die Pflegestation verlegt.

Schloss sich der Lebenskreis eines Bewohners, so wurden Nachtwachen, persönliche Musik, Besuch eines Geistlichen und Wünsche des Sterbenden beachtet und danach gehandelt. Eine feste Sterbe- und Bestattungskultur gab es in der DDR nicht.

Die Hospizarbeit hat sich deutschlandweit flächendeckend ausgeweitet. Unser Kreis Steinburg ist mit dem Stationären Hospiz St. Klemens unter der Trägerschaft des ASB, und auch von uns, dem Hospiz-Förder-Verein - Ambulanter Hospizdienst, abgedeckt.

Das Thema „Letzte Hilfe“ haben wir mit in unsere Arbeit aufgenommen und wir führen kostenlose Kurse durch.



Das richtige Ehrenamt finden

von Dieter Andres



Mehr als ein Drittel der Deutschen engagiert sich im Ehrenamt – ob in der Betreuung und Unterstützung alter und kranker Menschen, ob beim THW oder der Feuerwehr, dem Tierschutz, Flüchtlingshilfe, Ehrenämter in Kirchen und Vereinen, der Obdachlosenhilfe oder oder oder. Allein in den mehr als 1.250 Hospiz- und Palliativdiensten und -einrichtungen engagieren sich unter dem Dach des DHPV 120.000 Menschen ehrenamtlich, bürgerschaftlich und hauptamtlich.

Einer Studie zufolge leisten die Deutschen mehr als 4 Milliarden Stunden pro Jahr ehrenamtliche Arbeit. Ohne diesen Dienst hätten Obdachlose weniger Zufluchtsorte, vielen Kindern würde niemals vorgelesen, alte Menschen wären einsamer, es gäbe kaum Vereinsleben und selbst bei den Wahlen wäre niemand da, der die Stimmzettel auszählt.

Diese Aufzählung ließe sich noch viel, viel weiter auflisten – ich möchte hier jedoch noch ein Ehrenamt besonders hervorheben: Das Ehrenamt bei der Tafel mit dem gemeinsamen Ziel: Gegen Armut und Lebensmittelverschwendung eintreten, um damit Menschen zu helfen. Statistisch lan-

den weltweit rund 17 Prozent aller Lebensmittel ungenutzt in der Tonne. Laut einem Report der Vereinten Nationen (UN) sind das schätzungsweise 931 Millionen Tonnen Lebensmittel pro Jahr.

In deutschen Privathaushalten landen rund 75 Kilo pro Kopf und Jahr im Müll. Wir haben uns daran gewöhnt, dass Lebensmittel im Überfluss verfügbar sind und das Bewusstsein dafür verloren, welche Leistung und welcher Ressourcen- bzw. Energieverbrauch eigentlich hinter den vollen Regalen steht. Unsere Gewohnheiten bezüglich Konsum und Ernährung spielen eine große Rolle, wenn es um Lebensmittelverschwendung geht. Wenn wir nicht bereit sind, unseren Einkauf besser zu planen, krummes, optisch unschönes Gemüse zu kaufen, können wir dem kein Ende setzen.

Zu diesem Thema passte der Losungstext vom 21. Oktober 2023:

Aussortiert. Zu dick, zu schmal, zu knubbelig oder gar schrumpelig. Also weg damit!

Was nicht der Norm entspricht, kommt weg. Dabei sind puckelige Äpfel, dreibeinige Möhren und Zitronen mit Sonnenbrand



auf der Schale genauso gute Vitaminbomben wie ihre normgerechten Obst- und Gemüsegenossen. Sie schmecken genauso gut, sind genauso gesund. Dennoch werden sie aussortiert aufgrund ihrer vermeintlichen äußeren Makel. - Wie gut, dass sich die Früchte des Heiligen Geistes nicht ebenso ausmustern lassen.

Für Liebe gibt es keine Modelmaße, Freundlichkeit lässt sich nicht aufpolieren.

Bunt und wild wachsen sie in unserer Mitte. Die Dehnstreifen, Narben und Dellen, die unsere Haut zieren, erzählen Geschichten von gelebtem Leben. Sie sind keine Makel. Wenn wir die ungnädigen Maßstäbe verwerfen, mit denen wir andere und anderes verurteilen, wenn wir umsichtig und genügsam im Umgang mit unseren Mitmenschen und mit unserer Welt umgehen, dann sind wir noch lange nicht am Ende.



Die Realität sieht jedoch so aus:

Anstehen für den Edel-Konsum und bei der Tafel für die täglichen Bedürfnisse





Seit knapp 2 Jahren, seit der Eröffnung, gehe ich regelmäßig als ehrenamtlicher Sterbegleiter ins Hospiz St. Klemens und freue mich über die angenehme Atmosphäre und die freundliche Betreuung durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Meine Besuche mache ich i. d. R. Dienstagvormittags. Zu Beginn bekomme ich eine aktuelle Liste der Damen und Herren, die die 12 Zimmer an diesem Tag als Gäste bewohnen, und einige Informationen über sie. Die meisten kenne ich, da sie schon einige Wochen oder gar Monate im Hospiz leben. Aber es kann durchaus sein, dass ein oder zwei in der Zeit zwischen meinen Besuchen versterben, so dass Plätze frei werden und es inzwischen zu Neuaufnahmen kommt.

Wenn ich von Zimmer zu Zimmer gehe, stelle ich mich den „Neuen“ vor und versuche, einen ersten Kontakt zu knüpfen. Bei den mir schon Bekannten knüpfe ich an meinen letzten Besuch an.

So hat sich im Laufe der Zeit ergeben, dass ich Einzelne über einen längeren Zeitraum regelmäßig besucht habe.

In sehr guter Erinnerung ist mir ein Herr, der mit zu den ersten Gästen gehörte und noch ein gutes halbes Jahr im Hospiz lebte, bevor dann seine Lebenskräfte zu Ende gingen.

Als ich ihn kennenlernte, war Herr H. noch sehr mobil und hielt sich viel im Gemeinschaftsraum auf. Dort konnten wir uns auch miteinander und mit ein oder zwei anderen Gästen unterhalten, einen Kaffee miteinander trinken und ein Stück vom, von Ehrenamtlichen selbstgebackenem, Kuchen essen.

Herr H. aß gerne Kuchen. Bei ihren Besuchen versorgte seine Frau ihn immer mit ausreichend Süßem. Er zeigte mir auch stolz, was sie ihm ab und an neu zum Anziehen brachte.

Insgesamt war er sehr zufrieden und fühlte sich äußerst wohl. Er war dankbar für die liebevolle Zuwendung durch das Pflegeteam und überhaupt alle Haupt- und Ehrenamtlichen.

