



HAMBURGER
HOSPIZ | Lebenswerte Zeiten

Hospizkultur

Ausgabe 13

April 2019



Lebenswerte Zeiten

Inhalt

Auf ein Wort	3
Kai Puhmann über Gesund + Aktiv und Hospiz	
Einblicke	4
15 Jahre ambulanter Hospizberatungsdienst	
Begleitungen und Gäste	16
Der Blick zurück	
Vertrauen oder Erschöpfung?	
Willkommen	18
Viviane Breitbart	
Gerhard Renner	
18 neue ehrenamtliche Kolleg*innen	
Haus und Hof	22
Hand in Hand schafft Ruhepausen	
Stirbt die Trauerkultur?	
Den Hafen im Hospiz verankert	
Teamtag: Betroffenheit und Improvisation	
Jahrestreffen Ehrenamt	
Interne Fortbildungen	
Große Pläne für größere Räume	
Denkanstoß	29
Hospiz für Hochbetagte?	
Trauerarbeit	34
Ich darf traurig sein	
Tage in Moll	
Öffentlichkeitsarbeit	36
Advent von besonderer Güte	
Aktionstag „das Älterwerden meistern“	
... und mehr	
Wir danken	38
Worte des Dankes an uns	41
Veranstaltungshinweise	44

Impressum

Redaktion:

Angela Reschke

Fotos:

Angela Reschke u.a.,
Fotos S. 6, 17 und 42: pixabay.com
Titelmotiv „*Heavenly Creatures Hamburg*“
von Otto Waalkes, www.ottokunst.de

Adresse:

Hamburger Hospiz e.V.
Helenenstraße 12
22765 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 – 38 90 75 -205
Fax: 040 – 38 90 75 -133
E-Mail: presse@hamburger-hospiz.de
Internet: www.hamburger-hospiz.de

Bankverbindung:

GLS-Gemeinschaftsbank
IBAN: DE 73 4306 0967 0044 0567 10
BIC: GENODEM1GLS
Stichwort: Bürgerschaftliches Engagement

Gestaltung:

Burkard Meyendriesch

Realisierung:

Werner Justen

Auf ein Wort

Liebe Leserinnen und Leser,

ein Hospizstand auf einer Messe mit dem Namen *Gesund + Aktiv* – das hat zunächst viele Besucher*innen am 2. Februarwochenende auf dem Messegelände in Schnelsen überrascht, erstaunt, irritiert. „Oh, Hospiz – soweit ist es bei mir noch nicht!“, das sagten viele, nachdem sie auf unseren Informationsstand gestoßen waren. Doch unsere schön gestalteten Postkarten, die zum Nachdenken über das Sterben anregen, waren häufig der Türöffner für intensive Gespräche über Erlebnisse rund um die Endlichkeit des Lebens: über gelungene und schwere Abschiede, Erfahrungen in Krankenhäusern, Pflegeheimen und in der Begleitung zu Hause. Eigene Wünsche zur letzten Lebenszeit wurden geäußert, manchmal philosophische Gedanken vorgetragen und von der Bedeutung der Spiritualität erzählt. Wir haben zugehört, haben beraten zu den Möglichkeiten einer umfassenden Unterstützung durch Hospiz zu unterschiedlichen Zeiten und Orten. Manch einen konnten wir neugierig machen auf das „Ehrenamt Hospiz“. All das im munteren Treiben des Messetages.

Tolle Unterstützung hatten wir



*Kai Puhmann, Geschäftsführer im
Hamburger Hospiz e.V.*

an beiden Tagen von unseren ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Einer, die zum ersten Mal dabei war, ging es zunächst ähnlich wie den Besucher*innen. Sie schrieb: „Ganz wohl war mir nicht, als wir zur Messe fuhren. Aber das hat sich schnell gelegt, nachdem ich gesehen habe, wie die erfahrenen Standbesetzer auf die Leute zugehen. Die Schwellenangst ist vorbei.“ Das freut uns, denn unsere Idee ist: Bürger*innen informieren Bürger*innen – im direkten Kontakt und auf Augenhöhe.

Gesund + Aktiv und Hospiz – ein Widerspruch? Aus unserer Sicht nicht. Gerade solche Veranstaltungen

gen ermöglichen es uns, mit vielen Menschen erstmals in Kontakt zu kommen und über unsere Angebote zu informieren. Mehr als 500 Kontakte hatten wir an beiden Tagen. Die Beschäftigung mit dem Lebensende

kann uns alle bereichern und dazu beitragen, das eigene Leben gesünder und aktiver zu führen.

In diesem Sinne wünsche ich viel Freude beim Lesen der neuen Hospizkultur.

Einblicke

Happy Birthday!

Der Ambulante Hospizberatungsdienst – auf dem Foto vertreten durch die Hospizkoordinatorinnen Cordula Reifegerste, Sandra Engels und Katja Fischer – wird von Butler George zum feinsten Champagner eingeladen. Zu Recht! Die 15-jährige ehren- und hauptamtliche Truppe hat all die Jahre weder Herz noch Kompetenz oder Einsatz gescheut und stand in Stunden der Not im-



Empfang durch Butler George



Feiernde Gäste

mer blitzschnell, unbürokratisch und kostenfrei Sterbenden und Angehörigen zu Hause, im Pflegeheim oder im Krankenhaus zur Seite! Mit einem Blumenstrauß aus vielseitigen Beiträgen würdigen wir diese Arbeit.

Kurzweilige Feier

Fröhlich gefeiert wurde am 7. Februar in der *Cantina fux & ganz* in der Ex-Viktoria-Kaserne. *Butler George* verwöhnte ankommende Gäste aufs

Vornehmste, überbrachte die Grüße der Queen und moderierte durch den kurzweiligen Abend. So begrüßte Dr. Liane Melzer, Bezirksamtsleiterin in Altona mit besonders warmherzigen Worten und würdigte das Engagement der haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Im Duett schauten Elke Huster-Nowack, die 1. Vorsitzende im Verein, und Geschäftsführer Kai Puhlmann dann auf die Anfänge der ambulanten Hospizarbeit. Sie berichteten von dem Grundstein dieser Arbeit, der bereits vor fast 30 Jahren gelegt wurde, und würdigten die darauf aufbauende Pionierarbeit unter Leitung von Angela Reschke. Als Dienstälteste gab Cordula Reifegerste in ihrer Ansprache dann einen schönen Überblick über alles, was heute den ambulanten Hospizberatungs-



Kai Puhlmann mit Elke Huster-Nowack

dienst ausmacht. Im anschließenden „Butler-Interview“ begeisterten die ehrenamtlichen Hospizler*innen Elisabeth Hanselmann und Carsten Wode, die ihre Freude am Ehrenamt spielend leicht auf die Gäste übertrugen. Leider konnten nicht alle ehrenamtlichen Hospizler*innen an dem rauschenden Fest teilnehmen. Sieben von ihnen überbrachten aber Videobotschaften. Die amüsant-abwechslungsreichen Einblicke kamen mal aus dem häuslichen Wohnzimmer, mal aus dem fernen Indien. Lebendig, fantasievoll und unterhaltsam! So fassten unsere Gäste die Feier zusammen und vergaßen auch nicht, das leckere Essen und die gemütlichen Räumlichkeiten zu loben.



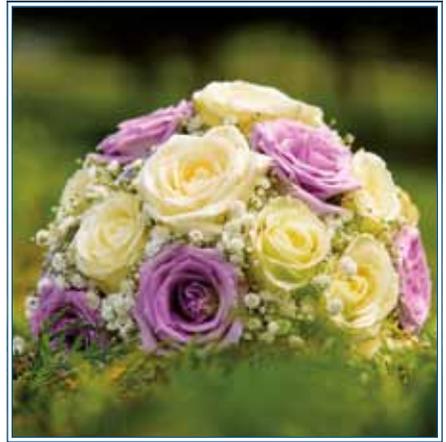
„Butler-Interview“

Kooperationspartner*innen gratulieren

Die ehrenamtliche ambulante Hospizarbeit ist das Fundament der Bürgerbewegung Hospiz. Aktuell besuchen nahezu 90 Hamburger Hospizler*innen Menschen am Lebensende und Angehörige in deren Wohnungen, im Pflegeheim und im Krankenhaus. Hier begleiten und unterstützen sie. In den Gründungsjahren waren die mitmenschlich Tätigen weitestgehend auf sich gestellt. Heute jedoch existiert ein stabiles Netz aus spezialisierten Angeboten und Dienstleistern, die das Leid Sterbender palliativ lindern und eng mit den Hospizbürgern zusammenarbeiten. Drei Kooperationspartner gratulieren und berichten.

Das **Malteserstift St. Theresien** ist Kooperationspartner seit 2006. Dort engagiert sich **Christine Meinschmidt** als Hausleitung.

*Dem ambulanten Hospizberatungsdienst gratulieren wir sehr herzlich zum 15. Jubiläum! Seit 2006 besteht nun schon unsere Kooperation. Zwei Anlässe bringen uns immer wieder zusammen. Zum einen laden wir die jeweils aktuellen Kurs Teilnehmer*innen ein bei uns ein Praktikum zu machen. So organisieren wir zum Beispiel für vereinsam-*



Herzlichen Glückwunsch!

*te Bewohner*innen oder solche, die besondere Ereignisse zu verkraften haben, über eine begrenzte Zeit Besuche. Unsere Bewohner*innen erhalten Begleitung zu Spaziergängen, Gesprächspartner*innen oder einfach nette Gesellschaft, die für Abwechslung sorgt. Zum anderen können wir das ambulante Team immer dazu bitten, wenn sich eine Bewohner*in in einem schwer zu verkraftenden Abschieds- oder Trauerprozess befindet. Zu wissen, dass die Bewohner*innen im Sterben begleitet werden, erleichtert natürlich auch die Pflegenden sehr!*

Worüber wir uns ebenfalls sehr freuen, ist die offene und ehrliche Kommunikation über alles, was gut oder auch mal nicht so gut läuft. Diese partnerschaftliche Zusammenarbeit ist so erfolgreich und berei-

*chernd und ist natürlich auch ganz im Sinne unserer Bewohner*innen! So soll es bleiben! Das wünschen wir uns und dafür sagen wir herzlichen Dank!*

Mit seinem **Goldbach PalliativPfle-geTeam** arbeitet **Sven Goldbach** oft Schulter an Schulter mit den ambulanten Hospizlern zusammen. Mit vereinten Kräften tragen sie dazu bei, dass Sterbende zu Hause verbleiben können.

