

Hospiz-Team Nürnberg e.V.

Deutschherrnstraße 15 - 19, 90429 Nürnberg	
Telefon	0911 891205-10
Telefax	0911 891205-28
E-Mail	info@hospiz-team.de
Internet	www.hospiz-team.de
Bürozeiten	Montag bis Freitag, 9 - 12 Uhr übrige Zeit Anrufbeantworter
Bankverbindung	Sparkasse Nürnberg IBAN: DE22 7605 0101 0006 6099 94 BIC: SSKNDE77XXX
Vorstand	Dirk Münch, 1. Vorsitzender Gabriele Wollnik, stellv. Vorsitzende
Koordinatoren/Einsatzleitung	Dirk Münch, Stefan Meyer, Gabriele Wollnik, Judith Münch Marion Langfritz, Wilma Pfeifer, Marcus Hecke, Sonja Heyder Peter Berger, Renate Leuner, Thomas Mrotzek, Olaf Kahnt, Angelique Heimstädt-van-Weert, Regine Rudert-Gehrke
Hospizverwaltung	Anja Geier, Ingrid Kästlen, Susanne Riedner
Schatzmeisterin	Ute Ries
Telefonberatung	Ilse Ramming
Trauerberatungs-Zentrum	Regine Rudert-Gehrke
Öffentlichkeitsarbeit	Henny Wangemann
Leihbibliothek	Brigitte Schiffel-Schwarz, Anne Oehler

Hospiz- und Palliativzentrum Nürnberg HPZ

Deutschherrnstraße 15 - 19, 90429 Nürnberg	
Telefon	0157 77596292
	Marcus Hecke

Spezialisierte Ambulante Palliative Versorgung SAPV

Deutschherrnstraße 15 - 19, 90429 Nürnberg	
Telefon	0911 891207-40
Telefax	0911 891207-68
E-Mail	info@sapv-team-nuernberg.de
Internet	www.sapv-team-nuernberg.de
Bankverbindung	Sparkasse Nürnberg IBAN: DE31 7605 0101 0010 8733 70 BIC: SSKNDE77XXX
Geschäftsführung	Silke Münz

Liebe Mitglieder, Freunde, liebe Leser!

Diesmal haben wir uns vorgenommen, das Thema "Ehrenamt in der Hospizarbeit" zu beleuchten.

"Die Hospizarbeit wird maßgeblich von der ambulanten Hospizversorgung und den dort engagierten ehrenamtlichen Hospizhelferinnen und -helfern getragen. In Bayern begleiten etwa 6.900 ehrenamtliche Hospizhelferinnen und -helfer in über 140 ambulanten Hospizdiensten mit Mut, Wissen und Einfühlungsvermögen schwerstkranke und sterbende Menschen auf ihrem Weg". (Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege)

www.stmgp.bayern.de/gesundheitsversorgung/sterbebegleitung/hospiz/

Bei uns im Hospiz-Team Nürnberg e.V. sind 164 Ehrenamtliche eingeschrieben, davon 25 Männer.

Wir haben einigen von Ihnen in dieser Ausgabe unseres Rundbriefs eine Plattform gegeben. Denn wir finden es interessant, ihre Beweggründe für das Ehrenamt beim Hospiz-Team kennen zu lernen.

Es gibt viele Motive, ein Ehrenamt zu übernehmen: Manche wollen ihre Fähigkeiten weitergeben, andere engagieren sich im Sport, viele setzen sich für Flüchtlinge und Asylsuchende ein, zahlreiche bringen sich in soziale Bereiche ein...

Und nicht zu vergessen: sich ehrenamtlich zu betätigen ist auch ein Weg aus der Einsamkeit.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie erholt und gut gerüstet in den kommenden Herbst gehen! Viel Freude beim Lesen!

Ihr Redaktionsteam



Helga Linke Regine Rudest-Gelster Henry Wanzersauer

Superhelden fliegen vor -3. Hospiz- und Palliativwoche-

Liebe Leserinnen und Leser,

unter diesem Motto steht vom 13.10.2018 (Welthospiztag) bis zum 20.10.2018 die 3. Hospiz- und Palliativwoche in Nürnberg. Mit einer Fülle von Veranstaltungen und Angeboten wollen wir auch in diesem Jahr zusammen mit weiteren Partnern die Öffentlichkeit ansprechen.

Aber braucht es das denn überhaupt noch? Sind die Menschen nicht inzwischen so aufgeklärt, dass Hospiz- und Palliativversorgung doch gängige Vokabeln sind?

Wird doch immer wieder intoniert, dass die Hospizarbeit in der Mitte der Gesellschaft angekommen sei. Nun ich denke, dass die Aussage stimmt und doch nicht ganz richtig ist. Sicher ist es korrekt, dass immer mehr Menschen Hospizarbeit und Palliative Versorgung kennen oder wenigstens etwas einordnen können. Die Angebote sind vielfältig, Beratungsstellen und Dienste verweisen auf die Hospizarbeit und deren Hilfemöglichkeiten. Aber trotzdem ist das Wissen, wie die Hilfe aussehen kann, oft nur bei denen vertieft, die direkt betroffen sind.

So sagte mir vor kurzem eine Dame im Gespräch voller Bewunderung: "Was Sie in der Hospizarbeit machen, könnte ich nie."

Ich habe Sie daraufhin gefragt, was ich denn in der Hospizarbeit mache und was meine Aufgaben wohl seien. Daraufhin sagte Sie mit einigem Zögern: "Na so was mit Sterben halt und so..."

Ja - Hospizarbeit ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen, aber nicht zwingend bei den einzelnen Menschen. Sterben tut ja erfreulicherweise nur immer der gegenüber! So ist es sicher weiter eine Aufgabe der Hospizarbeit, Menschen an das Thema heranzuführen und ihnen auch zu zeigen, dass Lebensqualität am Lebensende früh genug bedacht sein muss. Denn es ist schwer, Wünsche und Vorstellungen noch umzusetzen, wenn der körperliche Abbau das vielleicht immer mehr verhindert.

So soll die Hospiz- und Palliativwoche neue Impulse setzen, um sich dem

Thema zu nähern. Sie darf auch persönliche Gedanken auslösen über das eigene Sterben. Hospizarbeit kann nicht reduziert werden auf reine Sterbegleitung, sondern muss immer im breiten Kontext gesehen werden. Hospizarbeit ist Lebensbegleitung am Lebensende - wie lange der Weg bis zum Lebensende zeitlich auch noch sein mag. Ich lade Sie herzlich ein, viele Angebote der Hospiz- und Palliativwoche in Anspruch zu nehmen.

Mit hospizlichen Grüßen!

Dirk Münch

Diakon Dirk Münch^{MAS}
1. Vorsitzender



Das Ehrenamt als Säule der Demokratie

Ehrenamt beruht heute auf Freiwilligkeit und Unentgeltlichkeit.

Ursprünglich war es eine zugewiesene Aufgabe, unbezahlt, allerdings mit hohem Gewinn an Ehre verbunden. Den Begriff der Ehre tauschen wir heutzutage lieber mit dem Begriff der "Wertschätzung" aus, statt von "Ehrenamt" spricht man oft von "Engagement". Die Frage der Ehre oder Wertschätzung bleibt für ehrenamtlich Tätige jedoch von zentraler Bedeutung. Das weiß auch der Staat, für den ehrenamtliche Arbeit eine "Säule der Demokratie" darstellt, wie Dr. Katarina Barley am Deutschen Engagement Tag bekennt:

"Eine engagierte und selbstständige Zivilgesellschaft ist eine wichtige Säule für unsere Demokratie. Wir brauchen das Engagement in unserem Land in seiner gesamten Vielfalt. Darum verdient Engagement nachhaltige Strukturen, eine gesicherte Finanzierung und große Anerkennung. Dafür setze ich mich weiterhin ein."

Besonders augenfällig wurde die zentrale Bedeutung ehrenamtlicher Arbeit anlässlich der Flüchtlingswelle 2015. Weniger medienwirksam, doch nicht weniger wichtig wirken Ehrenamtliche in vielen Bereichen der Gesellschaft. So mancher Verein und so manche soziale Einrichtung müssten ohne die Leistungen der Ehrenamtlichen ihre Arbeit einstellen.

Wertschätzung erfahren die Ehrenamtlichen von Seiten des Staates z.B. durch besondere Ehrungen. Viel wichtiger ist jedoch die Anerkennung durch die Menschen, mit denen sie zu tun haben. Auch die Anbieter können viel zur Steigerung der Attraktivität ehrenamtlicher Arbeit beitragen:

- ein klar umrissenes Aufgabengebiet
- kollegiale Zusammenarbeit zwischen Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen
- Einsatz finanzieller, persönlicher und organisatorischer Mittel
- Fortbildungsangebote, Trainings, Teamentwicklung
- Supervision
- Reflexion in angstfreier, Geborgenheit spendender Atmosphäre

Solche strukturellen Gegebenheiten vermitteln das Gefühl, in der Einrichtung willkommen zu sein, sinnvolle, kompetente Arbeit zu leisten und sich persönlich weiter entwickeln zu können.