Wir hatten immer ein Gesprächsthema und er haderte kaum damit, dass er sterben musste. Einmal habe ich ihn mit seinem Rollstuhl spazieren gefahren und wir gelangten in die benachbarten Schrebergärten. Als wir die Anlage und die einzelnen Parzellen betrachteten, erfuhr ich, dass er selbst ebenfalls einmal Kleingärtner gewesen war. Fachmännisch kommentierte er alles, was er sah.

Ein anderes Mal berichtete er mir von seinem Ausflug mit Hilfe des „Wünschewagens“ des ASB. Er hatte in Hamburg bei der Hochbahn gearbeitet und konnte noch einmal sehen, was sich dort inzwischen verändert hatte. Ein Besuch auf seinem ehemaligen Betriebshof und eine Mitfahrt in der Fahrerkabine waren die Höhepunkte seines Ausflugs. Begeistert zeigte er mir Fotos davon auf seinem Laptop.

Als seine Kräfte nachließen, trieb ihn eine große Sorge um. Ich fragte ihn, welche es denn sei. Er antwortete, er habe Angst davor, das Hospiz verlassen zu müssen, weil er schon so lange im Hospiz sei. Die Kosten im Pflegeheim könne er gar nicht bezahlen. Ich konnte ihn beruhigen. Und er durfte im Hospiz friedlich einschlafen.

Regelmäßig habe ich auch Frau B. besucht,

etwa ein Vierteljahr. Trotz ihrer schweren Krebserkrankung war sie immer fröhlich. Sie erzählte viele Details aus ihrem Leben und ihrer Familie sowie über die Menschen, mit denen sie befreundet war. Als sie spürte, dass ihr nicht mehr viel Zeit blieb, plante sie noch ein Frühstück mit den Menschen, die ihr am wichtigsten waren.

Als ich sie danach wieder besuchen wollte, erfuhr ich von der Stationsleitung, dass sie nun, in der Sterbephase, keine Besuche mehr haben wollte. Weder von mir noch von anderen Ehrenamtlichen und auch nicht von ihren Freunden. Das fand ich sehr schade. Gerne hätte ich sie weiter begleitet, zumindest mich gerne persönlich von ihr verabschiedet. Getröstet hat mich, dass im Hospiz niemand allein sterben muss. Herr F. war ebenfalls über mehrere Monate im Hospiz. Zwischendurch ging es ihm so schlecht, dass ich sonntags angerufen wurde, ob ich nicht sofort kommen könne. Wir konnten klären, was ihn so belastete. Es ging letztlich darum, ob seine von ihm vor einigen Jahren betreute zuhause verstorbene Frau womöglich verärgert über ihn gewesen sei darüber, wie er sich verhalten habe, als es so weit war, dass er 112 wählen musste. Ihm war klar, dass sie nun sterben wollte. Deshalb war er auch gegen Wiederbelebungsmaßnahmen. Doch im Nachhinein bekam er Bedenken. Und sein Gewissen quälte ihn.

Im Gespräch konnten wir herausarbeiten, dass er sich genau so verhalten hatte, wie seine Frau es auch von ihm erwartet hatte. Herr F. erholte sich wieder. Und er konnte die Übergabe seiner Wohnung an den

Sohn und die Schwiegertochter regeln. Erst danach ist er dann zufrieden gestorben. Frau G. habe ich immer nur bettlägerig angetroffen. Sie hatte große Schmerzen und mochte kaum etwas essen. Sie fühlte sich einsam, da ihre Tochter sie nur einmal wöchentlich besuchte. Obwohl die Tochter sie extra in ihre Nähe geholt hatte. Andererseits verteidigte sie die Tochter auch, weil diese ja immer so viel zu tun habe.

Insgesamt ging es ihr so schlecht, dass sie mit dem Sterben rechnete.

Da sie katholisch war, vermittelte ich ihr den Besuch eines kath. Kollegen. Doch sie bat auch mich jedes Mal, mit ihr zu beten. Das Gebet hat uns beiden gutgetan. Dankbar war sie jedes Mal dafür, dass ich sie zum Abschied segnete.

Und eines Tages eröffnete sie mir, dass sie nun ins Pflegeheim verlegt würde, das etwas näher am Wohnort der Tochter läge. Ich habe ihr gewünscht, dass sie sich dort gut einleben möge. Aber befürchtet habe ich, dass die Betreuung dort für sie womöglich schlechter sein werde als in unserem Hospiz. Also habe ich auch weiterhin für sie gebetet.

Insgesamt habe ich den Eindruck, dass die meisten Gäste sich im ASB-Hospiz St. Klemens sehr wohl fühlen. Sie sind dankbar für die kompetente und empathische Betreuung. Sie erleben, dass ihre Wünsche und Bedürfnisse an erster Stelle stehen. Alles, was möglich ist, wird gemacht. Der gute Ruf der Einrichtung hat sich herumgesprochen. Mir wurde sogar die Frage gestellt, ob man sich dafür anmelden könne, wie für eine Seniorenwohnanlage, was ja leider nicht möglich ist.

Hospiz- und Palliativtag Schleswig-Holstein in Bad Oldesloe am 23.9.2023

von Maren Lutz



Am Samstagmorgen gegen 8.30 Uhr machten sich die ehrenamtlich Tätigen Dina, Maren Li. und Maren Lu. auf den Weg nach Bad Oldesloe, um am 16. Hospiz- und Palliativtag mit dem Thema „Miteinander füreinander Verantwortung tragen!“ teilzunehmen. Der Hospizverein übernahm die Fortbildungs- und Fahrtkosten für uns. Wir sagen Danke.

Der gesamte Tag war von großer Wertschätzung, perfekter Organisation und vielen verschiedenen, interessanten Themen geprägt. Ehrenamtler, PalliativärztInnen, PflegerInnen, SeelsorgerInnen, Hospizleitungen sowie TrauerrednerInnen (ca. 250 Personen) kamen hier in Bad Oldesloe zusammen.

Der Märchenerzähler und Harfner Jörn Uwe Wulf begrüßte uns musikalisch. Es schlossen sich vier unterschiedliche Vorträge an. Zum einen ging es um Chancen, Perspektiven und Entwicklungslinien in der Hospiz- und Palliativversorgung, um die Bedeutung ehrenamtlichen Engagements in unserer Gesellschaft, zum anderen um die Bedeutung der Selbstfürsorge, der eigenen Achtsamkeit im hospizlichen-palliativen Umfeld sowie Sterben, Tod, Bestattungskultur im sozialen Wandel.