Lieber Ambulanter Hospizberater, seit mehr als 10 Jahren dürfen wir mit Ihnen arbeiten. In dieser Zeit hat sich so vieles verändert und weiterentwickelt. Und trotzdem haben wir nie den Zusammenhalt verloren, sondern sind stets weiter zusammengewachsen. Ihre regelmäßige Teilnahme an unseren Fallbesprechungen mag ich mir heute gar nicht mehr wegdenken. Sie bringen die Perspektive aus der mitmenschlichen Begleitung hinein und vervollständigen so das Bild der Lebensumstände, Wünsche und Möglichkeiten. Ihre Fragen und Hinweise verstärken und erweitern den Blick für alles, was neben der Symptomlinderung für die Begleiteten noch wichtig ist. Dies ist ein so großer Zugewinn für unser Team, die Patienten und (ich denke) auch für Sie.

Gemeinsam haben wir sehr viele Menschen begleitet, die den Wunsch hatten in Ihrer Häuslichkeit sterben zu dürfen. Wir haben alles getan, damit sich dieser Wunsch erfüllen kann. Auch darauf schauen wir gerne!

Unser letztes Projekt der „Ehrenamtlichen Notfallnachtwachen“ hat eine ganz neue Dimension der Zusammenarbeit mit sich gebracht und die Versorgungssituation der Patienten und ihrer Angehörigen besonders in psychosozialen Krisensituationen noch einmal deutlich verbessert. Mein Team und ich sind von ganzem Herzen sehr dankbar für den großen Einsatz und die Unterstützung, die jeder von Ihnen, ob Hauptamtlicher oder Ehrenamtlicher, für die Patienten einbringt. Wir freuen uns auf weitere spannende Jahre der Kooperation und wünschen Ihnen für die nächsten 15 Jahre gutes Gelingen, viel Kraft und weiterhin so viel Freude an Ihrer Tätigkeit.

Jüngste Kooperationspartnerin ist die **Palliativstation in der Asklepios Klinik Altona**. Dort leitet **Miriam Eckert** die Station. Zufrieden blickt sie auf die bislang zweijährige Zusammenarbeit.

Anfang Januar 2016 eröffneten wir unsere Palliativstation in der Asklepios Klinik Altona mit 11 Betten.

Nach dem Vorbild der Palliativstation im AK Westklinikum überlegten wir, in welcher Form wir mit ehrenamtlichen Besucher*innen zusammenarbeiten wollen. Das herauszufinden war zunächst nicht so einfach. Zum einen war uns klar, dass wir im Klinikalltag nicht immer Zeit haben würden Gespräche anzubieten und Gesellschaft und Beistand zu spenden. Zum anderen fragten wir uns, was ehrenamtliche Hospizler*innen für Möglichkeiten und Wünsche mitbringen würden. Nur wenige Monate nach der Eröffnung nahmen wir die Zusammenarbeit mit dem Ambulanten Hospizberatungsdienst auf. Unser aktuelles Modell der regelmäßigen Besuche eines festen ehrenamtlichen Teams entwickelten wir schnell. Es hat sich sehr bewährt.

Heute bedeutet die Zusammenarbeit für unsere Pflegeexperten Entlastung und für die Patient*innen ungeteilte Aufmerksamkeit. Das Ehrenamt sitzt ohne Druck am Bett, führt Gespräche oder kann einfach nur da sein und die Hand halten. Es kann die Patientin/den Patienten völlig unvoreingenommen annehmen und begleiten. Deshalb ist diese Zusammenarbeit von hoher Bedeutung, und wir sind sehr froh über die Unterstützung.

Wir ergänzen uns richtig gut, und

das Ehrenamt geht mit den oft herausfordernden Situationen verantwortungsvoll um. Wechselnde Patient*innen und der Stationsalltag unterscheiden diese Arbeit ja von der Arbeit mit Menschen in ihrem eigenen Zuhause. Wir stehen immer im Austausch mit dem Ehrenamt und führen eine gegenseitig wertschätzende Kommunikation. Wir freuen uns, dass es uns so gut unterstützt und für die Patient*innen da ist.

Wir wünschen uns, dass es immer Menschen geben wird, die sich ehrenamtlich engagieren und mit ihrer Empathie und Liebe eine so wertvolle Arbeit leisten.

Und dem Ambulanten Hospizberatungsdienst wünschen wir weiterhin viel Freude und Kraft für die Arbeit und sagen „Herzlichen Glückwunsch zu 15 Jahren ambulanter Hospizarbeit!“

Vision für ambulante Hospizarbeit

2004 geht die Diplompsychologin Angela Reschke zuversichtlich an den Start, um den ambulanten Hospizberatungsdienst aufzubauen – zunächst mit 10 Wochenstunden. Eine Vision begleitet sie. Sie blickt zurück.

1993 starb meine Freundin. Zwei Jahre haben wir sie im engen Kreis intensiv begleitet. Dabei waren wir oft



Angela Reschke

fassungslos angesichts des dramatischen Krankheitsverlaufs. Auch die Tatsache, dass sie als alleinerziehende junge Mutter krankheitsbedingt immer wieder ihren kleinen Sohn verlassen musste, entsetzte und erschütterte uns zutiefst.

Zu dieser Zeit bestanden unsere Lebensthemen eigentlich aus Weltreisen, niedlichen Kleinkindern und Babys, die erwartet wurden, großen Zukunftsplänen, auf- oder abblühenden Liebesbeziehungen, ach ja und unseren Berufsanfängen.

Wir waren noch recht jung und fest entschlossen, für unsere Freundin alles uns zur Verfügung stehende zu tun und zu geben. Und doch konnten wir sie nicht durch die dunkelsten Momente tragen.

Im Unterstützerkreis tauchte plötzlich die Inhaberin unseres Bio-

*ladens auf, eine etwas kleingeratene, rothaarige, gut gelaunte und energische ältere (relativ zu uns) Dame. Gunda Brüning war damals in Hamburg damit beschäftigt ihre Vision von Hospiz zu verwirklichen. Zu dieser Zeit glich die palliative Versorgung tödlich Erkrankter in Deutschland (bis auf wenige Ausnahmen) einer Wüstenlandschaft! In Institutionen wurde sehr makaber und unwürdig gestorben. Sterbende wurden allzu oft in Nebenräume wie Abstellkammern abgeschoben und alleingelassen. Anderen sollte der Anblick Sterbender erspart bleiben. Starke Schmerzmittel wurden unsinnigerweise wegen möglicher Nebenwirkungen wie Suchtgefahr vorenthalten. Schwerst-erkrankte, Angehörige und Trauernde wurden oft verschreckt gemieden, nicht nur von Nachbarn und Bekannten, auch medizinische und pflegerische Helfer*innen verbrachten vergleichsweise wenig Zeit an ihren Krankenbetten. Zugleich waren psychosoziale Angebote kaum existent! Zusammenfassend: Kaum einer hätte die Frage beantworten können, was Hospiz- oder Palliativarbeit eigentlich sei.*

So lernte ich Hospizarbeit über die Gründerin des Hamburger Hospiz e.V. kennen. Sie besuchte unsere Freundin fortan regelmäßig, war in Notsi-

tuationen erreichbar und wurde fester Teil unseres Unterstützernetzes. Für mich veränderte sich dadurch die Lage, etwas wie Gehaltensein gesellte sich atmosphärisch dazu. Das war eine spürbare Entlastung! Dabei war das durch nichts Objektives zu erklären. Frau Brüning erlebte ich zwar als sympathisch und liebevoll, aber von ihr gingen weder Heldentaten noch kluge, erlösende Worte aus, und ganz fehlerfrei war sie auch nicht. Aber sie war da und sie blieb!

Ich war Psychologiestudentin, als meine Freundin starb. Zunächst stand ich der Idee, mich selbst im Hospizbereich zu engagieren, sehr ablehnend gegenüber! Ich konnte mir nicht vorstellen, wie ich mich nach dieser schweren Erfahrung jemals freiwillig dem Tod zuwenden wollen würde. Doch aus Respekt wollte ich dem damaligen Freundeskreis im Hamburger Hospiz einen Besuch abstatten. Ich stand in der Tür des Vereinsraums, hatte mich noch nicht annähernd im Raum orientiert, als mich mit Macht eine Gewissheit erfüllte. Eines Tages würde ich die ambulante Hospizarbeit in diesem Verein aufbauen. Natürlich berührte mich diese außergewöhnliche Erfahrung, die dem Verstand ganz entgegen lief, tief, aber ich habe an meiner Berufung fortan niemals gezweifelt.

Wie genau sollte sich die Vision erfüllen? Mein Bild war damals noch unscharf. Doch ich habe intensiv um meine Freundin getrauert und nie infrage gestellt, dass die Trauerarbeit im Hospiz genauso vorkommen muss wie die ambulante und stationäre Hospizarbeit. Ganz natürlich erschien mir auch, Betroffenen Zugang zu Informationen und Bildung zu ermöglichen und ihnen den Rücken so zu stärken, dass sie ihren Wunsch nach Selbstbestimmung am Lebensende verwirklichen können. Auch dass Hospiz ein breites Unterstützernetz braucht, einen Freundeskreis, war mir ad hoc klar.

Von 1993 bis 1995 wirkte ich im Freundeskreis des Hamburger Hospiz e.V. mit und engagierte mich in der Trauer- und Öffentlichkeitsarbeit. Danach brauchte ich Geduld, bis sich meine Berufung wieder bei mir meldete. Bei einer Entrümpelungsaktion in einem Messiehaushalt war es dann soweit. Beim Entsorgen eines Zeitungsstapels stieß ich auf die Anzeige des Hamburger Hospiz e.V. „Beraterin zum Aufbau des ambulanten Arbeitsbereiches gesucht“. Bewerbungsfrist? Heute!

Am 2. Januar 2004 hatte ich meinen ersten Arbeitstag, und nun feiert der ambulante Hospizberatungsdienst mit drei Hauptamtlichen und

nahezu 90 Ehrenamtlichen seinen 15. Geburtstag. Der Aufbau und die Etablierung des ambulanten Angebotes ist eine Erfolgsgeschichte! Ich glaube, dass meine Freundin uns kräftig beim Auf- und Ausbau geholfen hat. Aber nicht nur sie, sondern alle Ahnen, die die haupt- und ehrenamtlichen Hospizler*innen im Herzen tragen, bzw. unsere Liebe zu ihnen und zum Leben.