Möchte man ein Ehrenamt übernehmen, muss man einige Anforderungen erfüllen:

- Freude an der Arbeit mit und für Menschen
- Zuverlässigkeit
- Belastbarkeit
- Zeit
- je nach Einsatzbereich weitere Fähigkeiten, z.B. Fremdsprachenkenntnisse

Neben vielen anderen gesellschaftlichen Faktoren wirken sich die staatliche und institutionelle Förderung des Ehrenamts positiv auf die Akzeptanz des Ehrenamts aus. Der Engagementbericht des Bundesfamilienministeriums verzeichnet in den letzten 15 Jahren einen Zuwachs von rund 10% Ehrenamtlichen, so dass 2014 43,7% der Bevölkerung ab 14 Jahren in Deutschland ehrenamtlich engagiert waren. Etwa ein Drittel von ihnen ist seit mehr als zehn Jahren im Einsatz. Unter den 70- bis 74-Jährigen beträgt der Zuwachs 16%.

Diese beeindruckenden Zahlen dürfen aber nicht über die Tatsache hinwegtäuschen, dass es auch Engpässe gibt, gerade in Vereinen, in denen man sich langfristig engagieren muss.

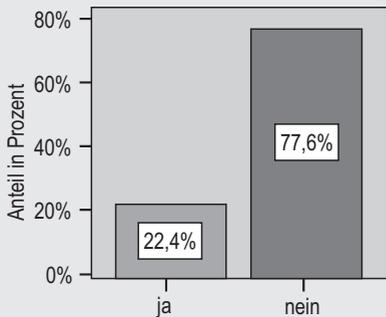
Und: Die flexibler werdende Gesellschaft erfordert neben den bewährten auch innovative Strukturen des Ehrenamts wie z.B. spontane Selbstorganisation über Facebook in akuten Notfällen: man denke an das Hochwasser in Passau 2013. Auch das Internetportal nebenan.de scheint sich zu einem Medium der raschen, unbürokratischen Nachbarschaftshilfe zu entwickeln.

Helga Kuttner, Hospizbegleiterin

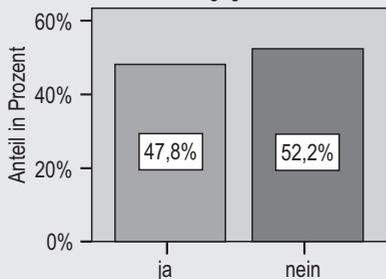
Ehrenamtliches Engagement in Nürnberg - Tätigkeit und Bereitschaft

Auf die Frage, ob sie über Beruf und Familie hinaus einer ehrenamtlichen Tätigkeit nachgehen, antworteten 2013 ca. 22% der befragten Nürnberger/-innen mit ja. Knapp 48% aller Befragten können sich vorstellen, ehrenamtlich

Sind Sie selbst -über Beruf und Familie hinaus-
zurzeit in einem Bereich ehrenamtlich tätig?



Könnten Sie sich ein ehrenamtliches
Engagement vorstellen?*



Quelle: Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth, eigene Darstellung.

*Diese Variable wurde nicht direkt abgefragt, sondern nachträglich aus den Antworten der Frage „In welchen (weiteren) Bereichen könnten Sie sich ein ehrenamtliches Engagement vorstellen?“ codiert.

aktiv zu werden. Von den bereits ehrenamtlich Tätigen, kann sich dabei knapp die Hälfte vorstellen, ihr ehrenamtliches Engagement noch auszuweiten. Mehr als Dreiviertel der Befragten, die angaben, sich eine ehrenamtliche Tätigkeit in einem der verschiedenen Bereiche vorstellen zu können, waren zum Zeitpunkt der Befragung jedoch (noch) nicht ehrenamtlich aktiv. Die Gründe hierfür sind vielfältig. So kann die tatsächliche Aktivität an ungünstigen Rahmenbedingungen (mangelnde Zeit, gesundheitliche Einschränkungen etc.) oder auch an dem Fehlen von Informationen über passende Engagementmöglichkeiten, oder einem tatsächlichen Mangel dieser scheitern. Zudem ist natürlich auch nicht verifizierbar, ob tatsächlich alle Befragten, die angaben, sich eine ehrenamtliche Tätigkeit vorstellen zu können, dies - bei passenden Rahmenbedingungen - auch tatsächlich umsetzen würden.



Quellenangabe: Grafik Titelseite und Diagramme Seite 6: Patricia Paiva, Bürgerschaftliches Engagement in Nürnberg in Zahlen Auswertung der repräsentativen Wohnungs- und Haushaltserhebung "Leben in Nürnberg" von 2013, Nürnberger Arbeitspapiere zu sozialer Teilhabe, bürgerschaftlichem Engagement und "Good Governance", Nr. 37/April 2015

#plattform.interessant

Wir, das Redaktionsteam, haben einigen ehrenamtlichen Hospizbegleitern Fragen zu ihrem Engagement gestellt und von Ihnen kurze Statements und auch ausführliche Antworten erhalten:

Wie kam ich dazu, ehrenamtlich zu arbeiten?

- Ich habe angefangen, ehrenamtlich zu arbeiten, als ich in Rente ging. Rentenalter bedeutet viel freie Zeit, in der ich Erfahrungen auf anderen als den beruflich erprobten Gebieten sammeln kann. Also: Ehrenamt!
- Grund war eine Krise und daraus entstand der Wunsch, etwas Sinnvolles für die Gesellschaft zu tun.
- Mit Erreichen der Regelaltersgrenze endete automatisch mein Arbeitsverhältnis bei der Firma Siemens. Ich habe immer sehr gerne und auch viel gearbeitet und hatte jetzt auf einmal viel Zeit. Diese wollte ich möglichst sinnvoll nutzen.
- Ich hatte noch Zeit und ich wollte was tun.
- Ich bin als Rentner nicht darauf angewiesen -wie heute leider oft notwendig- aus finanziellen Gründen eine Tätigkeit auszuüben. Als Mediziner ist mir das Ehrenamt nur folgerichtig erschienen, weil ich hier die soziale Komponente meines Ex-Berufes am besten ausfülle.

Warum ausgerechnet in der Hospizarbeit und im Hospizverein?

- Nicht, dass ich mich nicht auf das Rentenalter gefreut hätte! Aber das bedeutet auch: die letzte Runde ist eingeläutet. Ich habe die Glocke gehört und deshalb angefangen, mich mit dem Thema "Tod und Sterben" zu beschäftigen. Ich wollte es nicht im stillen Kämmerlein tun, sondern so, dass auch andere davon profitieren.
- Am Radio (1zu1 der Talk) hörte ich von einer Frau, die aus einer Krise zum Ehrenamt im Hospiz kam. Ich googelte und fand den Hospizverein.

- Ich habe bereits 2002 schon einiges über Hospizarbeit gehört und das Thema hat mich sofort interessiert. Leider konnte ich mich damals aus zeitlichen Gründen nicht weiter mit dem Thema befassen.

2011/2012 erkrankte mein Mann schwer an Krebs und trotz Operation, Chemo- und Bestrahlungstherapien gab es keine Heilung für ihn. Ich bzw. wir brauchten Hilfe. Im Krankenhaus bekam ich den Tipp, mich an den Hospiz-Verein zu wenden. Wir bekamen eine Hospizbegleiterin an die Seite gestellt und mein Mann bekam einen Platz im Hospiz. Die Betreuung war sehr gut und mein Mann und ich fühlten uns gut aufgehoben und geborgen.

Das, was mir/uns damals Gutes widerfahren ist und uns in der schweren Zeit sehr geholfen hat, wollte ich einfach jetzt an andere Menschen, die in ähnlicher Situation sind, weitergeben.

- Ich hatte bei den "Grünen Damen" in Kassel mit Babys "gekuschelt". Jetzt wollte ich das andere Ende des Lebens kennenlernen.
- Ich habe im Laufe meines Berufslebens sehr viele Menschen in die Endphase des Lebens begleitet. Ich sehe im Hospizverein die Möglichkeit, Sterbenden in der Lebensphase zu begegnen, die mir eine "intimere" Begegnung ermöglicht als es mir als Arzt gegeben war.

Wie geht es mir damit?