Während des anschließenden Mittagessens kam es zu einem regen Austausch untereinander über die inhaltlichen Vorträge. Ab 14.00 Uhr starteten 12 Workshops. TeilnehmerInnen hatten die Möglichkeit an 2 Workshops am Nachmittag teilzunehmen, in denen es insbesondere um Begegnungen im hospizlichen und palliativen Alltag ging.

Die vielfältigen Herausforderungen hospiz-

licher Arbeit wurden aus unterschiedlichen Blickrichtungen beleuchtet.

„Ruhe finden, wenn die Emotionen überhand nehmen“ war zum Beispiel ein Workshop. Von einer Atem-Sprech- und Stimmlehrerin erfuhren wir in Theorie und praktischen Übungen wie Atmung, Stimme und Sprachvorgang reagieren und wie wir durch bewusstes Atmen uns selbst zentrieren können und uns davor schützen, von eigenen und fremden Emotionen überwältigt zu werden. „Die ambivalente Begegnung mit Sterbewünschen im Kontext palliativer Begleitung“ war ein weiterer Workshop, der von uns besucht wurde. Sterbewünsche von Menschen im palliativen Wirkungsfeld können vielfältig sein und für die, die Sterbende begleiten, hochgradig ambivalent. Sich dessen bewusst zu werden und dies immer wieder zu reflektieren war ein Eckpunkt dieses Workshops.

Der Tag endete mit einem Abendvortrag „Was bleibt, wenn wir sterben, Begegnungen mit dem Leben“.

Reich gefüllt mit Anregungen fuhren wir drei beschwingt nach Hause.

*Dina Dittebrandt, Maren Liedtke,
Maren Lutz*



Im Zusammenhang mit den Steinburger Palliativtagen bestand am 9. September 2023 die Möglichkeit auch das St.-Kle-mens-Hospiz und die Räumlichkeiten unse-res Vereins zu besichtigen. Leider war das öffentliche Interesse nicht so groß. Schade eigentlich, denn neben den Vorträgen von Melanie Bangert, Maïke Mieling, Kirstin Baade und Dr. Anke Hallbauer war auch der ASB-Wünschewagen vor Ort, wozu Birgit Priedemann gerne Rede und Antwort stand.

Für weitere Information und Beratung war reichlich Gelegenheit an den Ständen vom Palliativ-Care-Team (PCT) Steinburg, Pinne-berg, Dithmarschen, der DRK-Schwestern-schaft e.V., der Palliativstation des Klinikums Itzehoe, Tiergestützte Therapie - Nicole Weiss und der Alzheimer Gesellschaft Kreis Steinburg e.V. Selbsthilfe Demenz. Für das leibliche Wohl gab es leckeren Kuchen und Kaffee.



Melanie Bangert



Maïke Mieling



Kirstin Baade



Dr. Anke

Steinburger Palliativtage



Wünschewagen



PCT- Sybille Kober



Alzheimer Selbsthilfe:
Stephanie Determann & Gabriele Medewitz



Dr. Anke Hallbauer



Dr. Anke Hallbauer & D. Andersen



Kaffee & Kuchen: Marina Kühn & Anja Witte

Vortrag am 09.09.2023 über das Ehrenamt einer Sterbebegleiterin

Gerne bin ich an dem Samstag der Bitte gefolgt, einen kleinen Vortrag über mein Ehrenamt zu halten. Ich habe die letzten Jahrzehnte hunderte steuerrechtliche Vorträge absolviert. Dieser, im Gegensatz zum Steuerrecht, sehr persönliche Vortrag über mein Ehrenamt sollte auch für mich Neuland sein. Im Anschluss an meine kleine Rede wurde ich gebeten, diese komprimiert schriftlich zu verfassen. Für alle Interessierte, die an dem Samstag nicht live dabei sein konnten:

Ich erinnerte mich zusammen mit den Zuhörern an meine allererste Begleitung nach Abschluss der Ausbildung - eine krebserkrankte, alleinerziehende Mutter mit noch minderjähriger Tochter. Sie wollte den Krebs und den nahestehenden Tod nicht akzeptieren. Leider wollte sie eingangs auch die Begleitung durch mich nicht. Das war ein wohl eher holpriger Start in mein Ehrenamt. Aber ich bekam am Tag des Kennenlernens eine zweite Chance und wir erlebten noch einige sehr verbindende Stunden bis das Leben der Mutter zu Ende ging. In Dankbarkeit widme ich dieser Frau meine hier gewählten Worte.

Vielleicht stelle ich mich erst einmal kurz vor: Mein Name ist Maike Mieling, in diesem Moment 48 Jahre alt, verheiratet, Mutter und in einem Drei-Generationen-Haus in Edendorf lebend. Ich liebe die Tiere und die Natur - meine Hobbies sind u.a. mein Hund und mein Garten. Beruflich bin ich

als selbständige Steuerberaterin tätig und engagiere mich als ehrenamtliche Sterbebegleiterin.

Wenn ich Menschen in meinem direkten Umfeld von diesem Ehrenamt erzähle, ist die erste Reaktion meist: Wie kannst du das aushalten? Ich könnte das nicht machen. Aber so sehe ich mein Ehrenamt überhaupt nicht. Meine Gegenreaktion darauf lautet meist: Neben meinem Mutter-Dasein ist dieses Ehrenamt das Schönste, das Sinnvollste, was ich in meinem Leben tun kann. Ich weiß, allein über das Wort „schön“ kann man in diesem Kontext länger nachdenken. Aber vielleicht gelingt es mir, dies in den folgenden Absätzen näher zu bringen.

Ich habe in diesem Ehrenamt meinen Sinn des Lebens gefunden - mich, wenn gewünscht, abgrundtief mit meinem Gegenüber zu verbinden. Zeit zu schenken, tiefe Gespräche über z.B. Endlichkeit, Glaube, Ängste und Sorgen zu führen und evtl. auch Schmerzen zusammen auszuhalten. Manchmal auch Ruhe zu schaffen durch reine Anwesenheit - ganz in Stille. Übrigens für mich als Mensch „mit dem Herz auf der Zunge“ zu Beginn noch eine der größten Herausforderungen.

Ebenfalls eine häufige Frage an mich: Macht dieses Ehrenamt nicht schwermütig? Meine ehrliche Antwort: Ja, manchmal ist es schwer, aber dafür bin ich da - alles was kommt mit dem Sterbenden und den Angehörigen auszuhalten.

Aber lieber Leser, glauben Sie mir, oft ist es auch anregend, auch mal lustig, spirituell - einfach unheimlich vielfältig.



Kranke oder Sterbende mit begrenzter Lebenszeit erzählen aus ihrem Leben, vielleicht auch über ungelöste Konflikte. Ganz oft berichten sie, was wirklich wichtig ist im Leben. Spätestens das kann verdammt lehrreich sein.