Nächtliche Pionierarbeit

Sandra Engels engagiert sich seit 2004 hauptamtlich im Hamburger Hospiz e.V. Die auf Palliative Care spezialisierte Fachpflegekraft begleitete zunächst die Gäste im stationären Hospiz, ehe sie 2012 in den ambulanten Hospizberatungsdienst wechselte. Im Gespräch mit Angela Reschke stellt die Hospizkoordinatorin das im ambulanten Hospizberatungsdienst entwickelte Projekt „Nächtliche Begleitung“ vor, für das sie die Ansprechpartnerin ist.

*Im ambulanten Hospizberatungsdienst hat sich eine kleine Gruppe ehrenamtlicher Hospizler*innen gefunden, die nächtliche Begleitungen anbieten. Wie kam es dazu?*

SE: Die meisten Sterbenden möchten bis zuletzt zu Hause verbleiben. In den letzten Lebenstagen können



Sandra Engels

sich Symptome aber noch einmal verändern, die die Angehörigen besonders in der Nacht herausfordern. Manch einen verlässt dann schließlich die Kraft. Der Bedarf ist also gerade in den letzten Lebenstagen groß! Zudem ist jeder Krankenhausaufenthalt, der nun vermieden werden kann, ein Segen! Nächtliche Begleitungen können dazu beitragen.

Gehören solche Einsätze grundsätzlich ins Ehrenamt Hospiz?

SE: Solche Begleitungen sind nicht weit verbreitet. Auch wir bieten das bisher nur an, wenn Betroffene von den Palliativ-Partnern im Rahmen einer SAPV betreut werden. Für uns ist das Projekt Pionierarbeit.*

*(*Anmerkung: Siehe dazu den Beitrag von Sven Goldbach auf der übernächsten Seite)*

Ein tolles Angebot! Gab es auch Bedenken?

SE: Anfänglich haben wir uns gefragt, ob es ausreichend Ehrenamtliche geben wird, die diese besondere Aufgabe übernehmen wollen. Und natürlich wollten wir das Ehrenamt keinesfalls überfordern. Wir mussten sicherstellen, dass sie im Notfall jemanden verständigen könnten. Außerdem konnten wir nicht wissen, ob uns eine Flut von Anfragen erreichen würde. Schließlich mussten wir dieses Angebot von professionellen Angeboten abgrenzen. Es gab also eine Menge zu bedenken!

Wann kommen nächtliche Begleitungen in Frage?

SE: Sterbende haben zuweilen unruhige Nächte, vielleicht weil sie Angst haben oder weil sie den Abschiedsprozess verarbeiten und ausdrücken. Dabei ist manch einer leicht verwirrt oder leidet unter vielfältigen Symptomen. Dann tut die einfühlsame Gesellschaft eines anderen oft gut. Schließlich erleben manche eine Umkehr im Tag und Nacht-Rhythmus. Das kann erschöpfte Angehörige sehr herausfordern! Nicht zuletzt äußern Angehörige zuweilen große Angst vor der Nacht, insbesondere vor dem Alleinsein!

Gibt es Situationen, in denen Ehrenamtliche keine nächtliche Begleitung übernehmen?

SE: Ehrenamtliche wissen, dass nicht

immer alle Risiken und Veränderungen vorhersehbar sind. Sie entscheiden, ob sie die Begleitung nur dann übernehmen, wenn auch Angehörige vor Ort sind. Trotzdem übernehmen Ehrenamtliche keine nächtlichen Begleitungen, wenn Erkrankte unter einer sehr starken Unruhe leiden oder völlig desorientiert sind und mit großer Abwehr, zum Beispiel aggressiv auf neue Personen reagieren. Auch eine zu erwartende große Blutungsneigung kann ein Ausschluss sein.

Wie werden Ehrenamtliche aufgefangen, wenn doch eine Notfallsituation entsteht?

*SE: Die Hospizler*innen werden sehr gut in die Situation eingewiesen und sie erhalten eine Notfallnummer vom Palliativteam, das jederzeit sofort erreichbar ist. Entlastend ist auch der Umstand, dass sich die Erkrankten und ihre Angehörigen gegen weitere invasive Maßnahmen entschieden haben. Schließlich bieten wir vom Leitungsteam im Anschluss an jeden Einsatz eine Nachbesprechung an. Das ist doch selbstverständlich!*

Ambulantes Sein, Schaffen und Werden

Mit zunehmenden alters- und krankheitsbedingten Einschränkungen wird die vertraute Wohnung zu dem

Ort, an dem wir unsere Selbstständigkeit und Selbstbestimmung und damit unsere Lebensqualität am ehesten aufrechterhalten können. Hier möchten wir bleiben, auch wenn wir sterben! Cordula Reifegerste und Katja Fischer sind zwei von drei Hospizkoordinatorinnen im ambulanten Hospizberatungsdienst, der seit vielen Jahren dazu beiträgt, dass dies gelingt. Cordula Reifegerste ist Diplompsychologin, Katja Fischer ist Palliativpflegefachkraft und Sozialarbeiterin, beide beraten Menschen am Lebensende und deren Angehörige. Zudem vermitteln sie professionelle Unterstützung sowie ehrenamtliche Begleiter*innen. Angela Reschke blickt mit ihnen auf das ambulante Sein, Schaffen und Werden.

Cordula, 15 Jahre ambulante Hospizarbeit sind geschafft, was bedeutet das?

*CR: Wir haben uns von einem kleinen Hospizdienst mit 15 ehrenamtlichen Kolleg*innen im Gründungsjahr und einer hauptamtlichen 20-Stunden-Kraft zu einem stattlichen Hospizberatungsdienst entwickelt! Mittlerweile bestehen wir aus einem dreiköpfigen multiprofessionellen Team mit 90 Wochenstunden und 88 geschulten und außerordentlich engagierten ehrenamtlichen Mitarbei-*

*ter*innen.*

Wie viele Menschen erreicht ihr?

CR: Jährlich begleiten wir etwa 150 Einzelpersonen und Familien, nicht nur in deren Wohnungen, sondern auch in Pflegeheimen und Krankenhäusern.



Cordula Reifegerste

Ein erfolgreiches Team!

CR: Erfolg ist mehr als eine Zahl: Hinter jeder Begleitung stehen Menschen und Schicksale. Jede Begleitung ist wie jeder Mensch individuell in seinen Nöten und in dem, was er braucht.

Was ist also eine gute Begleitung?

CR: Meine Antwort ist darauf: wenn sie wirksam ist. Wobei die Wirksamkeit sich selbstredend daran orientiert, was sie für den Einzelnen in seiner individuellen Bedürftigkeit bedeutet. Das kann das Zuhören sein, das stille Dasein, das kann der Wert eines neu-



Katja Fischer

tralen Gesprächspartners sein, dem ich alles konsequenzlos mitteilen und zumuten kann, das kann Alltagshilfe sein, das ist Raum und Zeit geben für die Wut, die Verzweiflung oder die Tränen, die oft aus Rücksichtnahme auf die Angehörigen zurückgehalten werden, das kann Ablenkung sein, einmal nicht über die Erkrankung reden müssen oder einfach der stille Händedruck, wenn Worte nicht mehr möglich oder eben auch nicht mehr nötig sind.

Worin siehst du die besondere Stärke eures Teams?

CR: Nun, wir blicken aus unterschiedlichen und einander gut ergänzenden Perspektiven auf unsere Herausforderungen und Aufgaben. Das bereichert die jeweils eigene Sicht immer sehr. Wir sind ein sehr ausgeglichenes Team, das vertrauensvoll zusam-

menarbeitet und mit viel Freude bei der Sache ist.

Zudem kooperieren wir in Netzwerken, in denen sich eine überaus kollegiale, offene Gesprächskultur etabliert hat. Hier ist jeder mit seiner Kompetenz am richtigen Platz und erhält die Wertschätzung der anderen. Auch verbindet uns unsere Haltung. Wir orientieren uns stets an den Bedürfnissen der Betroffenen.

*Darüber hinaus wird unsere Arbeit durch viele Hospizkolleg*innen unterstützt, so auch von dir, Angela, durch deine engagierte Öffentlichkeitsarbeit. Und last but not least können wir uns immer auf den Rückhalt der Geschäftsführung verlassen! Wir arbeiten unter Bedingungen, in denen Arbeit gut gelingen kann!*

Die ambulante Hospizarbeit im Hamburger Hospiz ist eine runde Sache. Doch wie könnte sich das Angebot weiterentwickeln, Katja?

KF: Wir haben gerade in den letzten Jahren Neues aufgebaut und viel erreicht, wie unser Projekt „Nächtliche Begleitung“ und die Zusammenarbeit mit der Palliativstation in Altona. Beide Konzepte haben inzwischen die Pionierphase verlassen und sind in unserem Dienst etabliert.

Doch natürlich gibt es Themen, die uns darüber hinaus beschäftigen, wie die intensivere Zusammenarbeit

mit anderen ambulanten Hospizdiensten. Gemeinsam können wir den Bekanntheitsgrad der ambulanten Hospizarbeit erhöhen – können wir doch viel früher helfen, als die stationäre Hospizarbeit es kann! So entsteht beispielsweise gerade ein Flyer, der das hamburgweite Angebot der Hospizdienste veranschaulicht.

Braucht es weitere Kooperationspartner?

KF: Gerne würden wir weitere Pflegeheime als Kooperationspartner gewinnen, bzw. bestehende Kooperationen ‚mit mehr Leben füllen‘, denn gerade sozialvereinsamte, erkrankte Hochbetagte erreichen wir ohne die Unterstützung anderer Professioneller nur schlecht.

Auch würden wir uns über intensivere Kontakte zu Hausärzten freuen. Es ist so wichtig, Betroffene mit unseren Angeboten rechtzeitig erreichen zu können!

Schließlich möchten wir natürlich neben der Palliativstation auch Krankenhauspatienten stationsübergreifend erreichen. Da braucht es noch sehr viele Informationsgespräche und Vereinbarungen mit ‚der Basis‘, nachdem die leitenden Krankenhausmitarbeiter*innen ihre Unterstützung bereits zugesagt haben.

Die Grenzen der finanziellen, personellen und räumlichen Ausstattung einmal nicht mitgedacht: Welche kühnen Visionen könnte euch eine Wunschfee in den nächsten 15 Jahren erfüllen?

KF: Ich finde es wichtig, Betroffene in ihrer Selbstwirksamkeit zu stärken! Dies gelingt meiner Meinung nach außerordentlich gut durch Tageshospize mit dem Fokus auf die Aktivierung der Erkrankten wie auch der Angehörigen. Und ja, die Beteiligung der Bevölkerung im Sinne einer ‚sorgenden Gemeinde‘ würde das Vertrauen der Menschen für ihren Umgang mit dem Lebensende stärken und dem Auseinanderdriften von Hospizarbeit und der professionellen Palliative Care entgegenwirken können.