- Ich habe beim Hospiz-Team Mitstreiter gefunden, mit denen ich auf Augenhöhe sprechen kann und dabei fühle ich mich wohl.
Die Begleitung von Menschen in ihrer letzten Lebensphase berührt mich stark. Die Frage nach dem Sinn des Lebens, nach dem Wichtigen im Leben stellt sich. Ich komme in Kontakt mit mir selbst.
- Es geht mir sehr gut, ich mache nicht nur was Sinnvolles, ich entwickle mich durch die Arbeit in meiner Persönlichkeit weiter.

- Mir geht es sehr gut mit dieser ehrenamtlichen Tätigkeit, sei es in der Telefonberatung oder als Hospizbegleiterin. Ich fühle mich gebraucht und kann durch einen Besuch, ein Gespräch oder zum Beispiel mit einem Spaziergang jemandem eine kleine Freude bereiten.
- Ich bin neu dabei, mal sehen, was die Praxis mit mir macht!
- Da ich um die schleichende Müdigkeit im Ehrenamt weiß, habe ich mit dem Hospizverein die BALINT-Gruppen zur Erschöpfungsprophylaxe induziert. Da bin ich zur Selbstfürsorge notwendigerweise immer wieder aufgerufen. Und das gelingt mir bis heute problemlos.



Ich habe meine Überzeugung in die Tat umgesetzt

Grundsätzlich bin ich der Überzeugung, dass eine Gesellschaft das Engagement seiner Bürger in einem Ehrenamt braucht. Je mehr Bürger sich ehrenamtlich einbringen, desto authentischer und lebendiger erscheint mir die Gesellschaft.

Nachdem ich gesund meinen Ruhestand erreicht hatte und auf ein alles in allem gutes Berufs- und Familienleben zurückblicken konnte, sah ich die Zeit für mich gekommen, meine Überzeugung auch in die Tat umzusetzen, auch aus Dankbarkeit für dieses Leben. Da ich einen medizinischen Beruf hatte, habe ich zuerst in einer NGO in verschiedenen "sogenannten Entwicklungsländern" ehrenamtlich gearbeitet und tue dies noch.

Mit der Zeit kam bei mir der Wunsch auf, auch in der Heimat eine für mich passende ehrenamtliche Tätigkeit zu suchen. Das war zunächst eine Mitarbeit bei den vielfältigen Projekten Ehrenamtlicher, die sich um eine Integration von Migranten bemühen. Ein Artikel in der lokalen Zeitung, den "Nürnberger Nachrichten", über das Hospiz "Mathildenhause" und der aufgezeigten Möglichkeit einer Ausbildung zum Hospizbegleiter, weckte mein Interesse. Nach eingehenden Informationen und einer Zeit reiflicher Überlegung, war ich fest entschlossen, die Ausbildung zum Hospizbegleiter zu machen, die ich dann erfolgreich an der Hospiz-Akademie Nürnberg abschließen konnte.

Ich sehe es als eine schwere, aber sehr wichtige Aufgabe an, kranke Menschen, die auf keine Heilung mehr hoffen können, auf ihrem vielleicht schwersten Weg, den sie dann noch vor sich haben, nicht allein zu lassen und sie ein Stück weit dabei zu begleiten und zu unterstützen.

Für diese ehrenamtliche Arbeit eines Einzelnen ist die koordinierende, lenkende und beschützende Umgebung einer speziellen Organisation, in diesem Fall eines Hospiz-Vereins, notwendig.

Neben dieser Hinwendung zu "dem Nächsten" gibt es für mich aber auch noch einen selbst bezogenen Antrieb.

Ich sehe, sehr vereinfacht dargestellt, vier wichtige Lebensabschnitte:

In der Kindheit möglichst spielerisch das Leben zu lernen, in der Jugend und jungen Erwachsenenzeit muss die Schule und die Berufsausbildung gemeistert werden, anschließend kommt wohl der längste Lebensabschnitt: Berufstätigkeit und Familie/Partnerschaft. Als der letzte Lebensabschnitt wird wohl allgemein die Zeit vom Ruhestand bis hin zum Lebensende gesehen.

In den ersten drei Abschnitten ist es nötig, sich ständig weiter zu bilden, sich auf neue Bedingungen und Gegebenheiten vorzubereiten und einzustellen; das wird auch von den meisten Menschen so gesehen. Was ist aber mit dem letzten Lebensabschnitt, in der die Lebenskraft mehr oder

weniger schnell nachlässt und wir alle sicher wissen, der Tag an dem wir unser Leben zurückgeben müssen, rückt immer näher? Vielfach wird diese Tatsache gern verdrängt.

Aber kann man sich auf den Tod vorbereiten? Ich glaube nicht wirklich. Ich denke aber, dass eine regelmäßige Beschäftigung mit dem Thema Lebensende bei der Begleitung schwerstkranker Menschen hilfreich sein kann bei der persönlichen Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod und es kommt dabei zu einer veränderten Sichtweise auf das, insbesondere auch auf das eigene, Leben.

Als Hospizbegleiter arbeite ich im Team auf der Palliativstation im Klinikum Nürnberg-Nord. Das bedeutet, dass ich bei meinen Einsätzen auf der Station fast jedes Mal wieder fremden schwerstkranken Menschen begegne, anders als bei einer Haus-, Hospiz- oder Heimbegleitung. Das hat Vor- und Nachteile, aber ich habe mir das so bewusst ausgesucht.

Persönlich geht es mir insgesamt mit meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als Hospizbegleiter gut. Es gibt aber auch Phasen in denen es mir dabei psychisch nicht so gut geht, das halte ich aber bei dieser Arbeit für natürlich. Ich versuche, dass die Energie- oder Kraftflüsse zwischen den begleiteten Menschen und mir selbst, über die Zeit hin, in etwa ausgeglichen sind. Kraftquellen können für mich vielfältig sein, wie z.B. Gebet, Meditation, Supervision, Familie, Ausgleichssport aber auch der Mensch, den man begleitet. Wichtig erscheint mir dabei auch der achtsame Umgang mit sich selbst zu sein und die Beobachtung der eigenen Person, damit man eventuell nicht in eine Art panikartigen Angstzustand gerät, in Bezug auf das eigene kommende Lebensende.

Dieter Lehmann, Hospizbegleiter

Mein Ehrenamt im stationären Caritas-Hospiz Xenia

Das Zusammenleben mit anderen Menschen war für mich immer schon mit einem Miteinander, einem Füreinander geprägt. Das begann als Klassensprecher in der Schule und setzte sich im weiteren Leben fort. So bin ich seit fast 30 Jahren bei SERVAS Germany e.V. (genaueres unter "servas.de"), wo es um internationale Begegnung geht aktiv, einige Zeit davon im Vorstand.

Das ging auch während des Berufslebens. Ich habe die Menschen nie verstanden, die, was auch immer, auf die Zeit "wenn ich nicht mehr arbeiten muss" verschoben - und dann oft auch dort nicht verwirklicht - haben. Wenn mir etwas wichtig war, habe ich immer die Zeit dafür gefunden. Und selbst im Berufsleben war ich "für andere" aktiv, nämlich als Betriebsrat und acht Jahre davon als dessen Vorsitzender.

2000 besuchte meine Frau die Freiwilligenbörse im Haus Eckstein. Sie kam mit der Idee zurück, Hospizbegleiter zu werden. Ich hab mich spontan angeschlossen. Das ging natürlich nicht von heute auf morgen. Wir haben zuerst mal einen Schnupperkurs beim Hospizverein in Nürnberg gemacht, vier Abende und ein Wochenende. Danach war klar: das machen wir!

Bei einem Besuch am Tag der offenen Tür im Hospiz Erlangen - wo wir die einzigen Interessierten waren - hatten wir mit der damaligen Vorsitzenden Sieglinde Tretzack ("Schwester Sieglinde") ein längeres Gespräch. Und sie hat uns daraufhin gleich für den nächsten Ausbildungskurs vorgemerkt.

Alleine diese Ausbildung war für uns eine ganz besondere Erfahrung. Hatten wir schon im Schnupperkurs die Hausaufgabe bekommen, uns unser eigenes Sterben vorzustellen, kamen hier neben den ganz praktischen Abenden (Themen wie Schmerzen, Vorsorge etc.) Erfahrungen dazu, die richtig ans Eingemachte gingen. Deutlich in Erinnerung ist mir da vor allem die Sterbemeditation.

Danach war es klar, dass ich das natürlich praktisch einsetzen wollte. Ich war geschockt, als ich erfuhr, dass von den 15 Menschen, die die Ausbildung mit uns gemacht hatten, nur noch ein anderer als Hospizbegleiter durchgehalten hat. Über zehn Jahre bin ich einmal in der Woche nach der Arbeit ins Hospiz Erlangen gefahren, um dort zu arbeiten.

Schon damals fragte ich mich, ob ich den Gästen im Hospiz so viel zurückgeben kann, wie ich von ihnen bekomme. Das hat sich in den vielen Jahren nicht verändert. Unterbrechungen gab es nur durch eine längere Krankheitsphase, den Tod meines Vaters und eine lange Reise nach Beendigung des "Arbeitens, was andere mir vorgeschrieben haben".