Ich denke an vergangene Begleitungen zurück

- An die demente Dame in meinem Praktikum im Altersheim. Sie war sehr gläubig und am Abend vor Ihrem Tod sprachen wir zusammen das Vater Unser. Obwohl sie eigentlich schon sehr eingetrübt war, betete sie jedes Wort klar und deutlich. Ein paar Tränen liefen über Ihre Wangen. Sie wirkte so erlöst, so friedlich und nachts starb sie. Welch tief religiöse Erfahrung.
- Oder an einen Mann Mitte 50, der im finalen Sterbeprozess sehr unruhig war – abends an seinem Bett hielt ich stundenlang seine Hand, sang ein paar beruhigende Lieder aus meiner Yoga Zeit. Er konnte so besser einschlafen und in die Nacht gleiten. Einfach selbstlos da sein und Ruhe vermitteln. Dem Herrn tat es offensichtlich unwahrscheinlich gut.
- Unvergesslich eine Mutter Mitte 40 mit zwei Kindern um die 10 Jahre. Sie wollte keine Schmerzmittel, um bis zum Schluss ungehindert mit den Kindern sprechen zu können. Wir haben zusammen ihre starken Schmerzen ausgehalten. Was für mich als Nicht-Verwandte besser zu ertragen war, als für die engsten Familienangehörigen. Das war verdammt nochmal hart, aber

es war ihr Wunsch. Und was gibt es Schöneres, als einer Sterbenden einen Wunsch erfüllen zu können.

- Oder zu guter Letzt ein älterer Herr, noch gut ansprechbar. Er wünschte sich hier und da eine Auszeit von Krankheit, Leid und Tod. Also das ein oder andere unbelastete Gespräch. Es stellte sich raus, dass er Pferdezüchter war und wir aus meiner Reitsportzeit diverse gemeinsame Bekannte hatten – in alten Zeiten schwelgen, über verbiesterte Dressurrichter lästern! Herrlich! Wir haben manchmal laut-hals losgelacht. Glauben Sie mir – das war wirklich lustig!

In unserem Verein sind viele unterschiedliche Ehrenamtler tätig. Jeder von uns hat ganz gewiss seine persönlichen Erfahrungen gemacht und Eindrücke gesammelt. Hier an dieser Stelle kann ich nur von meiner Sicht auf das Ehrenamt des Sterbegleiters erzählen. Auch mag meine Sicht aus medizinischem Blickwinkel totaler Humbug sein – egal:

Für mich ist der Tod wie „Geburt rückwärts“! Auch diese These muss vielleicht einige Zeit sacken. Für mich kommt Beides mal schnell oder mal langsam, mit viel Schmerz oder nahezu schmerzfrei. Auch kommen Geburt und Tod, wenn man die Natur lässt, ungeplant – aber eins steht fest: Der Tod kommt!

Warum sperren wir den Tod aus unserer Gesellschaft immer noch so sehr aus? Obwohl er doch jeden von uns trifft? Sollte nicht jeder Sterbende geehrt werden?

Zumindest auf Wunsch nicht allein sein?
Mir ist bewusst, dass manche Menschen die Einsamkeit lieben, im Leben und auch am Lebensende. Dann soll dieser Wunsch in Erfüllung gehen. Überzeugt bin ich aber davon, dass die meisten Menschen nicht gern einsam sind. Unsere Gesellschaft genau daran immer mehr krankt. Unsere Mitmenschen sollen nicht allein sterben müssen!

Wir ehrenamtlichen Sterbebegleiter sind da, wo die Zeit begrenzt scheint. Durch mein Ehrenamt habe ich den Tod immer im Gepäck, trotzdem macht diese Tätigkeit nicht traurig, sondern lässt die Tage, die bleiben - auch mir bleiben - intensiver erleben. Ich bin immer wieder aufs Neue dankbar für den heutigen Tag, den Moment im Hier und Jetzt. Dieses Ehrenamt tut ggf. einfach nur gut - den Sterbenden, den Angehörigen und ganz nebenbei auch mir.

Dank richte ich an meine Familie und Mandanten, dass sie während meiner Begleitungen geduldig warten, bis ich wieder erreichbar bin. Danke auch an die vielen Menschen in meinem Umfeld für ihre Spenden - ach ja: Spenden sparen Steuern - hier in meiner Funktion als Steuerberaterin an Sie der kleine Steuertipp. Danke an den Vorstand unseres Vereins, an das gesamte stets wachsende Hospiz-Netzwerk (Palliativstation, Hospiz, ambulante SAPV Versorgung u.v.m.), dass ich ein Teil davon sein darf. Danke an alle Ehrenamtler, dass es Euch gibt.

Enden möchte ich mit einem Buchzitat - aus einem Hundebuch. Das las ich in den letzten Wochen, da mein Bulldog Rüde

Alfred, der auf Wunsch bei den Begleitungen dabei ist, jetzt schon sehr alt ist. Ja auch unsere gemeinsame Zeit nur noch sehr begrenzt scheint:

Die Autorin Elli Radinger schreibt u.a. in dem Buch „Die Weisheit alter Hunde“

... Wir erkennen, dass uns Alter und Sterben sehr viel lehren können und dass sich auf den Tod vorbereiten auch bedeutet, sich auf das Leben vorzubereiten. ...

In diesem Sinne, machen Sie es gut - Ihre Maika Mieling



**Liebe Freunde und Förderer unseres Hospizdienstes,
dankbar blicken wir auf das vergangene Jahr und das Mittragen unserer Arbeit
aus Anlass von Familienfesten (Geburtstagen, Jubiläen),
dem Freundeskreis, durch Kondolenzspenden, Gaben von vielen Privatpersonen,
Institutionen und durch besondere Aktionen.**

Stellvertretend für **ALLE** Unterstützer ein DANK an die Zahnärzte Berliner Platz, Dr. A. Exner-Holzheidt, B.R. Lindström (1.500 €), Verein Ladies Circle (4.000 €), Tanzveranstaltung im Kulturhof SIDE BY SIDE ACT & OT, Lions Stiftung Itzehoe e.V. (2.300 €), Skatabend in der Tanzschule Giesen, Spende der Abfallwirtschaft Steinburg (1.500 €) Benefizveranstaltung im Restaurant „Zum Griechen“ Klosterbrunnen, organisiert von Frau Weißert und Frau von Gottberg. Die Spendensumme (12.540 €) ist hälftig an uns und das Kinderhospiz Sternenbrücke Hamburg aufgeteilt worden.