CR: Schön wäre es außerdem, wenn es uns gelingen könnte mehr Männer und mehr Menschen mit Migrationshintergrund für die Hospizarbeit zu gewinnen.

KF: So ist es auch an uns, nicht nur auf die „Wunschfee“ zu hoffen, sondern selbst aktiv zu werden.

Vielen Dank für das Gespräch!

Begleitungen und Gäste

Der Blick zurück

Ich blicke zurück auf die Begleitung meiner 92-jährigen Mutter, Jutta Grähn, im Hamburger Hospiz im Hehlenstift. Es war eine Zeit von 7 Wochen, die wir gemeinsam im Hospiz verbrachten. Zuvor hatten wir bereits mehrere todesnahe Situationen in der Wohnung meiner Mutter und auch im Krankenhaus durchlebt.

Obwohl meine Mutter ihre Freiheit und Unabhängigkeit über alles liebte, mochte sie am Lebensende nicht mehr allein sein. Daher bezog ich im Hospiz ein Gästebett in ihrem Zimmer. „Wie schön, dass Du bei mir bist“ und „Danke, dass Du immer für mich da bist“, waren oft gesprochene Worte von ihr an mich. Ihre tiefe Dankbarkeit hat mir die Kraft gegeben rund um die Uhr bis zum letzten



Mutter und Tochter

Atemzug bei ihr zu sein.

*Die Pflegekräfte und Mitarbeiter*innen des Hospizes erleichterten in vieler Hinsicht die Situation. Sie kümmerten sich bestens um die Pflege und die sonstige Versorgung und halfen mit, das Leben für meine Mutter noch lebenswert zu gestalten.*

So konnte ich in aller Ruhe und Aufmerksamkeit meine Mutter begleiten. Wir konnten uns ganz aufeinander einlassen, miteinander sprechen und miteinander schweigen, entspannt den Moment leben, lachen und weinen – in der Spannung des Bewusstseins, dass die Sterbestunde und der Abschied kommen werden.

Jedes gemeinsame Aufwachen am Morgen erlebte ich als ein Geschenk. Was wird der neue Tag uns bringen? Wir lebten die Zeit, die uns gemeinsam verblieb, sehr intensiv.

Neben den gewöhnlichen Tagesabläufen gab es besondere Ereignisse: so die Besuche von Menschen unseres Lebens, die Anteil nahmen und die Situation mit trugen. Aber auch Telefonate mit Menschen, die nicht kommen konnten, bereiteten ihr Freude, solange die Kräfte dazu vorhanden waren.

In früheren Jahren stand meine Mutter als Flamencotänzerin auf der

Bühne. Als sie bei Filmaufnahmen und spontan bei einer Fotosession im Hospiz mitwirken konnte, mochte sie das natürlich sehr!

Im Laufe der 7 Wochen begegnete ich auch anderen Gästen und ihren Angehörigen. Ich habe so manche Kerze im Eingangsbereich für Verstorbene brennen sehen. Besonders gern erinnere ich mich an Frau K. im Nachbarzimmer, die so gut wie täglich besucht und liebevoll von Frau A. U. betreut wurde. Auf dem Flur, in der Küche, auf den Balkonen ergaben sich viele wohltuende Gespräche miteinander.

Für mich (71 Jahre) war diese intensive Zeit ein tiefes Eintauchen in die Welt des Sterbens und damit in die besondere Atmosphäre des Hospizes. Unseren Einzug am Ostersonntag und dann die Sterbestunde meiner Mutter am Pfingstmontag betrachtete ich als eine ‚heilige‘ Zeit.

So blicke ich in inniger Dankbarkeit zurück – mit Dank an meine Mutter, die bis zum letzten Atemzug ihr Ableben mit mir teilte, und mit Dank an alle fürsorglichen Pflegekräfte, die uns Tag und Nacht begleitend zur Seite standen.

Vertrauen oder Erschöpfung?

Meine nächtliche Begleitung ist mir sehr nahegegangen! Herr Z. liegt sediert in seinem Krankbett und wird von seiner Frau betreut. Beide sind noch so jung – sie könnten meine Kinder sein! Seit dem Wochenende bekommt Herr Z. keine Flüssigkeits- oder Nahrungszufuhr mehr – nur noch lindernde Medikamente. Seine junge Frau wirkt sehr gefasst. Sie geht schlafen, nachdem wir nicht mehr als drei Sätze gewechselt haben. Dieses Vertrauen überwältigt mich, oder ist es einfach nur ihre völlige Erschöpfung? Die Situation rührt mich sehr an. Ich spüre, wie wichtig es ist, dass ich jetzt hier bin und für die nächsten Stunden entlaste. Dann bin ich mit all meiner Aufmerksamkeit bei Herrn Z..

In der Nacht, gegen 3:00 Uhr, habe ich der Frau geholfen ihren Mann anders zu betten, damit er sich



Nachthimmel

nicht wundliegt ... Gegen 5:00 Uhr dämmert es und ich bin, wie verabredet, nach Hause gegangen. Draußen empfangen mich die ersten Vogel-

stimmen des Tages. Die Begegnung mit diesem Ehepaar wird mich noch eine Weile begleiten.

Willkommen

Die 25-jährige **Viviane Breitbart** vervollständigt seit November 2018 das stationäre Pflgeeteam. Die reiselustige Heidelbergerin hat ihre Ausbildung zur Krankenpflegerin in Dresden absolviert. Dort lernte sie während eines Praktikums ambulante Hospizarbeit kennen. Sie war begeistert, als sie erlebte, wie der Mensch als selbstbestimmtes Wesen verstanden und seine Selbstbestimmtheit bis zum Lebensende gewahrt wird. Fortan engagierte sie sich ehrenamtlich als Hospizbegleiterin. Dann rief die Liebe sie nach Ham-

burg, wo sie nun mit ihrem Freund zusammenlebt. Sie stellt sich vor.

Ich erlebe Hospiz als einen lebensbejahenden Ort der Geborgenheit für tödlich Erkrankte und Sterbende. Hier tun wir alles dafür, um auf ihre Bedürfnisse einzugehen und ihre Selbstbestimmung umzusetzen. Was ich besonders schön finde: Die Angehörigen und Freunde der Gäste sind gleichfalls immer willkommen. Wie der Hospizgast befinden auch sie sich in einer schwierigen Lebenslage. Mit meiner Arbeit möchte ich Hospizgäste, ihre Angehörigen und Freunde begleiten und ihnen Sicherheit, Kraft und Mut geben. Und ich hoffe auch, dass der Tod in der Gesellschaft eines Tages wieder als Teil des Lebens akzeptiert wird und die Menschen einen offeneren Umgang damit finden.

Mir ist es wichtig, Menschen offen und ohne Vorurteile zu begegnen, Dinge zu akzeptieren wie sie sind und zu versuchen etwas Gutes in allem zu sehen. Meine Haltung hilft mir bei dieser Arbeit sehr und berei-

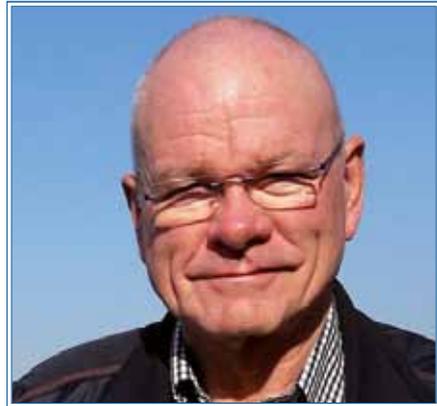


Viviane Breitbart

chert auch sonst mein Leben!

Ich setze mich gerne für Hospiz ein, doch in meiner Freizeit unternehme ich viel mit Freunden und meinem Freund. Ich bin gerne draußen unterwegs mit dem Fahrrad oder zu Fuß, ich bin oft in anderen Städten und besuche Freunde oder meine Familie, aber ich gehe auch gerne wandern und genieße die Natur.

Wir heißen unseren neuen Schatzmeister **Gerhard Renner** herzlich willkommen! Sich intensiv zu engagieren und viel Verantwortung zu tragen, liegt dem 1947 Geborenen offenkundig im Blut. Über viele Stationen engagierte sich der gelernte Bankkaufmann und Betriebswirt Gerhard Renner für die Deutsche Angestellten Gewerkschaft (DAG). In dieser Zeit war er u.a. Bundesvorstandsmitglied und Sprecher des Vorstandes der Deutschen Angestellten-Wohnungsbau Aktiengesellschaft. Schließlich leitete er durch Übernahmen bis zu seinem Ruhestand 2011 die meravis Wohnungsbau und Immobilien GmbH & Co.KG mit mehr als 6000 Wohnungen in Hamburg. In seinem „Unruhestand“ engagierte sich der gebürtige Stuttgarter dann im Präsidium des Sozialverbandes Deutschland (SoVD). Er ist verheiratet und hat zwei erwachsene Söhne



Gerhard Renner

und zwei süße Enkelkinder. Was ihn bewogen hat erneut eine verantwortungsvolle Aufgabe zu übernehmen, schildert er hier.

Durch die Tätigkeit als Gewerkschafter, für den SoVD, sowie als alternierender Sprecher des Vorstandes der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (Ehrenamt von 1974 bis 2005) oder auch als zeitweiliges Mitglied des Rates der Stadt Uetersen, standen für mich die menschlichen Belange und Bedürfnisse immer ganz oben an. Und da unser aller Leben endlich ist, habe ich mich mit dem Ende meines Lebens beschäftigt. Auch in der Familie und im Umfeld sterben ja Menschen, die einem nahe stehen.

Da ich mich fit fühle und alle anderen Aufgaben aufgegeben hatte, habe ich beim Sommerfest 2018 im Hamburger Hospiz schnell ja gesagt, als man mich bat, als Nachfolger für

Herrn Dr. Selk als Schatzmeister in den Vorstand einzutreten. Ich bin dankbar, dass es eine solche Einrichtung gibt, und möchte meinen Teil dazu beitragen, dass die Arbeit ‚funktioniert‘ und unsere Gäste sich gut aufgehoben fühlen. Mein Lebensmotto ist simpel, da ich glücklicherweise noch jeden Morgen ohne Probleme oder Schmerzen aufstehen kann: Ich will den mir geschenkten Tag nutzen, denn die Dinge, die man jetzt nicht tut, wird man u.U. niemals mehr tun können. Erinnerungen, wenn sie schön sind, sind ja etwas Wunderbares, aber ändern kann man ohnehin nichts mehr. Also denke ich nach vorne und will etwas von dem mir im Leben Geschenkten zurück- und weitergeben. Ich hoffe, ich kann das noch einige Zeit tun.