2013 sind wir in das Generationen übergreifende Wohnprojekt in der Marthastrasse in Nürnberg gezogen, ein Bereich, wo ich mich auch noch aktiv einbringe. Über einen Freund, der Hospizbegleiter im Hospiz Xenia war, bin ich dann dorthin gekommen. Und seitdem - abgesehen von den Reisen, die für uns immer schon wichtig waren - regelmäßig zur Begleitung der Bewohner tätig.

Bis heute ist das auch für mich eine Erfahrung, die ich nicht missen möchte. Die Begegnung mit Sterbenden, die Beschäftigung mit Tod und Sterben helfen mir, mein eigenes Leben bewusster wahrzunehmen, machen mein Leben leichter.

Ich weiß selbstverständlich nicht, wie es an meinem Lebensende tatsächlich aussehen wird, aber zumindest im Augenblick traue ich mir zu sagen, dass ich keine Angst vor dem Sterben habe.

Gerade im letzten Jahr musste ich aber auch die Erfahrung machen, dass Theorie und Praxis manchmal auseinander klaffen. Der Tod von insgesamt vier sehr guten Freunden ist mir schon sehr nahe gegangen. Bin halt jetzt in einem Alter, wo die Teilnahme an Geburtstagsfeiern ab- und die an Beerdigungen langsam, aber sicher, zunimmt.

Vor allen eine Freundin, die zwar nicht unerwartet, aber trotzdem plötzlich gestorben ist, hat mich mehr aus der Bahn geworfen, als ich das für möglich gehalten habe. Und ich war sehr dankbar, dass ich da auf die Hilfe anderer, nämlich die Trauerbegleitung des Hospiz-Teams, zurückgreifen konnte.

Das ist es, was für mich die Ehrenämter ausmachen: ein Geben und Nehmen im ganz normalen Leben, zu dem genauso normal Tod und Sterben gehören.

Schumi Döpfer, Hospizbegleiter

Ist mir eine Ehre!

Zurzeit mache ich keine Begleitungen beim Hospiz-Team, da ich in meiner eigenen Familie gefordert bin. In Kürze reise ich mit meinem Mann in die USA, um meinem Schwager in seiner letzten Lebensphase und meiner Schwägerin beizustehen. Im Februar mussten wir bereits Abschied von meiner Schwiegermutter nehmen. Diese sehr intensive und lange Begleitung hat mir viel gegeben und meine Gefühle für die ehrenamtliche Hospizarbeit beeinflusst. Allein in den eigenen Reihen profitiere ich von meinen ehrenamtlichen Erfahrungen und dem Wissen, das uns während des Kurses vermittelt wurde.

Die 3 Fragen, die ihr den Hospizbegleitern stellt, scheinen ganz einfach zu sein. Doch inzwischen habe ich persönlich einige neue Erfahrungen machen dürfen, die mich spüren ließen, dass oft mehr dahinter steckt als zunächst vermutet.

Ehrenamtlich habe ich schon in meiner Jugend im Bereich Schwimmen/Lebensrettung bei der DLRG gearbeitet. Als junge Erwachsene merkte ich, dass sich in mir der Wunsch immer breiter machte, im Bereich der Hospizarbeit tätig zu werden. Genaue Vorstellungen hatte ich noch nicht. Ich wusste nur, dass ich diese Einrichtung "Hospiz" für einen Segen hielt.

An einem trübem Sonntag saß ich am Computer und forschte im Themenbereich Hospiz. Es interessierte mich, was ich einleiten sollte, um im Ruhestand vielleicht in diesem Bereich tätig zu werden. Da stieß ich auf die Seite des Hospizvereins. Die Anmeldefrist für die Hospizbegleiterausbildung war schon lange verstrichen. War ja nicht relevant. So habe ich mal schriftlich gebeten, mir ein paar Informationen über die Inhalte und die nötigen Voraussetzungen für eine Kursteilnahme zukommen zu lassen. Montags klingelte das Telefon, Stefan Meier war dran und teilte mir mit, dass im neuen Kurs noch genau ein Platz frei sei und ich mich gerne darum bewerben könne. Oh - was für eine Überraschung! Damit hatte ich gar nicht gerechnet. Doch neugierig geworden habe ich mich für Mittwoch mit ihm verabredet. Da stellte ich fest, dass das Schicksal seine Hand kräftig im Spiel gehabt haben musste! Die nächste Hürde war nämlich der Aufenthalt in Sulzbürg. Ausgerechnet an diesen Tagen hatte ich mir vor langer, langer

Zeit (ich muss mindestens 4-5 Monate vorplanen) Urlaub eingetragen - ohne bestimmten Grund. Als ich dies realisierte, war mir klar: Jetzt ist meine Zeit gekommen!

Die Fragen 1 und 2 greifen in meinem Fall ineinander. Denn die Menschen, welche ich im Ausbildungskurs zum Hospizbegleiter kennenlernen durfte, und der Umgang miteinander im Hospizverein haben mir persönlich gut gefallen. Das Begegnen auf Augenhöhe, die Einstellung zu menschlichen Bedürfnissen und die Achtung des Einzelnen waren sofort spürbar. Ich merkte immer mehr, dass dies auch mein Weg war und ich wollte mich gerne einbringen in diese Gemeinschaft. Im Laufe meiner ersten Begleitungen merkte ich auch, dass ich nie alleine stehe. Das hat mir Mut gemacht und mir Sicherheit gegeben. Ich habe gemerkt, dass ich mit Leib und Seele hinter dieser Aufgabe stehe. Die Beschäftigung mit dem vom Tode gezeichneten Menschen und den Angehörigen ist mehr, als wir im Kurs jemals erlernen können. Eine Begleitung zu übernehmen wird für mich immer eine Ehre sein. Einen fremden Menschen so nahe an sich und in die Familie zu lassen ist etwas ganz besonderes. Vor allem in unserer modernen Welt, wo jeder sein Ding macht und äußerst cool ist. Die Oberflächlichkeit hinter sich zu lassen und zu seinem Eigenen zu stehen, das hat mich in so mancher Situation gestärkt.

Wie feinfühlig und empathisch unser Umgang im täglichen Miteinander zu allen Zeiten sein soll, wurde mir immer deutlicher.

Ein großes Problem unserer Politik ist die schlechte Versorgung von Menschen am Lebensende. Ich persönlich würde mir wünschen, noch mehr Zeit zu haben, noch mehr "Mitsreiter" zu finden um den großen Bedarf an Zuwendung im letzten Lebensabschnitt würdig und liebevoll zu gestalten. Ich freue mich auf alle Fälle auf meinen Ruhestand im Beruf, denn dann kann ich hoffentlich noch mehr Zeit für mein Ehrenamt aufbringen. Da ich selbst noch drei ältere Menschen im Familienkreise habe, werde ich mich auch außerhalb des Hospizvereins dafür einsetzen, dass es den Dreien gut geht und die letzte gemeinsame Zeit stimmig verläuft.

Petra Pukke, Hospizbegleiterin

Meine Motivation zum Ehrenamt beim Hospizverein

Seit Januar 1989 bin ich frei vom Alkohol. Geholfen haben mir die Selbsthilfegruppen der AA (Anonyme Alkoholiker) und auch das Blaue Kreuz. Dort hatte ich dann 1992 den Lehrgang zum Suchtkrankenhelfer abgelegt. Das wiederum hat mich in die Hospizarbeit geführt und so habe ich im Oktober 2013 bis April 2014 in der Hospiz-Akademie Nürnberg meine Ausbildung zum Hospiz-Begleiter absolviert.

Die 20 Stunden Praktika, die in der Ausbildung verlangt werden, durfte ich in Gunzenhausen im Pflegeheim des Ev. Krankenvereins ableisten. Hier bin ich nun seit 2013 als Hospizbegleiter tätig. Freitag früh beschäftige ich mich mit ca. 10 Personen im Back-Club, anschließend halte ich eine Andacht. Zusätzlich bin ich seit Juni 2014 jeden zweiten Mittwoch in der Palliativstation im Klinikum Nürnberg-Nord als Hospizbegleiter im Einsatz. Immer wieder werde ich gefragt: "Warum tust du das? Was bringt es dir? Wieso verschenkst du freiwillig deine Zeit?"

Ich bin seit 1.1.2013 im Ruhestand und wollte meine frei gewordene Zeit sinnvoll einsetzen und Menschen helfen. Diese Zeit, die ich verschenke, ist für mich sehr heilsam. Sich mit dem Tod und dem Sterben auseinander zu setzen, ist bereichernd für das eigene Leben. Ich empfinde dabei viel Dankbarkeit und Zufriedenheit. Der Umgang mit meiner eigenen Lebenszeit ist mir durch die Hospizarbeit bewusster geworden. Man wird durch diese verschenkte oder auch gespendete Zeit an den schwerkranken und sterbenden Menschen nicht nur GEBER, man wird auch BESCHENKTER.