Bild 1: Bettina Winkler-Marxen, Philip Schröder und Melanie Bangert (Foto: Kristina Mehlert)
Bild 2: T. Maas, K. Baade und M.-L. Makrutzki
Bild 3: Wolfgang Höppner, Thomas Schönhoff, Melanie Bangert und Laura Czerwonka (Foto: Ludger Hinz)
Bild 4: (Foto: Bjørne Rost)



Bitte einsenden an: Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe,
Albert-Schweitzer-Ring 16, 25524 Itzehoe



Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Freundeskreis des Hospiz-Förder-Vereins e.V. Itzehoe

Mein jährlicher Beitrag: _____ (Jahresmindestbeitrag 30,00 €.)

Name Vorname

Straße PLZ / Wohnort

Geburtsdatum Telefon

Name des Zahlungsempfängers: **Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe**
Anschrift Zahlungsempfänger, Straße und Hausnummer: **Albert-Schweitzer-Ring 16**
Postleitzahl und Ort: **25524 Itzehoe**
Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE75ZZZ00000476732**

Mandatsreferenz (vom Zahlungsempfänger auszufüllen): _____

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige den Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Kontoinhaber: _____

SEPA-Lastschriftmandat

Gleichzeitig ermächtige ich den „Hospiz-Förder-Verein e.V.“ Itzehoe jährliche Beiträge von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, diese Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut des Zahlers: _____

BIC: _____

IBAN: _____

(Ort, Datum)

(Unterschrift)

Käse, Singen und Hospiz - wie passt das zusammen?

von Rüdiger Blaschke



Seit einigen Jahren veranstaltet der Meierhof Möllgaard Hohenlockstedt zugunsten unserer Hospizarbeit ein „Singen mit Käse“. Aufgrund des sommerlich warmen Wetters fand es in diesem Jahr spontan an der Lohmühle statt. Dort ist der Meierhof während der Badesaison ohnehin für die Bewirtung der Badegäste zuständig.

Gesungen werden Lieder, die die Gäste sich aus einem bunten Strauß von Volks- und populären Songs auswählen dürfen, gewissermaßen ein Wunschkonzert von „Schön ist die Welt“ über „Dat du mien Leevsten büst“ bis „Let it be“.

Diesmal nicht als hospizlicher sondern als „musikalischer Begleiter“ leite ich den Spontanchor im Gesang und begleite ihn mit meiner Gitarre. Das gemeinsame Singen steckt an und die Teilnehmerinnen (überwiegend Frauen) werden mutiger und stimmen immer kräftiger mit ein.

In diesem Jahr an der Lohmühle kamen auch hin und wieder Badegäste hinzu und

sangen das eine oder andere Lied mit. Auch waren wieder Menschen dabei, die lange nicht mehr gesungen haben. Für sie war das musikalische Miteinander etwas ganz Besonderes.

Der eigene Gesang mache irgendwie frei und glücklich, so eine Teilnehmerin. Nach einer knappen Stunde des gemeinsamen Singens gibt es Käseprobe. Fünf verschiedene Sorten werden fachkundig vorgestellt und verkostet. Dazu werden Brot, Weintrauben und Getränke gereicht. Frisch gestärkt geht es dann in die zweite Runde.

So ist das Singen mit Käse eine Veranstaltung für alle Sinne. Und nicht nur das. Als Erlös kamen in diesem Jahr 100 Euro für unseren ambulanten Hospizdienst zusammen. Darüber hinaus bietet mir diese Veranstaltung eine gute Gelegenheit, über unsere Arbeit zu informieren und sie so unter die Leute zu bringen. – Käse, Singen, Hospiz? Das passt doch!



Der Begriff Seele wurde schon früher mit einer Vorstellung von etwas nicht Greifbarem, Flüchtigem und Unsichtbarem verbunden. Schon in Zeiten von Aristoteles wurde über die Unsterblichkeit von Seelenanteilen oder der gesamten Seele diskutiert. Von ihm kommt der für mich auch noch heute gültige Spruch: „Das Gedächtnis ist der Schreiber der Seele“. Viele aufbauende Sprüche gibt es für die Seele auch in Bildern. Schon Wolfgang von Goethe sagte: „Seele des Menschen, wie gleichst Du dem Wasser, Schicksal des Menschen, wie gleichst Du dem Wind“. Und Sigmund Freud meinte: „Manchmal ist ein Rückzug nötig, um Herz und Seele zu schützen“. Das Wissen um diese Aspekte könnte uns auch bei der Hospizarbeit dienlich sein.

Einige „begnadete“ Menschen wissen schon aus Kindeszeiten, was sie begeistert und machen dies zum Beruf. Andere sterben, haben ihr Leben lang gesucht, was der Sinn ihres Lebens hätte sein können, haben diesen jedoch trotz Bemühungen nicht gefunden. Während einiger Gespräche mit Menschen, die nicht mehr viel Zeit für das Leben hier auf der Erde haben, gab es immer wieder Situationen, wo wir explizit auf das Thema unserer Seele zu sprechen kamen. Da kamen so Bemerkungen wie: „Es war eben nur ein Beruf, aber nicht meine Berufung“. Allein diese Tatsache verrät schon, dass das Leben in Bezug auf die Arbeit kein Ausdruck der individuellen Seele gewesen sein konnte. Wie so oft im Leben, ist wohl der Weg das Ziel. Was man in diesem Leben nicht geschafft hat, bleibt

eben die Herausforderung für das „nächste Leben“, sofern man daran glaubt. Es gibt zu diesem Thema unendlich viele Theorien. Einige Medien glauben an körperlose Wesen, die sogenannten Geistführer, die alles über uns wissen und uns während unseres Lebens nicht im Stich lassen. Für andere Menschen ist Gott die letzte Instanz und ewiger Zufluchtsort. Gebete geben ihnen in schweren Zeiten und am Ende ihres Lebens Halt und Hoffnung. Ich denke, egal an was man glaubt, wichtig ist in Not- und Krisensituationen etwas zu haben, um Unterstützung aus der geistigen Welt zu erhalten.

Robert Schwartz geht in seinem Buch „Mutige Seelen“ davon aus, dass wir schwierige Lebenssituationen vorausplanen. Der Lebensplan sei so gestaltet, dass wir zunächst erfahren würden, wer wir NICHT seien, bevor wir uns dann eines Tages wieder an unser wahres Wesen erinnern würden. Das Durchleben von schwierigen Lebenssituationen diene zur Erweiterung unseres Selbstbildes von unserer Persönlichkeit in einem physischen Körper bis hin zur unsterblichen Seele. Wenn man in den Momenten, in denen man Angst oder Unwohlsein empfindet davon ausgehen kann, dass diese Krise zu unserem „Lebensplan“ dazugehört, würde man mit dieser Situation ganz anders umgehen können und sie entsprechend für das innere Wachstum nutzen. Nun....