Obwohl ich beruflich sehr viel unterwegs war, reise ich immer noch gerne. Die Ziele können dabei sehr exotisch sein. So erfüllt man sich Jugendträume, und man muss es tun, solange man noch die Kraft hat. Dazu kommt mein Interesse an Literatur, Musik, Theater, Familie, Freunde, Sport, Briefmarken und an der Modelleisenbahn. Die Tage sind neben dem erfreulichen Umgang mit den Enkelkindern und „ein bisschen Haushaltshilfe“ reichlich ausgefüllt. Man muss die Ruhepunkte schon einplanen, denn man wird ja nicht jünger. Für

mich ist es ein Genuss auf dem Deich oder am Berg oder im Wald zu stehen und die Welt und die Natur zu betrachten.

14 Frauen und 4 Männer fanden sich im November 2018 im Kurs „Ehrenamtliche, ambulante Hospizarbeit“ ein. Im Anschluss an die 100 Stunden umfassende, qualifizierte Vorbereitung begrüßen wir die Truppe zum zweiten Mal, nun aber als ehrenamtliche Kolleg*innen. Wir freuen uns sehr auf die Zusammenarbeit, die frischen Wind mit vielen neuen Talenten und Impulsen verspricht.

Ein neuer Kollege und Impulsgeber ist der 70-jährige **Micha Steinberg**. Der ehemalige Lehrer ist verheiratet und Vater von zwei erwachsenen Töchtern. Er berichtet von seinem Weg zu uns und von dem, was er im Kurs erlebt hat.

An einem trüben Dezembertag 2016 betrat ich zum ersten Mal das Helenen-Hospiz; ich besuchte einen Freund, der hier als Gast seine letzten Lebenswochen verbrachte – Hirntumor, plötzlich auftretend, unheilbar.

Die Atmosphäre des Hauses faszinierte mich sofort: eine einladende Offenheit und geradezu heitere Stimmung empfingen mich. Dieser erste Eindruck bestätigte sich bei weiteren



*Neue ehrenamtliche Kolleg*innen; 2. Reihe links Micha Steinberg*

Besuchen bis zum Tod des Freundes und später bei Veranstaltungen, zu denen ich eingeladen wurde.

So hat sich fast folgerichtig ergeben, dass ich an einem Qualifizierungskurs zum ehrenamtlichen ambulanten Sterbebegleiter teilnehmen wollte, und ich bin aus einer großen Gruppe von Bewerberinnen und Bewerbern ausgewählt worden.

Seit November 2018 erlebe ich mit 17 mir bis dahin unbekanntem Menschen aller Altersgruppen u.a., wie anstrengend die Informationsaneignung rund um die Themen Krankheit, Sterben und Tod sein kann, aber mehr noch, wie Vertrauen schaffend und Angst befreiend die Beschäftigung und Auseinandersetzung damit in einer Gemeinschaft Gleichgesinnter

ist. Als Kern unserer gemeinsamen Vorbereitung und späteren Arbeit erfahre ich immer wieder zwei vorrangige Aspekte: auf der einen Seite die Bedürfnisse und Wünsche des Menschen, den wir in seiner letzten Lebensphase begleiten, und auf der anderen Seite die Reflexion unserer eigenen Befindlichkeit. Das erlebe ich z.B. in gemeinsamen praktischen Übungen, nicht selten als schmerzhaft bewegend, immer aber auch als hilfreich und lehrreich.

Zurzeit werden die obligatorischen Praktika geplant; dafür kommen z.B. Pflegeheime, ein Hospiz oder persönliche Kontakte mit Erkrankten in Frage. Ich möchte die Arbeit auf einer Palliativstation kennen lernen. Dazu angeregt haben mich u.a. die Erinne-

runger an den Freund, dessen Sterbeprozess ich seinerzeit auch wegen der entsprechenden medizinischen Versorgung als sorgsam und zugewandt wahrgenommen habe.

Überhaupt kehren Gefühle wieder, die mich beim intensiv langsam durchlebten Abschied damals überkamen. Ich war und bin zutiefst dankbar dafür, das Sterben meines Freundes in einer bis zuletzt lebenswert gestalteten Umgebung erlebt und begleitet haben zu dürfen.

Im Moment empfinde ich besonders die in den Wochenendseminaren gemachten Erfahrungen als großes Geschenk. Wenn im Frühjahr die praktische Arbeit beginnen wird, erwartet mich auch in schwierigen Situationen in der begleitenden Supervision einfühlsam kompetente Hilfe. Der immer wieder wahrgenommene Satz „Sie können nichts falsch machen, wenn Sie auf Ihre Intuition hören.“ ist inzwischen zum ermutigenden Motto für mein Leben geworden.

Haus und Hof

Hand in Hand schafft Ruhepausen

Neue Sessel für die Gästezimmer! Nun heißt es verweilen und entspannen auf angenehme Art: denn die neuen Sessel sind elektrisch verstellbar, haben eine Aufstehhilfe und können auch für ein Mittagsschläfchen genutzt werden. Für Hospizgäste und Zugehörige gleichermaßen eine schöne Möglichkeit, Ruhepausen einzulegen. Deren Finanzierung gelang uns durch die NDR-Aktion „**Hand in Hand für Norddeutschland**“ – wir sagen vielen Dank!



Ruhepause zwischendurch

Stirbt die Trauerkultur?

Superrabatte für die anonyme Beisetzung irgendwo im Ausland? Gibt's das? Ja, gibt es.

Ein Blick ins Internet genügt: An Angeboten für Billigbestattungen

mangelt es nicht. Abschiednehmen, im Kreise der Familie und mit Freunden, ein Grab mit Stein und gärtnerisch gepflegtem Schmuck, wird immer mehr zur Ausnahme. Sie wird zur teuren Investition, die sich immer weniger Menschen leisten wollen oder können. Scheinbar steht es traurig um die Trauer hierzulande. Keine gute Perspektive z.B. für die großartigen Friedhöfe in Hamburg. Herausragende Parklandschaften mitten in der Stadt wie der Ohlsdorfer Friedhof haben Weltruf, nicht nur wegen ihrer gärtnerischen Einzigartigkeit, sondern auch weil sie besondere Orte für Kunst und Denkmäler, aber auch für Mahnung zur Geschichte der Stadt sind.

Was tun? Das fragen sich auch die Einrichtungen, die unmittelbar damit zu tun haben. Ein Thema dabei: Wie kann eine würdevolle Ruhestätte nicht nur gelungen gestaltet sondern auch noch für die Hinterbliebenen finanzierbar bleiben?

Ein bundesweiter Wettbewerb unter der Überschrift „**Neue Wege auf dem Friedhof**“ sollte Ideen für dieses Ziel sammeln und bewerten. Dabei hat sich das ‚Hamburger Grab‘ im Wettbewerb gegen 28 Mitbewerber durchgesetzt. Es umfasst den Erwerb der Grabstätte für Säрге und Urnen und Grabstein, der mit einem



Carsten Helberg und Elke Huster-Nowack

handgefertigten Hamburger Gedenkziegel versehen wird, sowie eine dauerhafte Grabpflege. Dabei sind die Kosten im Paket geringer als die Summe der Einzelkosten. (mehr unter www.hamburger-grab.de)

Das Preisgeld haben die Gewinner aber nicht für sich einbehalten, sondern zwei Institutionen gesucht, die zum einen fest in Hamburg verankert sind und einen ehrenamtlichen Bezug zu „Meine Stadt, meine Heimat, mein letzter Hafen“ haben. Zwei Einrichtungen gewannen die Abstimmung – eine davon ist der Hamburger Hospiz e.V.

Carsten Helberg als Geschäftsführer der Hamburger Friedhöfe überreichte Elke Huster-Nowack, der 1. Vorsitzenden im Hamburger Hospiz e.V., in Ohlsdorf symbolisch das Preisgeld in Höhe von 2.000 €.

Den Hafen im Hospiz verankert

Wunderschöne neue Kunstwerke schmücken das Erdgeschoss im Hamburger Hospiz! Mal laden sie zu einem Hafenspaziergang ein, mal zu einem frühsummerlichen Bummel an der Alster oder zu einer gewagten Überfahrt auf stürmischer See! Auch ein Engel schwebt neuerdings segnend durch den Hospizflur.

Zu verdanken haben wir die umfangreiche Bilderspende **Barbara Malti Seeberger**. Seit vielen Jahren ist sie dem Hamburger Hospiz verbunden. Im Rahmen unserer jährlichen Benefizauktion entsendet die treue Kunstspenderin Engel- und Landschaftsarrangements ins Hospiz.



Bild von Barbara Malti Seeberger

Teamtag: Betroffenheit und Improvisation

Der Teamtag am 06.11. ist fest im Kalender verankert, und dennoch ist es

wie Weihnachten – jeder kennt das Datum, und doch ist es viel zu überraschend da, sodass man gar nicht weiß, wohin mit der Freude und der ganzen Spannung. Pflegerin Clarissa Schreiber erzählt vom Teamtag 2018.

Dieser Tag ist legendär! Warum? Weil er es schafft, außerhalb der Hospizwände fast das ganze Team zusammenzutrommeln. Nicht, dass es sich um Freizeit handelt, nein! Dieser Tag fordert intensiven Austausch, lädt zum Diskutieren ein und erweitert Horizonte. Nebenbei strukturieren kulinarische Köstlichkeiten unser Abenteuer.

Diesmal sollte es um persönliche Betroffenheit gehen. Was mache ich, wenn ich als Hospizfachkraft mit dem Sterben innerhalb der eigenen Familie und im Freundeskreis konfrontiert bin? Wie kann ich dann noch arbeiten? Wohin mit meinem Schmerz? Wie gelingt es das Private vom Beruflichen zu trennen? Mit Hilfe von Improvisationstheater wollten wir diesem Thema entgegen treten ...

Improvisation – spannend, aber ein wenig unheimlich.

Um neun Uhr hieß es sich mit dem Raum vertraut machen, einen weiteren Kaffee schlürfen, seinen Platz suchen und ... mittendrin stand Verena Lohner vom Improvisationstheater Steife Brise! Die Dame, die uns durch



Teamtag 2018

den Tag begleiten und führen sollte. Breites Lächeln, blaue Augen, die Haare wild zu zwei Zöpfen gebunden, ... Voller Tatendrang klatschte sie in die Hände und schon begannen wir.