Wertvoll ist mir der Spruch aus Psalm 90: "Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden."

Walter Renger, Hospizbegleiter

Eigentlich war es ein Randthema

... aber es ist bei mir hängengeblieben und hat mich beschäftigt

Ein Mensch erzählt mir, dass er viele Jahre lang ehrenamtlich engagiert war. Sehr engagiert. Die ganze Woche stand im Zeichen des Ehrenamts: Wann ist was? Wann muss ich wo sein? Wer hilft dazu? Sein Ehrenamt wurde ein "full-time-job"! Geht ja auch, weil wenn man vorzeitig in Rente geht, dann ist noch Kraft da, um was Wichtiges zu unterstützen.

Als es Ärger mit Vorgesetzten gibt, erzählt er, kommt Abstand ins ehrenamtliche "Geschäft". Der persönliche Blick auf das Geschehen verändert sich. Große Ernüchterung zieht ein. Der Ärger hört nicht auf, die Probleme lassen sich nicht klären. Da passt das ehrenamtliche Mitarbeiten nicht mehr. Der Mann kündigt seine Mitarbeit auf. Und das tut ihm weh, denn es gab einmal andere Zeiten, gute Zeiten.

Jahre sind seither vergangen. Das Leben war gut zu dem Mann und das Leben war auch hart zu ihm. Einsam ist er geworden, kontaktarm. Und er denkt: "Mir fehlt etwas! Ich weiß es schon länger. Ich will so nicht weitermachen. Ich muss wieder eine Aufgabe für mich suchen!"

Zu mir sagt er: "In den Jahren des Abstands ist mir bewusstgeworden, dass ich etwas empfinde für die Menschen... besonders für die, die nicht auf der Sonnenseite leben, denen es nicht so gut geht." Seine Hand legt sich seitlich auf den Bauch. "Hier war immer die Liebe zu den Menschen zuhause. Hier ist es so leer geworden!" Wir reden weiter: darüber, dass er sich Gedanken macht, welche Aufgabe interessant sein könnte, wo er seine Energie einbringen mag, an welchem Ort er seine Zeit verbringen will. Es geht ihm darum, wo diese besondere Liebe, die sich um Andere kümmert, wiederaufleben kann.

Und diesmal, sagt er, wird er auf die Rahmenbedingungen achten, denn ehrenamtliche Arbeit ist freiwillige und unbezahlte Arbeit und darf nicht missbraucht werden, um eine Arbeitsstelle einzusparen...

Regine Rudert-Gehrke, Pfarrerin und Koordinatorin

Im Gespräch

Was Hauptamtliche und Ehrenamtliche sich schon immer mal sagen wollten

Das Verhältnis von Haupt- und Ehrenamt ist grundsätzlich spannungsvoll... oder anders gesagt: energiegeladen. Sie als Leser haben die Möglichkeit, ein (fiktives) Gespräch zu belauschen:

 **H**auptamtliche: Ich arbeite beruflich im Hospizverein, in der Begleitung schwer erkrankter, sterbender und trauernder Menschen.

 **E**hrenamtliche: Ich auch, aber nicht beruflich, sondern ehrenamtlich.

 **H**: Worin liegen für dich die Unterschiede?

 **E**: Ich habe weder Medizin noch Krankenpflege noch Psychologie noch Sozialarbeit noch Theologie studiert. Ich möchte einfach sterbenden Menschen und ihren Angehörigen helfen, und das nicht nur privat oder im Familienkreis!

 **H**: Gut! Ich habe zwar eine Grundausbildung und einige Weiterbildungen, die für die hauptberufliche Hospizarbeit, wenn Förderungen greifen sollen, notwendig sind. Ich bin also ein Profi, aber ohne eigene Motivation würde ich meine Arbeit auf Dauer nicht aushalten können.

 **E**: Wenn du Profi bist, dann bin ich Laie! Ich bin aber in der Hospizbegleiterausbildung gut auf mein Ehrenamt vorbereitet worden. Ohne diese Ausbildung würde ich mich, glaube ich, nicht in diese Arbeit trauen. Weil ich im Ehrenamt arbeite, kann ich noch was, was du nicht kannst: ich kann dem sterbenden Menschen vermitteln, dass er auch als Sterbender noch zur Gesellschaft gehört, dass er noch etwas bedeutet.

 **H**: Aber das Gleiche vermittele ich doch auch!

 **E**: Stimmt. Aber auf deine Hilfe hat der Patient einen Anspruch! Du musst ihn versorgen und die Familie unterstützen. Ich dagegen tue meine Arbeit

freiwillig, unbezahlt und unbezahlbar. Ich bin einfach in Sachen "mitmenschliche Begleitung" unterwegs... dazu ist eigentlich jeder Mensch fähig!

 **H:** Du solltest auch sehen, dass mancher froh ist, wenn er Hilfe bezahlen kann, denn so entsteht kein Abhängigkeitsverhältnis und keine Verpflichtung zur Dankbarkeit. Und unbezahlbar ist auch an meiner Arbeit manches, wenn du mal genauer hinschaust!

 **E:** Du musst Geld verdienen, um dein Leben zu finanzieren. Das ist okay. Ich möchte sagen: ich habe mich für ein ehrenamtliches Engagement in der Hospizarbeit entschieden, weil ich in der eigenen Familie Sterben, Tod und Trauer erlebt habe und auch erfahren habe, wie gut Hilfe tut.

 **H:** Früher gab es bestimmt zu wenig Hospizarbeit. Heute wollen sich auch private Unternehmen damit profilieren. Gut finde ich, dass die Zeit der nur gutgemeinten Hospizarbeit vorbei ist.

 **E:** Ja, aber wir müssen aufpassen, dass es nicht zu einem Konkurrenzkampf zwischen Leuten kommt, die vor Kompetenz und Qualitätssicherung und tollen Ausbildungen kaum noch laufen können und den Hospizlern, die in ihrer Begeisterung zu allem fähig und bereit sind.

 **H:** Hauptamtliche haben den Erstzugang zu einem Patienten. Sie haben auch die Aufgabe, Ehrenamtliche einzusetzen. Dazu müssen sie die Zeitbudgets und Begabungen kennen. Und grundsätzlich muss die Arbeit der Ehrenamtlichen klar umschrieben sein! Wir Hauptamtlichen sorgen für Information, Austausch, Weiterbildung und Unterstützung.

 **E:** Und wenn Ehrenamtliche sich beklagen, dass sie nicht genug eingesetzt werden, dann liegt das vielleicht manchmal auch an den Hauptamtlichen, weil sie sich nicht die Arbeit gemacht haben, ihnen Arbeit zu geben.

 **H:** Ich finde, wir sollten aus dem gegenseitigen Beneiden herauskommen. Es

gibt viel Gemeinsames, aber auch Unterschiede und Grenzen, die anerkannt werden können. Aus der Sicht des sterbenden Menschen sind wir alle gleich: wir sind Helfende.

 **E:** Wenn wir miteinander im Gespräch bleiben, dann sind Konflikte wohl eher selten. Aber es ist ein Problem, dass ihr Hauptamtlichen die Arbeit nicht abgeben könnt und möglichst alles selbst machen wollt.

 **H:** Mein Problem ist, dass ihr Ehrenamtlichen oft nur bedingt einsetzbar seid, denn ihr habt ja auch eure Terminkalender voll. Und bei manchen fehlt es an Verbindlichkeit: sie pflegen keine Kommunikation, sie kommen nicht zu den Gruppentreffen, sie arbeiten, als wären sie "frei"...

 **E:** Vielleicht hängen diese beiden Probleme sogar zusammen!? Für mich ist es so: je mehr Verantwortung ich bekomme, desto mehr nehme ich die Verantwortung auch für mich selbst wahr. Wenn du mir etwas zutraust, kannst du mir auch vertrauen, dass ich es so gut, wie ich es kann, tun werde. Dass es einen "Ehrenkodex" gibt, dass ich eine Begleiter-Vereinbarung unterschrieben habe, dass ich mich als Teil des Ganzen sehe... logisch!

 **H:** Ich finde es gut, dass wir uns darüber offen unterhalten können. Das gibt mir auch noch mal neue Sichtweisen!

 **E:** Wie ist das eigentlich bei euch Hauptamtlichen? Gibt es da auch Konflikte und Meinungsverschiedenheiten?

 **H:** Natürlich gibt es bei uns auch unterschiedliche Meinungen. Wir sind ja ganz verschiedene Menschen! Um gut arbeiten zu können, müssen wir unsere Sichtweisen oft untereinander besprechen. Das kann fruchtbar sein, kann auch zu Streit führen. Es ist eben nicht einfach, wenn du einen sterbenden Menschen vor dir hast und weißt: Fehler sind nicht wiedergutzumachen! Unsere Entscheidungen müssen wohlüberlegt und stimmig sein, damit der Patient in der letzten Phase in größtmöglicher Lebensqualität leben kann.