Woher kommt unsere Seele bzw. wie wird sie geboren?

Ich hatte darauf keine Antwort, aber „die

Und da wäre noch „Die Sache mit der Seele...“

von Maria Kuhlage



Sache mit der Seele“ hat auch mich immer sehr interessiert. Zum Thema wurde dies zufällig wieder in einem Gespräch mit einer Dame, die ich mehrere Monate begleiten durfte. Das, was wir über dieses Thema dachten, war nicht grundsätzlich anders, aber teilweise eben doch verschieden. Insbesondere bei der Hospizarbeit benötigt man Einfühlungsvermögen, um auch in ausweglos erscheinenden Situationen noch einen spirituellen Sinn zu sehen. Mit dem Verstand können wir unsere Emotionen manchmal nicht begreifen, da er uns häufig daran hindert. Dennoch ist es eine „Reise“ vom Kopf zum Herzen.

Ich sagte meiner Dame also, dass ich versuchen werde, zu diesem Thema die passende Literatur zu finden. Einiges hatte ich aus „alten Zeiten“ noch Zuhause. Letztendlich stellte ich fest, dass es mittlerweile viele Autoren gibt, die sich zu dem Thema Gedanken gemacht haben wie z. B. Angelika Gulder in ihrem Buch „Der Seelen-Navigator“. Ich fand die Beschreibung des gedanklichen Gesamtbildes aus ihrem Buch wunderschön und möchte hiermit ein paar Impulse weitergeben.

Kommen wir also zur Geburt der Seele:

Was bei der Geburt einer Seele passiert, ist für Frau Gulder wie ein Ozean aus strahlendem Zeit- und raumlosem Bewusstsein, das aus unzähligen leuchtenden Tropfen bestünde, die alle miteinander verbunden seien und voneinander wüssten.

Jetzt solle man sich in dem Ozean eine gläserne Schale vorstellen, die vom Ozean vollgeschöpft würde. Der Inhalt sei nun



die Gesamtseele als Teil des Ganzen, des Ozeans, die dann beginnen würde ihr eigenes Bewusstsein und Gefühle zu entwickeln, aber weiterhin mit ALLEN Seelen des Ozeans verbunden sei. Im nächsten Schritt sollten wir uns innerhalb dieser gläsernen Schale ein Glas vorstellen, was von der Gesamtseele vollgeschöpft und dann mit einem Deckel verschlossen würde. Dieses Glas wäre dann die individuelle Seele in unserem jetzigen Leben. Die Seele sähe sich zwar durch die Scheibe noch verbunden, aber sie fühle sich davon abgeschnitten und allein. Durch die Geburt der Gesamtseele und die Entsendung einzelner Seelenanteile in dieses Leben, lerne unsere Seele negative und positive Gefühle sowie Freud und Leid des irdischen Lebens kennen, die dann als Erfahrungswerte und Wissen wieder in der Gesamtseele abgespeichert würden.

Wenn ich mir das bildlich vorstelle, überkommt mich eigentlich ein gutes Gefühl. Wenn der Körper dann eines Tages sterben würde, öffne sich der Schraubverschluss des Glases wieder. Die Tropfen aus dem Glas würden inklusive ihrer neu gewonnenen Erfahrungen auf Erden erneut Teil der Gesamtseele, indem sie zu ihr zurückkehren würden. Je häufiger dieser Prozess durchlaufen würde, desto reifer und entwickelter würde die Seele und täte Dinge zum Wohl

des Ganzen bis hin zum Altruismus und zur bedingungslosen Liebe einer „alten“ Seele. Unsere Seelenanteile seien somit ein Fundus an Gaben, die neu seien oder aus früheren Leben stammen könnten. Hieraus könne man sich auch ausgeprägte Begabungen z. B. aus dem künstlerischen Bereich erklären. Man solle der eigenen Wahrnehmung vertrauen und das tun, bei dem man eine klare und ruhige Resonanz im Innern spüre.

Ich danke Frau Gulder für die Erläuterung dieses Prozesses, werde mich jedoch weiterhin um Erleuchtung bemühen müssen. Eine gute Intuition und der erste Impuls eines Bauchgefühls, bei dem es nur ein JA oder NEIN gibt, können bei der Schulung unserer inneren Stimme sehr weiterhelfen, denke ich. Manchmal gibt es dieses untrügliche Bauchgefühl. Dann spricht die Seele zu uns. Leider hält uns nur in solchen Augenblicken mitunter der Verstand davon ab, dieser inneren Stimme genügend Raum zu geben und zu vertrauen.



Nicht umsonst, so erscheint es mir, ist mein Lieblings-Krafttier die Eule. **Sie steht für innere Weisheit, stärkt die Intuition** und ist in anderen Kulturen als Grenzgängerin zwischen den Welten mit Scharfblick bekannt.

Peter Maffay singt in seinem Lied „Das Leben ist ein Würfelspiel“ an einer Stelle: „Würfeln ist gerecht, hat Brauch, denn das Schicksal würfelt mit Dir auch.

Fifty-Fifty, unentschieden, ist die Chance dabei zu siegen - Denk nicht, ...würfel **DIREKT aus dem BAUCH!**“

Seien wir also zuversichtlich. Es wird sicherlich für alle, die es anstreben, da „Oben“ irgendwann ein „kuscheliges Wohlfühl-Plätzchen“ geben. Ist uns dies beim ersten Anlauf nicht gelungen oder vergönnt, dann gehen wir nochmals auf die Reise, schwimmen im Ozean und lassen uns von dort nochmals schöpfen.

Ich denke, ich müsste erst mal „AUSDAUER-Schwimmen“ für die bevorstehende Reise trainieren.

Für heute wünsche ich Ihnen ALLEN gute Nahrung für die Seele, insbesondere eine besinnliche Weihnachtszeit mit leckerem Gebäck sowie ein gesundes und friedliches NEUES JAHR!

Und nicht vergessen, ... geben Sie ihrer inneren Stimme in 2024 noch mehr Gehör und Bedeutung als im vergangenen Jahr. Einerseits für ihr persönliches Wohlergehen - und - vielleicht auch einfach nur „to make the world a better place“.

Es passt zwar nicht zur Weihnachtszeit, aber... wir leben hier ja schließlich im „Hohen Norden“.

In diesem Sinne, wie sagt ein Spruch so schön?

„Die SEELE braucht Seeluft - der Körper braucht Fischbrötchen“. Dann hätte ich gerne EINES - mit Brathering!!!





Das Interview

...mit Rüdiger Blaschke

Rüdiger Blaschke hat es zum Wikipedia-Eintrag gebracht. Dort heißt es: Rüdiger Blaschke ist ein ehemaliger deutscher Kommunalpolitiker. Er war Bürgermeister von Hohenlockstedt und von 2002 bis 2010 Bürgermeister der Kreisstadt Itzehoe.