Aufstehen war schon mal super, bringt den Kreislauf in Schwung; im Kreis stehen ging auch noch, und dann wurde es schon ein wenig kniffliger: Stehend brachten wir ein Klatschsignal auf den Weg, sahen uns tief in die Augen, um sicher zu gehen, dass der Empfänger es aufnahm und weitergab. Überraschende Richtungswechsel waren erwünscht und führten zu Gelächter und freudiger Irritation, mit erhöhter Geschwindigkeit wurde nicht nur der Körper warm, sondern auch das Gehirn kam lang-

sam auf Touren.

Nach dem ‚pantomimisch dargestellten Tagesgefühl‘, war es soweit: Körper und Geist waren aktiviert, Sinn und Zweck der Übungen verstanden und verinnerlicht; das Korsett des starren Gedankenguts lockerte sich allmählich und ermöglichte Zugriff auf unsere Emotionen, kurz: Unsere Synapsen waren angeknipst! Unser Hirn arbeitete! Energie floss durch die Gehirnwindungen, vor allem dort, wo die Kreativität sitzt. Wir produzierten Assoziationsketten – zunächst zaghaft, dann mutiger und schließlich furchtlos. Gemeinsam entfalteten wir Ideen, ließen uns aufeinander ein, kreierte kleine Szenen, die sich herrlich spontan und erfrischend ergaben.

In Kooperation mit unseren Körpern stellten wir diese dar, formten Skulpturen und veränderten sie, entwickelten Geschichten, spontan, berührend und völlig überraschend. Es gab kein Drehbuch, keinen Regisseur, keine Souffleuse, nur uns und unsere Schöpferkraft! Es war toll diese Hingabe zu sehen und zu erleben! Und vor allem: es machte Riesenspaß, sodass dieser Tag im Nu vorüber war.

Im Übrigen haben wir das eigentliche Thema Betroffenheit verpasst, oder? Nun, wir haben uns aufeinander eingelassen und das mit Haut und Haar! Wir haben Dinge und Situationen auf uns zukommen lassen, haben miteinander wechselseitig reagiert, spielten einvernehmlich und waren verbunden! Wir haben so, wie wir waren, improvisiert!

Und ist es nicht eigentlich das, was wir tagtäglich tun? Im Hospiz stehen wir oftmals vor einer Tür und wissen abgesehen von ein paar Eckdaten nicht, wer sich dahinter verbirgt. Welcher Mensch, welche Geschichte, welche Stimmung ... wir wollen und müssen uns einstellen, aufrichtig, bereit und offen sein für denjenigen, der uns begegnet. Bis auf gewisse Gegebenheiten, Pflichten und Erwartungen improvisieren wir. Wir lassen uns aufeinander ein, ob wir nun selbst in Trauer sind oder nicht. Und das bringt

wundervolle Begegnungen hervor!

Jahrestreffen Ehrenamt

Bei ihrem Jahrestreffen gingen die ehrenamtlichen Hamburger Hospizler*innen am 14.01.2019 frisch an den Start fürs neue Jahr. Für ihre geistige und körperliche Stärkung sorgte der Hamburger Hospiz e.V. mit Vorträgen, Fingerfood und einer anregenden Diskussion. ‚Verteilungsgerechtigkeit und Hospiz‘ war das zentrale Thema insbesondere im Zusammenhang mit der Frage „Ist Hospiz auch für Hochbetagte da?“

30 Kolleg*innen im Ehrenamt erfuhren von Geschäftsführer Kai Puhlmann zunächst, was es Neues im Hamburger Hospiz gibt und welche Entwicklungen sich bundesweit abzeichnen. Angela Reschke aus der Öffentlichkeitsarbeit blickte in ihrem Vortrag stolz auf die Leistungen der ehrenamtlichen Hospizler*innen, die im zurückliegenden Jahr nahezu 200 öffentlichkeitswirksame Einsätze übernommen hatten! Sie betonte deren hohe Bedeutung für die Ziele der Bürgerbewegung Hospiz.

Für einen genussvollen Höhepunkt sorgte schließlich die Schauspielerin Stefanie Schimanski. Sie las (unentgeltlich, vielen Dank!) das noch unveröffentlichte Bilderbuch „Löwe Im Handkarren“ vor. Dieser

Beitrag lud zu einer Diskussion ein. Ist Hospiz auch für Hochbetagte da? Wie sehen wir unsere Verantwortung, unseren Auftrag und unsere Möglichkeiten?

Einig waren sich die Hospizler*innen: Das hohe Alter ist eine Lebensphase, die dazu prädestiniert ist über die Endlichkeit nachzudenken, sich auszutauschen und sich noch Wünsche zu erfüllen. Die zunehmende Hilfsbedürftigkeit vieler Hochbetagter muss von Hospiz mitgedacht werden. Über die hospizliche Zuständigkeit hinaus auch Phasen des hohen Alters zu begleiten, darüber scheiden sich hingegen die Geister. Die einen sehen es als Selbstverständlichkeit an, Alte und deren Bedürfnisse genauso einzuordnen wie die Bedürfnisse von tödlich erkrankten Menschen. Andere äußerten Bedenken und wiesen auf die begrenzten Ressourcen und die Folgen hin, die eine längerfristige Begleitung mit sich bringen könnte. Einigkeit jedoch herrschte, dass diese Diskussion fortgesetzt und vertieft werden müsse.

Interne Fortbildungen

Silke Grau, Pflegedienstleitung im stationären Hospiz, organisiert interne Fortbildungen. Dabei orientiert sie sich an den Wünschen und Bedürfnissen im Team. Die Frage,

wie ambivalente Aspekte in der Hospizbegleitung zu vereinen sind, beschäftigte das Team im 2. Halbjahr 2018 besonders. Für die Fortbildung „Umsorgt und selbstbestimmt“ lud Silke Grau **Dr. Katharina Woellert**, Vorstandsbeauftragte für Klinische Ethik am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) ins Hospiz ein. „Fremde Kulturen am Lebensende begleiten“, dieses Themas nahm sich **Dr. Christina Kayales** an. Sie ist Pastorin und Psychotherapeutin.

Umsorgt und selbstbestimmt

Gäste im stationären Hospiz, wie auch die ambulant begleiteten Menschen möchten umsorgt und selbstbestimmt sein. Doch beide Wünsche stehen oft in einem ambivalenten Spannungsfeld zueinander. Hospizmitarbeiter*innen müssen sich immer wieder darauf einstellen und



Das Team bei einer internen Fortbildung

die Herausforderungen zum Wohle des Gastes meistern. Dabei ringen sie oft um den mutmaßlichen Willen des Begleiteten, wenn dieser nicht mehr selbst für sich sprechen kann. Patientenverfügungen und Vollmachten helfen, doch manches ist vielschichtig interpretierbar oder lässt sich nur schwer mit den Wünschen der ebenfalls betroffenen Angehörigen vereinbaren. Ethische Entscheidungen am Lebensende müssen sorgfältig abgewogen werden. Vor welchem Hintergrund treffen wir Entscheidungen? Vor welchem Hintergrund entstehen die Wünsche, Werte und Entscheidungen von Angehörigen und Sterbenden? Es tut gut diese Fragen mit viel Zeit nachdenklich zu beleuchten.

Fremde Kulturen am Lebensende begleiten

Es ist schon viel Wissen im Team vorhanden, natürlich ist dieses Thema im multikulturell geprägten Hamburg-Altona kein neues und die Offenheit im Team für die Individualität aller ist groß! Und doch kann es immer wieder herausfordernd sein, Brücken zwischen dem aus fachlicher Sicht medizinisch-pflegerisch und psychosozial Angemessenem und den religiös und kulturell geprägten Vorstellungen und Wünschen zu finden.

Mit ausreichend Zeit für mutige Fragen und offene, wertfreie Gespräche, mit Improvisationen und professionellem Abstand zum Geschehen gelingt es gangbare Wege zu finden. Und wenn Anspannungen übrig bleiben? Spannungen können ggf. in der Supervision und im kollegialen Austausch mit den Kolleg*innen verstanden und abgebaut werden.

Umbau Hospiz: Große Pläne für größere Räume

Hospiz ist ein Ort der Begegnung – diese Idee setzt sich immer mehr durch. Das sehen wir an den vielen Besucherinnen und Besuchern bei den Gästen im stationären Hospiz: Familie, Freunde und Nachbarn begleiten die letzte Lebenszeit, Kinder kommen mit und können teilhaben am Abschiednehmen, viele Partner*innen wünschen eine Über-



Geplanter Anbau

nachtung im Zimmer des Hospizbewohners. Das möchten wir aufgreifen und mehr Raum schaffen für die Gäste und ihre Begleiter*innen. Dazu soll ein Anbau am Helenenstiege entstehen, der 4 großzügige Zimmer aufnimmt. Sie erhalten jeweils einen eigenen Balkon – um Natur und Ruhe im beschaulichen Innenhof genießen zu können. Im Bestandsge-

bäude werden die dann verbleibenden 12 Zimmer neu zugeschnitten, so dass jeder Raum durchschnittlich eine Größe von 21 qm² haben wird. Für mehr Privatsphäre sorgt das eigene Bad, das jedem Zimmer zukünftig zugeordnet wird. Wenn alles klappt, ist der Baustart noch in diesem Jahr. Wir sind gespannt!

Denkanstoß

Hospiz für Hochbetagte?

Ciceley Saunders, die Begründerin der modernen Hospiz- und Palliativarbeit wandte sich in ihrer Arbeit bewusst der Versorgung Tumorerkrankter zu. Sie erkannte das Problem mit den Alten als zu groß, um es zu Lebzeiten noch lösen zu können. Das war Ende der 1940er Jahre. Wie sieht es heute aus? Was hat sich geändert, und ist es an der Zeit, dass sich die Bürgerbewegung Hospiz mutig aufmacht, historische Gründe für die Ungleichheit der hospizlichen Zuwendung hinter sich zu lassen?

Am Ende jedes Lebens wartet der Tod. Hospiz begleitet, lindert und tröstet in den letzten Wochen, Tagen und Stunden. Am Ende wartet also nicht nur der Tod sondern auch Hospiz?

Nein, Hinterbliebene berichten

in einer Studie von 2018¹ über den zuletzt erlebten Todesfall. Nur 7% der Sterbenden wurde in einem stationären Hospiz begleitet und nur 6% durch einen Ehrenamtlichen.

Nahezu alle Gäste in stationären Hospizen haben eine Tumorerkrankung². Dies trifft ebenfalls auf die meisten ambulant Begleiteten zu, wengleich sich die ambulante Hospizarbeit neben der häuslichen Begleitung ausdrücklich an Sterbende in Pflegeheimen und Krankenhäusern richtet³. Laut Auskunft des statistischen Bundesamts starben 2016 aber nur 25,3% an einer Krebserkrankung, die meisten hingegen an einer Herz-Kreislaufkrankung⁴.