 **E:** Da sind wir uns einig. Übrigens habe ich beobachtet, dass manchen Menschen zum ersten Mal in ihrem Leben solche sorgfältige Aufmerksamkeit zuteilwird.

Ich will gerne nach meinen Kräften mitwirken. Und ich hoffe, dass dieses bürgerschaftliche Engagement dazu führt, dass es, wenn ich einmal sterben werde, auch sympathische und kompetente Menschen gibt, die mir helfen. So sorge ich durch meine ehrenamtliche Arbeit auch für mich selbst...

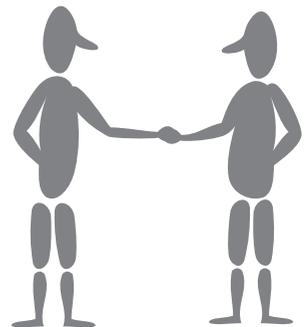
 **H:** Das ist alles legitim!

Ich bin so froh, eine sinnvolle berufliche Arbeit gefunden zu haben. Im Hospizverein kann ich geben und nehmen. Das Wichtigste wächst so "nebenher" durch die vielen Begegnungen mit Menschen in mich hinein: eine andere Einstellung zum Leben.

 **E:** Diese Erfahrung mache ich auch!

Meiner Meinung nach ist die gegenwärtige Entwicklung von Hospiz- und Palliativarbeit gut beraten, wenn sie für die innovative Kraft und die Vielfältigkeit der Unterstützung, die von Ehrenamtlichen ausgeht, in ihrer Konzeption viel Raum lässt. Auf diese Weise profitieren alle: die Sterbenden, ihre An- und Zugehörigen, die hauptamtlichen Profis, das Konzept der Versorgung und unsere Gesellschaft!

Regine Rudert-Gehrke, Pfarrerin und Koordinatorin
Dirk Münch, 1. Vorsitzender



NUR KEIN EHRENAMT

Willst Du froh und glücklich leben,
laß kein Ehrenamt dir geben!
Willst du nicht zu früh ins Grab
lehne jedes Amt gleich ab!

Wieviel Mühen, Sorgen, Plagen
wieviel Ärger mußt Du tragen;
gibst viel Geld aus, opferst Zeit -
und der Lohn? Undankbarkeit!

Ohne Amt lebst Du so friedlich
und so ruhig und so gemütlich,
Du sparst Kraft und Geld und Zeit,
wirst geachtet weit und breit.

So ein Amt bringt niemals Ehre,
denn der Klatschsucht scharfe Schere
schneidet boshaft Dir, schnipp-schnapp,
Deine Ehre vielfach ab.

Willst du froh und glücklich leben,
laß kein Ehrenamt dir geben!
Willst du nicht zu früh ins Grab
lehne jedes Amt gleich ab!

Selbst Dein Ruf geht Dir verloren,
wirst beschmutzt vor Tür und Toren,
und es macht ihn oberfaul
jedes ungewaschne Maul!

Drum, so rat ich Dir im Treuen:
willst Du Weib (Mann) und Kind erfreuen,
soll Dein Kopf Dir nicht mehr brummen,
laß das Amt doch and'ren Dummen.

(Autor unbekannt, evtl. Wilhelm Busch)

Die Gedenkgottesdienst-Tradition setzt sich fort

Seit mehreren Jahren wird durch das Hospiz-Team zweimal im Jahr in der St. Klara Kirche in der Nürnberger Innenstadt ein Gedenkgottesdienst für trauernde Angehörige, Freunde, Weggefährten und Suchende organisiert. So auch in diesem Jahr am 04. Juni 2018.

Mit dem Thema "Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal" (aus dem 23. Psalm) gingen Dekan i.R. Wolfgang Butz, der Hauptorganisator des Abends, und das Team aus Ehrenamtlichen auf die Situation der Menschen ein, die vor kurzem einen lieben und vertrauten Menschen verloren haben.

Grußworte, Textverlesungen, Lieder und Gebete, unterbrochen durch den wunderbaren Klang einer Harfe und der Orgel, hatten letztendlich alle das gleiche Ziel: den Trauernden über verschiedene Bausteine Raum für ihre Trauer zu verschaffen; sie dort abzuholen, wo jeder einzelne gerade in seiner persönlichen Situation steht. Es flossen Tränen, es wurde gelacht, die Namen der Verstorbenen wurden vorgelesen und die Angehörigen und Gäste konnten ein Teelicht anzünden und zu den roten Rosen auf dem schwarzen Tuch legen und kurz innehalten. Am Schluss brannten 32 Teelichter und es war sehr ergreifend. Die Bausteine wurden zu Ecksteinen einer Brücke zur Verarbeitung.

Tage später kamen von den Gästen Rückfragen zu den Texten, Danksagungen und Spenden.

Tradition setzt sich fort. Im Spätherbst wieder.

Peter Berger, Koordinator

7. Bayerischer Hospiz- und Palliativtag 2018

Am 16. Juni 2018 war das Hospiz-Team Nürnberg e.V. örtlicher Ausrichter des 7. Bayerischen Hospiz- und Palliativtages in Nürnberg. Der Fachtag, der im zweijährigen Turnus traditionell als Gemeinschaftsprojekt des Bayerischen Hospiz- und Palliativverbandes und der Landesvertretung der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin in Bayern veranstaltet wird, fand in direkter Nachbarschaft, in der Wilhelm-Löhe Schule statt.

Das diesjährige Motto lautete:

"Zwischentöne - Hospiz- und Palliativversorgung - alles geregelt"?

Über 400 Teilnehmer hatten sich zu den Arbeitsgruppen angemeldet. Am Vormittag gab es ein Streitgespräch zwischen den beiden Koryphäen der Hospiz- und Palliativszene, Frau Prof. Dr. Claudia Bausewein und Herrn Prof. Dr. Ernst Engelke.

Hier wurden auf fachlich sehr hohem Niveau die Standpunkte ausgetauscht und diskutiert. Davor stellten sich Frau Ruth Nowak (Amtschefin des Bay. Staatsministerium für Gesundheit und Pflege), Frau Brouer (Vertretung von Herrn Oberbürgermeister Dr. Ulrich Maly/ Leiterin Fachstelle Pflege- und Behinderten-Einrichtungen im Gesundheitsamt Nürnberg), Frau Anne Rademacher, (Geschäftsführerin der Paula Kubitschek-Vogel-Stiftung), Frau Prof. Dr. Claudia Bausewein (Palliativmedizinerin und Lehrstuhlinhaberin für Palliativmedizin an der Ludwig-Maximilians-Universität München) und Herr Göller (1. Vorsitzender des Bay. Hospiz- und Palliativverbandes) den Fragen der Moderatorin, Frau Dollinger vom Bay. Rundfunk, die sich mit der aktuellen Situation im Pflegebereich und den Ankündigungen des Ministeri-

ums befassten.

Erstmals waren Gebärdendolmetscher sowohl in der Diskussionsrunde am Vormittag als auch in ausgewählten Arbeitsgruppen anwesend, so dass auch gehörlose Teilnehmer



an dem Fachtag teilnehmen konnten. Es gab es insgesamt 22 Vorträge und

Workshops zahlreicher Referenten aus Bayern und dem Bundesgebiet, die dieses Thema aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachteten. Teilnehmer waren Ärzte, Pflegekräfte, Angehörige therapeutischer Berufe sowie ehrenamtlich Engagierte aus ganz Bayern. Die Teilnehmer konnten neben den Fachvorträgen eine Bilderausstellung zum Thema Lebensende von Wolfgang Noack besuchen, bei einer Mittagsmeditation entspannen, sich an den Büchertischen Anregungen holen oder bei den Ausstellern und an den Ständen der regionalen Hospiz- und Palliativeinrichtungen informieren.



Dank dem großartigen Einsatz von über 50 Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen unseres Vereins, im Vorfeld, während der Veranstaltung und im Nachgang, war es möglich, örtlicher Ausrichter dieses Fachtages zu sein. Dieses Engagement war überwältigend und wurde auch von Teilnehmern und Referenten als sehr wohltuend empfunden. Die zahlreichen Rückmeldungen, die uns erreichten, hoben immer wieder die Einsatzfreude und das Lächeln der Ehren- und Hauptamtlichen hervor, die diesem Tag ein besonderes Gesicht gegeben haben!!! Es gab spontane Rückmeldungen "Ihr steht als Verein fest zusammen und werdet als eine Einheit wahrgenommen", "Bei Euch herrscht eine besondere Stimmung"! Dies ist wohl das schönste Kompliment, das man aus so einer Veranstaltung mitnehmen kann.