Nach dem Ende seiner Zeit als Bürgermeister ist er u.a. für den Hospiz-FörderVerein e.V. Itzehoe tätig. HiB führte dazu ein Interview mit ihm.

HiB: Moin Rüdiger, seit wann bist du für den Hospiz-Förder-Verein aktiv?

Rüdiger: Von Januar bis Mai 2011 machte ich beim Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe die Ausbildung zum ambulanten Sterbebegleiter. Kurz darauf begann ich Sterbende zu begleiten und deren Zugehörige zu unterstützen. Auch trat ich dem Verein als Mitglied bei. Im Frühjahr 2012 wurde ich zum 1. Vorsitzenden gewählt.

HiB: Worin besteht deine Arbeit für den Hospizverein?

Rüdiger: Unsere Arbeit hat nach unserer Vereinssatzung eine dreifache Ausrichtung:

- Sterbende zu begleiten und deren Zugehörige zu unterstützen. Tätig sind wir in diesem Rahmen im häuslichen Bereich, in Alten- und Pflegeheimen, auf der

Palliativstation des Klinikums Itzehoe sowie bei besonderen Anforderungen auch im stationären Hospiz.

- Hinterbliebene in ihrer Trauer zu beraten und zu begleiten. Für diese Arbeit bieten wir neben Einzelberatungen, Trauergruppen für Kinder, für Erwachsene, für sogenannte verwaiste Eltern und demnächst wieder ein Trauercafé an.
- Als Hospiz-Förder-Verein ist es auch unsere Aufgabe, das stationäre St. Klemens-Hospiz in Itzehoe in seiner Arbeit nach unseren finanziellen Möglichkeiten zu unterstützen. Darüber hinaus bilden wir eigenständig hospizliche Sterbebeleiterinnen und -begleiter aus und führen sogenannte „Letzte-Hilfe-Kurse“ durch, die auf die Grenzsituation des Sterbens vorbereiten.

HiB: Welche Menschen kommen auf den Verein zu und bitten um Unterstützung?

Rüdiger: Die Anfragen auf Unterstützung kommen überwiegend vom regionalen Palliativ-Care-Team, zu dem wir mit unserer Arbeit ebenfalls gehören. Die in diesem Netzwerk mit Schwerstkranken und Sterbenden Arbeitenden, haben einen sehr guten Blick darauf, ob und inwieweit wir mit unserem ambulanten Hospizdienst durch unsere Arbeit Sterbenden und deren Zugehörigen in der besonderen Grenzsituation des Sterbens hilfreich sein können. Auch sprechen uns Alten- und Pflegeheime an, wenn Bewohner/innen ihrer Einrichtungen nur wenig oder keinen Besuch von Verwandten oder Freunden erhalten. Darüber hinaus sind es auch Privatpersonen, die direkt für ihre persönliche Situation um

Unterstützung bitten.

HiB: Kannst du die Arbeit des Vereins beschreiben?

Rüdiger: Im Rahmen der hospizlichen Sterbebegleitung nimmt unsere Koordinatorin die Anfragen entgegen und führt ein Erstgespräch. Hier werden auch biografische Hintergründe erörtert, um eine möglichst passende Begleitung aus unserem ehrenamtlichen Team zu gewährleisten. Dann wird mit einem/einer Mitarbeiter/ in besprochen, ob die Begleitung geleistet werden kann. Die begleitende Person ist dann für diese Begleitung verantwortlich und spricht sich mit den Betroffenen über die Besuchs- und Unterstützungszeiten ab. In regelmäßigen Supervisionen besteht für unsere Ehrenamtlichen die Möglichkeit, ihre Begleitungen zu reflektieren und mögliche Probleme anzusprechen und zu klären. Darüber hinaus steht ihnen unsere Koordinatorin ständig mit Rat und Tat zu Verfügung.

HiB: Was genau ist ein Hospiz?

Rüdiger: Lt. Wikipedia versteht man unter einem Hospiz (lateinisch hospitium, Herberge - Gastfreundschaft“) eine Einrichtung der Sterbebegleitung. Im deutschen Sprachraum der Gegenwart wird mit Hospiz eine stationäre Pflegeeinrichtung bezeichnet, die meist über nur wenige Betten verfügt und ähnlich wie ein kleines Pflegeheim organisiert ist. Aber anders als ein Pflegeheim, ein Krankenhaus oder eine Palliativstation hat das Hospiz die Aufgabe, seine Gäste bis zu deren Lebensende zu betreuen. Das Itzehoer St.-Klemens-Hospiz des ASB verfügt über 12 Betten. Aufgrund des besseren Personalschlüssels gegenüber anderen Pflegeeinrichtungen haben die dort tätigen Pflegekräfte deutlich mehr Zeit für die Versorgung und Betreuung ihrer Gäste als Pflegeheime oder Krankenhäuser.

HiB: Haben die Mitarbeiter/innen des Hospiz' eine spezielle Ausbildung?

Rüdiger: Die ehrenamtlich Tätigen im ambulanten Hospizdienst müssen für ihren Dienst speziell geschult sein, sowohl für die Arbeit mit Sterbenden und deren Zugehörigen, wie für die Trauerarbeit. Die hauptamtlichen Koordinatorinnen des ambulanten Hospizdienstes benötigen ebenso, wie die im stationären Hospiz Tätigen, eine spezielle Palliativausbildung.

HiB: Ist das Hospiz konfessionell gebunden oder kann jeder Mensch um Aufnahme bitten?

Rüdiger: Weder unser ambulanter Hospizdienst noch das stationäre St.-KlemensHospiz sind konfessionell gebunden. Beide Einrichtungen stehen für alle Menschen zur Verfügung.

HiB: Wird ein Hospiz nur über Spenden finanziert?

Rüdiger: Unser ambulanter Hospizdienst ist zu einem guten Teil auf Spenden angewiesen. Für die Arbeit unserer hauptamtlichen Koordinatorin bekommen wir darüber hinaus Personalkosten- und Sachkostenerstattungen von den Krankenkassen. Die stationären Hospize erhalten für ihre Gäste Pflegesätze von den Krankenkassen, die für ihren Betrieb aber nicht auskömmlich sind. So müssen mindestens 5 Prozent der laufenden Kosten über Spenden finanziert werden. Mit hospizlicher Arbeit sollen schließlich keine Gewinne erzielt werden. Die Gäste von Hospizen, wie auch die Menschen, die im Rahmen des ambulanten Hospizdienstes begleitet und betreut werden, müssen für den hospizlichen Dienst nichts bezahlen.