So sind ganz besonders Hochbetagte von der ‚Hospiz-Lücke‘ betroffen, die mit chronischen

Erkrankungen und schweren Beeinträchtigungen oftmals alleine im Krankenhaus oder im Pflegeheim versterben oder in ihren Wohnungen vereinsamen.

Es gibt sehr gute Gründe, warum Hospiz intensiv unheilbar Tumorerkrankte Menschen mit eng begrenzter Lebenserwartung begleitet. Gerade in den letzten Wochen und Monaten kann die Symptomlast der Erkrankten hoch sein und eine engmaschige Linderung erfordern. Auch benötigen Familien besonderen Beistand, beispielsweise wenn sie den nahen Verwandten über lange Zeit unterstützt oder gepflegt haben und ihre Kräfte nachlassen.

Aber gibt es auch gute Gründe dafür, die Frage der Verteilungsgerechtigkeit im Hinblick auf ‚dahinsiehende‘ Hochbetagte mit (meist) unklarer Lebenserwartung in den Blick zu nehmen? Wäre eine breiter aufgestellte Hospizarbeit zugunsten der Mehrheit der Sterbenden realistisch und wünschenswert? Wie rechtfertigen wir Unterschiede? Und nach welchen Kriterien sollten Ressourcen verteilt werden, die begrenzt sind?

Zwei Experten und eine Betroffene unterstützen diesen Denkanstoß mit einem Artikel.

1 Allensbacher Archiv IfD-Umfrage 11082, Feb. 2018

2 95% der in 2018 stationär aufgenommenen Gäste im Hamburger Hospiz hatten eine Tumorerkrankung

3 etwa 80% der in 2018 vom Ambulanten Hospizberatungsdienst Begleiteten hatten eine Tumorerkrankung

4 <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Todesursachen/Todesursachen.html>

Dr. Johannes Vogel ist Facharzt für Innere, Geriatrie- und Palliativmedizin und Oberarzt im Albertinen-Haus und fordert uns dringend auf umzudenken, denn Hospiz ist für alle da!

Als wir in der Medizinisch-Geriatriischen Klinik des Albertinen-Hauses vor 10 Jahren eine Palliativstation einrichteten, dachten wir insbesondere an mehrfach erkrankte, alte und sehr alte Menschen. Wir hatten festgestellt, dass Hochbetagte mit weit fortgeschrittenen Erkrankungen, leidvollen Beschwerden und nur noch kurzer Lebenszeit selten palliativmedizinische Versorgung und hospizliche Betreuung erhielten. Dies betrifft insbesondere Menschen mit ausgeprägter Demenz, fortgeschrittenen Herz-Kreislaufkrankungen und chronischen Lungenerkrankungen. Gar nicht selten liegen sogar mehrere dieser Erkrankungen gleichzeitig vor! Zudem sind bei Demenz die Beschwerden oft nur schwer zu erken-



Dr. Johannes Vogel

nen, da eine normale Kommunikation nicht mehr möglich ist. Betroffene leiden, weil keiner es wirklich merkt! Es ist fatal, wenn dann eine lindernde palliative Behandlung auf einer Krankenhausstation oder in einem Hospiz unterbleibt!

Mit den Kostenträgern, insbesondere dem Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK), hatten wir aus diesem Grund Diskussionen und Streitgespräche, da ein Hospizplatz für Menschen mit einer Demenz als nicht sinnvoll/notwendig angesehen wurde. Noch immer ist es schwierig (doch nicht mehr aussichtslos), einen Hospizplatz für Hochbetagte ohne Krebserkrankung zu erhalten, wenn z.B. Patienten von unserer Palliativstation dorthin entlassen werden sollen.

Dabei sind die Beschwerden von Menschen mit fortgeschrittener Demenz im Vergleich zu Menschen mit

einer Krebserkrankung ebenso stark ausgeprägt! Das gilt auch für Diagnosen wie Herzschwäche (Herzinsuffizienz) oder Lungenerkrankung (COPD). Je nach Diagnosen leiden Betroffene unter Schmerzen, Angst, Luftnot, Verwirrtheit, häufigem Verschlucken, Wunden, Schlafstörungen und weiteren Problemen, und ihre verbleibende Lebenszeit wird häufig überschätzt.

Ihre übliche medizinische Behandlung führt schließlich zu häufigen Krankenhausaufenthalten in immer kürzeren Zeitabständen, die meistens nur kurzfristige Besserung erreichen und selbst zu einer starken Belastung werden.

Bei so viel Leid am Lebensende wird über die begrenzte Lebenszeit, notwendige palliativmedizinische Behandlung oder ein Hospiz nur selten gesprochen.

Palliativmedizin und Hospize sind aber für ALLE Patienten mit Problemen in der letzten Lebensphase da, es kommt nicht auf eine bestimmte Erkrankung oder ein bestimmtes Lebensalter an! Alte Menschen mit einer Demenz oder Herzschwäche haben den gleichen Anspruch wie jüngere Menschen mit einer Krebserkrankung. Wir sind alle dringend gefordert umzudenken!

Silke S. hat das Sterben ihrer Schwiegermutter und ihres Vaters begleitet. Während ihre Mutter wohlbehütet im Hamburger Hospiz ihrem Tumorerleiden erlag, starb ihr Vater auf der Intensivstation. Drei Wochen zuvor lehnte die dortige Ärztin eine Verlegung des 84jährigen ins Hospiz ab. Sie hielt den Umzug in ein Seniorenheim für angemessen.

Die Sterbebegleitung unserer Mutter im stationären Hospiz war tröstlich für die gesamte Familie. Gleiches hatten wir uns für meinen Vater gewünscht, der am Ende seines Lebens unter starken Schmerzen litt und durch innere Magengegeschwüre sehr viel Blut verloren hatte. Er war sehr schwach. Ihm war dauerhaft übel und er hatte fortwährend Durchfälle. Und wer ihn gekannt hatte, sah, dass ihm das Leben aus dem Körper wich. Selbst er sagte oft „Es geht vorbei“.

Doch die Ärztin widersprach brüsk und fast vorwurfsvoll unserem Anliegen nach einem Hospizplatz, als wollten wir ihn „ins Hospiz abschieben“. Sie meinte, er könne wieder völlig gesund werden. Im Gespräch auf dem Krankenhausflur (!) wagten wir nicht zu widersprechen. Es fehlte uns ja auch an medizinischem Sachverstand. Doch leider ging es mit meinem Vater rapide bergab, und die Senioreneinrichtung war für seinen Zustand nicht



Silke S.

geeignet. Die Schmerztherapie war häufig unzureichend, der für die Einrichtung zuständige Hausarzt kaum zu erreichen und eine Palliativversorgung wurde weder angeboten noch wurden wir über solche Möglichkeiten aufgeklärt. Das Pflegepersonal war liebevoll und hilfsbereit, aber überfordert.

Nach dem Umzug ins Heim wurde er noch zweimal ins Krankenhaus transportiert. Das Hin und Her war sehr belastend für ihn! Eine weitere OP folgte, und schließlich verstarb er auf der Intensivstation. Aus der ärztlichen Prognose „wird wieder völlig gesund“ ist ein leidvoller Sterbeprozess geworden. Vier Wochen – und kein Arzt sah, wie wichtig die Verlegung auf eine Palliativstation oder in ein Hospiz gewesen wäre! Dabei verfügt das Krankenhaus sogar über eine Palliativstation, wie wir später erfuhren.

Das macht mich heute noch sehr, sehr traurig und ich mache mir Vorwürfe. Ich hätte mir mehr fachliche Hilfe holen sollen. Aber wir waren mit dem schwierigen Krankheitsverlauf entgegen der positiven ärztlichen Prognose, der Orientierung bei den zahlreichen Verlegungen und der eigenen Trauer sehr beschäftigt und zugleich hilflos.

*Das darf sich nicht wiederholen! Auch Hochbetagten ohne Tumorleiden muss die Möglichkeit gegeben werden, in einem Hospiz aufgenommen zu werden oder eine ambulante palliative Behandlung im Pflegeheim zu erhalten. Hier sind Ärzt*innen, Sozialarbeiter*innen und Mitarbeiter*innen in Pflegeheimen gefordert umzudenken!*

Gerade wenn Ärzte den Patienten kaum bzw. nur kurz kennen, müssen Angehörige und Patienten nach ihrem Eindruck und ihren Wünschen befragt und paritätisch in die Entscheidung für eine palliative Behandlung einbezogen werden. Und Gespräche im Krankenhausflur? Gehen gar nicht! Selbstredend braucht es dafür ein angemessenes Setting, in dem Raum, Zeit und Haltung stimmen.

Prof. Dr. Andreas Heller hat den Lehrstuhl für Palliative Care und Organisationsethik an der Abteilung

Public Care der Universität Graz inne, er ist u.a. im wissenschaftl. Beirat des DHPV und Herausgeber der internationalen Zeitschrift *Praxis Palliative Care*. Er argumentiert, warum wir keine Hochbetagten-Hospize brauchen, sondern eine sorgende, hanseatische Stadtgesellschaft.

Wir stehen vor einem tiefgreifenden ‚sozialen Klimawandel‘: Wie wollen wir in unserer Gesellschaft das Verhältnis mit den Hochbetagten gestalten? Pflegeheime heute sind Sterbeheime. Eine hospizlich-palliative Arbeits- und Organisationskultur keimt heute in vielen stationären Pflegeeinrichtungen auf. Das ist eine kleine Revolution. Für die nächsten Jahrzehnte steht eine neue Revolution an. Die Babyboomer, also die in den 50er und 60er Jahren des letzten Jahrtausends Geborenen, stehen vor den Türen der Pflegeheime, in die sie nicht hineinwollen. Nicht wenige



Prof. Dr. Andreas Heller

allerdings haben Geld und können ihren Anspruch, mobil, flexibel und selbstbestimmt zu leben und zu sterben, durchsetzen.

Aber nicht allen wird es gut gehen. Die Schere zwischen arm und reich weitet sich und damit zwischen schlechter und guter Versorgung. Der ‚Markt der Altenversorgung‘ wird derzeit dramatisch neoliberal, kapitalistisch privatisiert.