Vielen Dank an Luitgard Wießner für die wunderbare florale Ausgestaltung der Räumlichkeiten - es war ein Augenschmaus!!!

Wer diesen Tag nicht live miterleben konnte, findet eine Nachlese in Form von Handouts zu einigen Workshops sowie weiterer Bilder unter www.bhpt.de. Viel Spaß beim Reinschauen!



Ingrid Kästlen für das Organisationsteam Bayerischer Hospiz- und Palliativtag 2018

Veranstaltungen der Hospizakademie

OKTOBER 2018

- 18.09.2018** **Ethische Entscheidungen am Lebensende (Tanja Treibig)**
Dieses Seminar bietet eine systematische Auseinandersetzung mit den ethischen Herausforderungen am Lebensende an. Medizinethische Prinzipien, rechtliche Grundlagen, Voraussetzungen und Stellvertreterregelungen spielen dabei eine wichtige Rolle.
- 20.09.2018** **Achtsame Begleitung der Kriegsgeneration (Nicole Gand)**
Viele alte und hochbetagte Menschen haben ihre Kindheit im Zweiten Weltkrieg und in der direkten Nachkriegszeit erlebt. Über ihre zum Teil traumatischen Erlebnisse zwischen 1939 und 1945 haben diese Menschen meist geschwiegen. Wie gehen wir mit diesen Menschen um, wenn unverarbeitete traumatische Erfahrungen aufbrechen?
- 22.09.2018** **Was wir noch tun können (Claudia Olbrisch)**
Im Sterbeprozess kommt es häufig vor, dass der Sterbende Wahrnehmungsstörungen entwickelt. Sie lösen bei seinen Angehörigen oft Angst und Unruhe aus. Die basale Stimulation kann helfen, Wahrnehmungsstörungen zu lindern.
- 01./02.10.2018** **Der spricht so komisch (Dorothee Grauer)**
Sprach-, Sprech-, Stimmstörungen bei Menschen mit Hirnschädigung sind in vielen Einrichtungen allgegenwärtig. Wie können wir möglichst sinnvoll und erfolgreich mit den so unterschiedlich Sprachgestörten kommunizieren. Auf was müssen wir bei der Nonverbalen Kommunikation achten? Was tun wir, ohne es zu bemerken?
- 06.10.2018** **Jedes Wort wirkt! Bewusste Sprache in der Hospizarbeit (Ina Willax)**
Die Menschen, die Sie in der Hospizarbeit begleiten, sind besonders feinfühlig. Die Grundlage dieses Workshops ist das Lingva Eterna® Sprach- und Kommunikationskonzept. Zu wissen, wie ich Gespräche beginne, kritische Situationen anspreche und meine Meinung sage, gibt mir ein sicheres Gefühl und führt mich zu mehr Gelassenheit und Selbstbewusstsein mit anderen Menschen und in herausfordernden Situationen.
- 09.10.2018** **Umgang mit verzögerter Krankheitsverarbeitung (Barbara Frank)**
Dieses Seminar setzt sich mit der Thematik auseinander, dass Patienten mitunter scheinbar völlig verleugnen, dass oder wie sehr sie krank sind. Was steckt hinter einem solchen Verhalten? Liegt ein Sinn darin? Darf ich als Außenstehender etwas dagegen sagen? Und wie wichtig ist es denn, dass ein Sterbender auch "hochoffiziell" anerkennt, dass er nun stirbt?

ab 10.10.2018 **Begleitung demenzkranker Sterbender**

(Heike Keunz, Stefan Meyer und weitere Referenten)

Der Kurs mit 8 Abenden berücksichtigt die besonderen Bedürfnisse und die Begleitung von sterbenden Menschen mit Demenz. Neben Grundlagen der Hospiz- und Palliativversorgung wird Validation, die Begleitung der Angehörigen, Hilfen durch Aromapflege, Musiktherapie und basaler Stimulation angesprochen und erarbeitet.

17.10.2018 **Palliative Pflegeplanung (Barbara Mallmann)**

Damit die Wünsche und die Bedürfnisse der Bewohner und Angehörigen erkannt und umgesetzt werden können, sind eine palliative Pflegeplanung und deren Umsetzung unumgänglich. In einem palliativen Leitfaden werden sämtliche Wünsche, Bedürfnisse und Handlungsabläufe mit allen Beteiligten (Bewohner, Angehörige, Bevollmächtigte, Pflegekräfte und Hospizdienst) besprochen, festgelegt und aktualisiert.

07.11.2018 **Psychoonkologische Begleitung in der palliativen Situation**

(Hannelore Sinzinger)

Neben der Vermittlung psychoonkologischer Themen bezüglich Theorie und Praxis unter der besonderen Berücksichtigung der palliativen Situation sollen in diesem Seminar verstärkt auch eigene Erfahrungen der persönlichen Betroffenheit zum Tragen kommen.

09./10.11.2018 **Die Kraft der Düfte - Aromapflege in der Sterbebegleitung**

(Doris Reitzammer und Marlies Müller)

In der Palliativpflege und Sterbebegleitung sind ätherische Öle eine große Hilfe. Im Kurs wird über die Geschichte, Herkunft, Wirkung der ätherischen Öle und ihre Anwendungsmöglichkeiten nicht nur gesprochen, sondern auch einiges ausprobiert. Dazu betrachten wir die Monographien einzelner Düfte.

20.11.2018 **Wohin die Reise geht- Wenn das Sterben beendet ist- wohin geht der Mensch dann? (Pfarrerin Regine Rudert- Gehrke)**

Was denken wir über das tot-Sein? Was haben wir für Phantasien, Hoffnungen, Wünsche? Je nach kultureller Weltanschauung und religiöser Prägung nähert man sich dem Thema aus verschiedenen Perspektiven. Als Sterbe- und Trauerbegleiter werden wir mit dieser Frage immer wieder konfrontiert. Dann ist es gut, wenn wir für uns persönlich eine eigene Ahnung, wohin die Reise gehen könnte, entfaltet haben.

Mehr Information zu den Veranstaltungen finden Sie unter:
www.hospizakademie-nuernberg.de

Stefan Meyer

Neues aus der Bibliothek

Durch eine großzügige Spende haben wir ca. 30 DVDs mit Spielfilmen erhalten. Die meisten handeln im Umfeld der Themen Tod und Sterben. Alle DVDs können wie Bücher ausgeliehen werden, allerdings bitten wir um eine Rückgabe innerhalb von 2 Wochen.

Eine Auswahl an Titeln:

Small World

Regie: Bruno Chiche, Darsteller: Gerard Depardieu, Alexandra Maria Lara

Sterben für Anfänger

Regie: Frank Oz, Darsteller: Matthew MacFadyen, Rupert Graves

Knockin' on heaven's door

Regie: Thomas Jahn, Darsteller: Till Schweiger, Jan Josef Liefers

Das Ende ist mein Anfang

Regie: Jo Baier, Darsteller: Bruno Ganz, Erika Pluhar

Emmas Glück

Regie: Sven Taddicken, Darsteller: Jödis Treibel, Jürgen Vogel

In diesem Zusammenhang weisen wir auf eine Buchspende hin:

Teischel, Otto: **Trauerspiel - Einführung in die existenzielle Filmtherapie**

„Insbesondere die filmische Inszenierung komplexer Lebenszusammenhänge verfügt über ein vielfältiges Potenzial zur Existenzerhellung, Ermutigung und Inspiration. Wie dies auch therapeutisch in der Trauerbegleitung genutzt werden kann, zeigt Otto Teischel beispielhaft...“

Signatur: TRA2017Tei

Brigitte Schiffel-Schwarz und Anne Oehler, Bibliothek

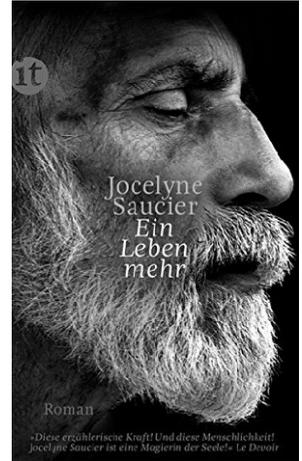
Buchbesprechung

Jocelyne Saucier

Ein Leben mehr - Il pleuvait des oiseaux.