HiB: Wie hoch schätzt du den Bedarf an weiteren Hospizen ein?

Rüdiger: In den vergangenen Jahren sind in Schleswig-Holstein eine ganze Reihe neuer Hospize entstanden. Als ich vor gut

10 Jahren mit der der Hospizarbeit begann, gab es für unseren Einzugsbereich nur die stationären Hospize in Elmshorn und Rendsburg. Dazugekommen sind das Itzehoer St.Klemens-Hospiz des ASB in Itzehoe sowie ein weiteres stationäres Hospiz in Meldorf, ebenfalls mit 12 Betten. Meines Wissens ist

dadurch der derzeitige Bedarf an stationärer Hospizversorgung in unserer Region gedeckt.

HiB: Vielen Dank für deine Zeit, Rüdiger.

Text mit freundlicher Genehmigung von Holo im Blickpunkt,

Interviewer: Stephan Fuchs

Werde ruhig

Ich will es nicht verschweigen, die Angst beherrscht die Zeit,
ich kann es nicht beschreiben, wie die Ohnmacht um sich greift.

So hilflos und zerbrechlich, so machtlos und so schwächlich,
unverhofft und plötzlich, beispiellos entsetzlich ...

Und plötzlich hör'n die Menschen, wie die Vögel wieder singen,
auch Delfine kann man sehen, wie sie in die Häfen schwimmen!

Und der Smog hat sich verzogen, blauer Himmel, reine Luft,
nach dem Winter kommt der Frühling, man riecht wieder Blumenduft!

Und auf einmal singen Menschen, in den Häusern, wo sie wohnen,
singen hoffnungsvoll in Chören, singen lauthals auf Balkonen.

Heute ist nichts mehr wie gestern, morgen ist nichts mehr beim Alten,
doch wir werden es gemeinsam überstehn und neu gestalten!

Die Not lehrt wieder beten: viele falten ihre Hände,
bitten Gott: „Schenk uns ein Wunder!“, hoffen auf ein gutes Ende.

Doch in allem lasst uns glauben, für die Menschen, für das Land:
Ganz egal in welcher Krise, steht die Welt in Gottes Hand!

Werde ruhig, meine aufgewühlte Seele in mir,
werde ruhig, du verängstigtes Herz! Werde ruhig!

Text: Heiko Bräuning



Der Tod eines Kindes gehört zu den einschneidendsten Ereignissen im Leben der Eltern. Nichts scheint mehr, wie es war. Sein Kind hergeben zu müssen ist mit keinem anderen Verlust im Leben vergleichbar.

Einen anderen Menschen verliert man, bildlich gesprochen, von seiner Seite. Aber ein Kind verliert man direkt aus dem Herzen.

Gefühle der Leere, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit machen sich breit. Sie haben die Zukunft mit ihrem Kind verloren, aber die Liebe zu ihrem Kind bleibt bestehen.

Die Trauer um ein verstorbenes Kind braucht Zeit. Hier reden wir von mehreren Jahren. Es gibt Momente, da denkt man es geht bergauf und dann fährt die Achterbahn der Gefühle steil bergab. Das Leben steht Kopf. Nie wieder wird es so wie es einmal war!

Oft hören wir von unseren Besuchern deren Kind verstorben ist:
„Schön, dass es die Gruppe der verwaisten Eltern gibt.“

Wieder nach draußen gehen, mit Eltern sprechen, die ähnliche Verlusterfahrungen gemacht haben, das tut gut. Zu merken, ich bin nicht allein. Die Sorgen und Nöte, die andere Eltern haben, nachempfinden.

Hier darf geweint werden und die Tränen werden ausgehalten.
Über das verstorbene Kind sprechen und seinen Namen nennen.

Das hilft Eltern so sehr, auch wenn das Vermissen ihres verstorbenen Kindes bleibt.

Eine gesegnete Weihnacht
und ein gesundes neues Jahr
wünscht Ihnen Ihre

Kirstin Baade

Ich bin so dankbar dafür

Für den Glauben an den Morgen
Im Dunkel der Nacht
Für den Engel der mich hütet
Und über mich wacht
Für den seelentiefen Frieden
Vertrauen und versteh'n
Für die Mensch die mich lieben
Und den Mut eigene Wege zu geh'n

Ich bin so dankbar dafür

Für die treuen Gefährten
Jeden Sonnenaufgang
Für das Kind in meinen Armen -
Die Erinnerung daran
Jeden Atemzug leben
Für das sichere Geleit
Den Trost und den Segen
Für die Träume, das Glück und die Zeit

Ich bin so dankbar dafür

Das Wunder des Lebens
Die Kraft, die uns lenkt
Ist auch, wenn wir zweifeln
Zuflucht und Hoffnung in jedem Moment
Das Wunder des Lebens
Ist Liebe und Licht
In jedem Herzschlag, die Stimme, die sagt
Fürchte dich nicht

nach einem Text von Mathias Grosch

Welche Form des Abschieds aus dem irdischen Leben auch gewählt wird –

Familie, Angehörige, Freunde, Nachbarn, Kollegen ...

nehmen Abschied von einem Menschen, der Spuren hinterlassen hat.

Spuren, die so manches oder alles beinhalten und beim Abschied die Herzen bewegen können.

Das Sichtbare ist vergangen, aber die Erinnerung bleibt, denn sie gehört zum eigenen Leben wie die Liebe, die alles hält und trägt.



**Wir möchten den Menschen gedenken,
die wir auf ihrem letzten Weg begleiten durften.
Es ist immer wieder schwer tröstende Worte zu finden,
wenn sich ein Mensch für immer verabschiedet.
Wir hoffen, dass Ihre Trauer zu einer liebevollen Erinnerung wird.
Ihnen, liebe Angehörige, gilt unsere aufrichtige Anteilnahme.**

**Man muss nie verzweifeln, wenn einem etwas verloren geht,
ein Mensch oder eine Freude oder ein Glück; es kommt alles noch herrlicher wieder.
Was abfallen muss, fällt ab; was zu uns gehört, bleibt bei uns, denn es geht alles nach Gesetzen
vor sich, die größer als unsere Einsicht sind und mit denen wir nur scheinbar im Widerspruch
stehen. Man muss in sich selber leben und an das ganze Leben denken, an alle seine Millionen
Möglichkeiten, Weiten und Zukünfte, dem gegenüber es nichts Vergangenes und Verlorenes gibt.**

Rainer Maria Rilke



**Wir danken allen unseren Freunden und Förderern für die Unterstützung
und wünschen eine besinnliche Adventszeit,
ein gesegnetes Weihnachtsfest
und ein friedvolles, glückliches neues Jahr 2024
bei guter Gesundheit.**