Aus dem Französischen von Sonja Finck

Eine Geschichte von drei alten Männern, die mit ihrem bisherigen Leben abgeschlossen haben und in der Einsamkeit der kanadischen Wälder auf ihren Tod warten. Ein Roman über Freiheit und Unabhängigkeit, aber auch über Einsamkeit und Resignation. Der Besuch einer jungen Fotografin und später einer alten Dame, die Unterschlupf sucht, verändert das Leben der drei alten Männer in ihrer scheinbar selbstgesuchten Isolation. Sie erkennen, dass das Leben mehr ist, als Unabhängigkeit und freier Geist. Es entstehen Bindungen, ja sogar Liebe erwächst, die nicht nur mit den direkt Betroffenen etwas macht sondern auch das ganze bisher so sorgsam unabhängig gehaltene Beziehungsgeflecht durcheinander wirbelt.



Il pleuvait des oiseaux - es regnete Vögel, so der französische Titel, der Grundlage für das gesamte Buch ist, eint die Menschen durch genau diese Erfahrung bzw. weckt deren Neugier auf das, was den Einzelnen widerfahren ist. Das Trauma eines der Protagonisten, das sich durch die Geschichte zieht und seine Art der Bewältigung, die sich dem Leser erst am Ende auf wunderbare Weise erschließt, macht betroffen und fasziniert gleichermaßen.

Ein magisch schöner Roman der deutlich vor Augen führt, was Glück und Liebe in den Augen der Einzelnen sein mag, unabhängig von gesellschaftlichen Normen oder der Einschätzung Außenstehender und wie dies auch dazu führen kann, dass sich die Einstellung zu Leben und Tod auch am Lebensende nochmals wandeln kann. Eine Geschichte über die Souveränität des Alters, über die Natur und die Wildnis, über Freiheit und Liebe, die zeigt, dass Alles im Leben seinen Stellenwert hat, aber vieles nur in der Symbiose zur Vollendung geraten kann.

Vorgestellt von Ingrid Kästlen, Trauerbegleiterin, AG Öffentlichkeitsarbeit

Hospizbegleiter-Abend mal anders?

Bereits zum zweiten Male haben wir bewährte Pfade verlassen und, wie im Jahr 2017 auch, aus einem Hospizbegleiter-Abend eine Exkursion am Nachmittag gemacht. Die Resonanz war noch besser als 2017!

Wir besuchten den Israelitischen Friedhof in Nürnberg in der Schnieglinger Straße. Unter der Leitung des Rabbiners der Israelitischen Kultusgemeinde Nürnberg lernten wir die wesentlichen Unterschiede der Betreuung Sterbender im Judentum kennen.

Im Rahmen der Friedhofsführung war es für mich sehr beeindruckend:

- dass alle Juden nur erdbestattet werden dürfen
- jüdische Gräber auf Ewigkeit dem Verstorbenen gehören und niemals eingeebnet werden dürfen
- die Gräber immer nach Osten ausgerichtet werden
- alle Verstorbenen die gleiche Kleidung und die gleiche Zeremonie erhalten
- Die Särge sind nur aus Holz, sind schlicht und ohne Verzierungen. Sie dürfen weder Nägel noch Metallbeschläge oder Innenausstattungen mit Stoff enthalten, da sie, wie der Verstorbene auch, komplett in der Natur aufgehen sollen (für mich als einen westlich geprägten evangelischen Christen und Naturliebhaber sehr verlockend!).

Nächstes Jahr wollen wir die Jüdische Synagoge in Nürnberg besuchen und weitere Charakteristika des Judentums kennen lernen.

Peter Berger, Koordinator



Linzer Torte

Als Kind dachte ich, die Linzer Torte heißt so, weil man immer wieder in die Kuchendose linst, um festzustellen, ob sie schon mürbe geworden ist. Die Torte gab es bei uns traditionell als Nachtisch beim Weihnachtsessen. Und so wurde das wochenlange, sehnsüchtige Warten auch immer ein Warten auf Weihnachten.

Mit dem Backen der Torte beginnt heute noch für mich der Advent. Ein halbes Pfund Mehl, ein halbes Päckchen Backpulver und ein Viertelpfund gemahlene Haselnüsse kommen in die Schüssel und werden gut gemischt. Ein halbes Päckchen Butter habe ich schon vorher aus dem Kühlschrank geholt, schön weich ist sie jetzt. Mit dem Esslöffel zähle ich ab: acht Esslöffel Zucker, ein Esslöffel Zimt, ein halber Esslöffel Kakao, ein Esslöffel Öl und zwei Esslöffel Kirschwasser. Dazu noch ein Ei und eine halbe Messerspitze Nelken, alles ab in Schüssel. Mit den Händen knete ich einen festen, duftenden Teig, der eine Stunde ruhen muss. Nun rolle ich zwei Drittel des Teiges aus und lege den Boden von Mamas alte Springform damit aus. Aus einem Teil des letzten Drittels forme ich den Rand und drücke ihn gut fest. Nun kommt das Beste: Mit einer Ausstechform mache ich aus dem Rest so viele Teigsterne wie möglich, ...das durfte ich schon als kleines Kind! Jetzt noch den Boden mit Pflaumenmus bestreichen, die Sterne darauf auslegen, mit einer Mischung aus Eigelb und Sahne bestreichen und ab in den Ofen damit.

Bei 200 Grad muss die Torte nun eine knappe Stunde backen. Wenn sie ausgekühlt ist, kommt sie in eine Blechdose und kann bis zu vier Wochen an einem kühlen Ort lagern. Mit ihrem Duft von Zimt und Zwetschgen hole ich mir Anfang Dezember die Vorfreude auf's Fest in die Küche. Und linse genauso sehnsüchtig wie damals in die Kuchendose, bis endlich Weihnachten ist.

Misha Leuschen (aus dem Kalender "Der andere Advent")



LOSLASSEN

*Loslassen ist ein
Energiesparprogramm
für deine Seele.
Es erspart dir Ärger, Groll,
Hass und Verbitterung.*

Wenn du mit dem Schicksal haderst oder andere anklagst, dann signalisierst du deinem Körper eine Bedrohung. Er reagiert mit Anspannung und macht sich bereit zum Kampf.

Akzeptierst du hingegen die Situation, wie sie ist, verzeihst du dem anderen, von dem du dich verletzt und gekränkt fühlst, dann schaffst du dir inneren Frieden. Dann kannst du deine Energie für die Dinge im Hier und Jetzt einsetzen.

Akademie für Hospizarbeit und Palliativmedizin Nürnberg gGmbH

Deuschherrnstraße 15 - 19, 90429 Nürnberg	
Telefon	0911 891205-30
Telefax	0911 891205-38
E-Mail	info@hospizakademie-nuernberg.de
Internet	www.hospizakademie-nuernberg.de
Bankverbindung	Evang. Kreditgenossenschaft IBAN: DE33 5206 0410 0003 5046 03 BIC: GENODEF1EK1
Geschäftsführung	Stefan Meyer
Verwaltungsleitung	Ulrike Bilz
Mitarbeitende der Akademie	Yvonne Duscha, Marcus Hecke, Irka Holst, Madeleine Martin, Ingeborg Beyer-Savanovic
Trauerinstitut	Regine Rudert-Gehrke

Hospiz- und Palliativstiftung Nürnberg

Vorstand	Gabriele Wollnik, Ulrike Bilz Claus Wilhelm Behnke, Dirk Münch
Kuratorium	Angelika Weikert, Hans-Peter Gehrke, Wolfgang Butz, Dr. Barbara Schmid, Elisabeth Hann von Weyhern
Bankverbindung	Sparkasse Nürnberg IBAN: DE24 7605 0101 0006 0107 89 BIC: SSKNDE77XXX

Impressum

Der Hospiz-Rundbrief erscheint zweimal jährlich.	
Herausgeber	Hospiz-Team Nürnberg e.V.
V.i.S.d.P.	Dirk Münch, 1. Vorsitzender
Redaktionsteam	Regine Rudert-Gehrke, Henny Wangemann, Helga Kuttner
Satz und Gestaltung	Grafisches Studio Frank Vetter info@grafisches-studio.de
Druck	Druckhaus Haspel Erlangen das@druckhaus-erlangen.de
Auflage	1000 Stück

Die Redaktion behält sich Kürzungen der eingesandten Artikel vor.
Für namentlich gezeichnete Beiträge ist der Verfasser/die Verfasserin verantwortlich.
Personenbezogene Daten dürfen nicht gewerblich genutzt werden.



Hospiz-Team Nürnberg e. V.
Telefon 0911 891205 - 10 Zentrale
Fax 0911 891205 - 28



Hospiz- und Palliativzentrum Nürnberg
Telefon 0157 77596292



Hospizakademie Nürnberg
Telefon 0911 891205 - 30 Zentrale
Fax 0911 891205 - 38



Hospiz- und Palliativstiftung Nürnberg
Telefon 0911 891205 - 10 Zentrale
Fax 0911 891205 - 28



SAPV Team Nürnberg GmbH
Telefon 0911 891207 - 40 Zentrale
Fax 0911 891207 - 68