Die Zukunft der Pflege im Alter wird digital, ambulant und noch kostenintensiver sein. So viele Hochbetagten-Hospize wird man nicht bauen können. Hospiz ist und bleibt ein elitäres Minderheitenprogramm. Sterben in Deutschland reproduziert eine Mehrklassenversorgung. Sterben ist ein Markt geworden. Die Angebote erweitern sich. Wie wäre es mit dem rechtzeitigen Verzicht auf medizinische Möglichkeiten und der Entscheidung, die Biographie kostensparend zu schließen. Oder: Haben Sie schon daran gedacht, freiwillig auf Flüssig-

keit und Nahrung zu verzichten? Wir kontrollieren Ihre Symptome und in etwa 12 bis 18 Tagen sind Sie tot, befreit von dem Gefühl, Anderen zur Last zu fallen. Es ist kein leichter Weg. Aber wir schaffen das! Und schließlich gibt es auch andere suizidale Ausgänge, Exit kann international genutzt werden. Machen Sie Ihr SterbeSpiel! Wählen Sie Ihr Sterben und Ihre Bestattung im Package!

Gute, gerechte, humanitäre Wege des Sterbens für alle beginnen aber damit, die Sozialität des Sterbens in den Fokus zu rücken. Und die Resozialisierung der Sterbenden in sorgenden Gemeinden und sorgenden, hanseatischen Stadtgesellschaften zu forcieren. Würde und Lebensqualität bis zuletzt für alle muss politisch gewollt und bürgerschaftlich getragen werden. Wir brauchen eine ‚Um-Care‘, eine Care-Revolution des sozialen Klimawandels, Care ist eine Aufgabe aller, sonst bricht die Gesellschaft weiter auseinander.

Trauerarbeit

Ich darf traurig sein

Nun liegt der Tod meines geliebten Papas bald 3 Jahre zurück, und doch fühlt es sich heute wieder einmal so an als wäre es gerade geschehen. Es

ist so ein Tag, an dem ich spüre, welcher steiniger Weg hinter und in mir liegt, und ich frage mich, wie ich überhaupt bestehen kann. Mein Trauerweg ist nicht abgeschlossen, im Gegenteil

– während meines Trauerprozesses wird mir bewusst, mit wie vielen Verlusten ich bereits lebe. Das wiegt so schwer!

Als ich letztes Jahr im Schaukasten vor dem Hospiz den Aushang über eine moderierte Trauergruppe sah, sprach dies direkt in mein Herz, denn ich war froh und erleichtert, endlich einen Raum – und noch dazu geschützt – für die Trauer zu bekommen. Hier lernte ich auch die Geschichte von der Traurigkeit kennen, die von der Hoffnung liebevoll umarmt wird. Dieses Bild stärkt mich heute.

Unsere Gruppe trifft sich weiterhin, nun aber als Selbsthilfegruppe. Für mich ist das nicht das richtige Konzept. Ich brauche die haltgebende Moderation und professionelle Leitung. Ohne ist es für mich zu schwer, meine Tränen und Traurigkeit offen zu zeigen und zu zeigen, wie schwach ich mich dann fühle. Auch gelang es durch die Moderation Stille auszuhalten. Diese stillen, haltgebenden Momente haben mir immer so gut getan.

Mir ist bewusst geworden: Ich muss auch jetzt nicht allein durch meine Trauer gehen! Es ist wichtig für mich, noch eine persönliche Trauerbegleitung in Anspruch zu nehmen.

Und immer wieder trägt und stärkt es mich zu wissen, dass mich mein himmlischer Papa liebevoll umsorgt.



Trauerlandschaft

Ich erlebe Halt trotz heftiger Erschütterungen. Mit meinem Glauben als Christin schaffe ich es.

Wenn ich nun einen kleinen Rückblick wage, zeigt sich, dass schon ein bisschen Heilung der tiefen Wunde eingetreten ist. Heute kann ich dazu stehen, wie traurig ich bin und wie sehr es mich auch drei Jahre später noch schmerzt meinen Vater verloren zu haben. Für meine Gefühle schäme ich mich nicht mehr.

Vieles von dem verdanke ich Menschen, die sich diesem äußerst schwierigen und eher unliebsamen Thema Tod, Verlust und Abschied mutig gestellt haben. Herzlichen Dank dafür.

Tage in Moll

Trauernde erleben viele „Tage in Moll“ gerade im Dezember! Nun gilt es ganz besonders das bisschen Tageslicht durch Kerzen und illumi-

nierte Fenster wie durch lichte Begegnungen auszugleichen, oder? Dazu jedenfalls lud der Hamburger Hospiz e.V. in der dunklen Jahreszeit am 07.12.2018 ein und begrüßte Hinterbliebene zum Tagesseminar „Trauer in Form und Farbe“. Wir staunen

immer wieder, wie schnell Pinsel und Farben wie auch die Trauererfahrung die Teilnehmer*innen zusammenbringen und welch schöne, vertrauensvolle Atmosphäre und Werke dabei entstehen!

Öffentlichkeitsarbeit

Advent von besonderer Güte

Advent. Diese Jahreszeit ist im Hospiz immer etwas ganz Besonderes. So steht jeder Adventssonntag unter einem bestimmten Motto. Auf den ersten Advent fällt die stimmungsvolle Veranstaltung „Kaffee, Kunst und Kekse“. Dann laden wir unsere Gäste im Hamburger Hospiz sowie alle Interessierten zum Besuch der aktuellen Benefizkunstausstellung ein und zu festlicher Livemusik ehrenamtlicher Musikant*innen.

Unsere festliche Veranstaltung am 2. Dezember war von besonderer Güte, denn neben schönen Darbietungen am Klavier von Tillmann Roller und Kerstin Vogelsberger spielte Juditha Haerberlin auf der Geige. Sie ist Konzertmeisterin im Ensemble Resonanz und ihr Spiel war einfach atemberaubend! Zwei musikalische Besucher*innen inspirierten diese Klänge zu kleinen Spontan-

konzerten am Klavier und mit Gesang. Schließlich stimmten sogar die Gäste spontan in die schönen Weihnachtslieder mit ein.

Was für eine gelungene Adventsstimmung! Und natürlich rundeten Kaffee und Kuchen sowie liebevolle Weihnachtsdekoration den tollen Nachmittag ab.



Kaffee, Kunst und Kekse im Advent

Die Öffentlichkeitsarbeit im Hamburger Hospiz e.V. wird von allen Arbeitsbereichen und vielen Menschen im Ehren- und Hauptamt mitgetragen und verwirklicht. Neben regelmäßigen Fachvorträgen und Vorträgen, die sich an die Öffentlichkeit wenden, wirken wir an Aktionen anderer mit. Drei Beispiele im beginnenden Jahr 2019 zeugen davon.

Aktionstag „das Älterwerden meistern“

Die gute Nachricht: Älter werden ist gaaanz einfach! Dies besonders seitdem die Verbraucherzentrale Hamburg den Aktionstag „Das Älterwerden meistern“ ins Leben gerufen hat und regelmäßig angehende „Silverager“ und Hochbetagte zu kostenfreien Vorträgen und Beratungen einlädt! Am 18.01.2019 fand er zum dritten Mal statt. Wieder dabei war der Hamburger Hospiz e.V. mit einem ganztägigen Informationsstand. An unserem Infostand verrieten Katja Fischer (ambulante Hospizkoordinatorin) und Silke Grau (stationäre Pflegedienstleitung), wie Hilfebedürftige und ihre Angehörigen geeignete Helfer*innen finden, auch dafür sorgen können, dass ihre Wünsche, ihre Selbstbestimmung und ihre Würde beachtet werden und wie es mit den Kosten aussieht.



Messestand bei Gesund + Aktiv

Messe Gesund + Aktiv

Ein Team aus ehren- und hauptamtlichen Hamburger Hospizler*innen beglückte die Messebesucher*innen am 9. und 10.02. 2019 mit den schönen Giveaways des Vereins. Besonders die Postkarten fanden Anklang und ließen manch einen Besucherstrom in Richtung Hospizstand fließen. Wie immer entstanden schnell Gespräche, und manch ein Rat konnte ebenfalls mit auf den Weg gegeben werden. Etwa 500 Kontakte von Gesundheitsbewussten entstanden darüber und zeugten davon, dass Leben und Tod zusammengehören.

Zu Hause ist es am schönsten?!

Schon zum vierten Mal lud der Landesverband Hospiz- und Palliativarbeit Hamburg e.V. zum Fachtag „Zu Hause ist es am schönsten?! - Palliative Vernetzung für ein würdevol-

les Sterben“ ins Albertinen-Haus ein. Dieses Mal aber freuten sich viele Zuhörer*innen auf die Hamburger Hospizkoordinatorin Sandra Engels, die gemeinsam mit Sven Goldbach zum Thema „Ich krieg die Krise – pallia-

tives Notfallmanagement“ referierte. Neben einem Kurzvortrag über nächtliche Begleitungen nahm sie die Sicht der ehrenamtlichen Begleiter*innen ein und berichtete von deren bewegenden Erfahrungen.

Wir danken

Private Spendenaktion

Mit einer ebenso persönlichen wie öffentlichkeitswirksamen Spendenaktion haben Michael Schütze und seine Schwester Tanja Bellmann sich beim stationären Hospizteam für die Begleitung ihrer Mutter bedankt. Über facebook erklärten sie ihren Freunden die Aktion und baten um deren Unterstützung. 3960€ erreichten uns schließlich zusammen mit einem Riesen-Dankeschön! Das Team erhielt zudem einen Bonus von 500€ für die Teamkasse und die lieben Worte: „Uns fällt gerade kaum eine Teamkasse ein, in der das Geld besser aufgehoben sein könnte ...“ Für dieses tolle Feedback und die erfolgreiche Aktion bedanken wir uns sehr herzlich und stellen Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, die gelungene Aktion mit einem Auszug aus Michael Schützes Aufruf vor:

„Ihr Lieben, vielleicht haben einige von euch gelesen, dass meine Mum

vor ein paar Tagen ‚eingeschlafen‘ ist.

Meine Mum hatte sich dazu entschieden aufgrund ihrer Krankheit in ein Hospiz ... zu gehen. Ich fand die Arbeit, die die Menschen im Hospiz leisten, schon immer unglaublich wichtig und stark. Nun habe ich selbst erlebt, was diese Arbeit für ‚Gäste‘, wie es meine Mum war, wirklich bedeutet.

Sie hat sich vom ersten Moment an sicher gefühlt, hatte keine Angst mehr vor dem, was ihre Krankheit mit sich bringt, keine Angst vor dem Alleinsein. Ich durfte (leider) erleben, wie wichtig das für meine Mum war und wie sehr es auch mir und meiner Schwester geholfen hat, in den Momenten, in denen wir nicht persönlich bei ihr sein konnten. Ich wusste, dass sie in unglaublich guten Händen ist.

Viele wissen nicht, dass der Aufenthalt im Hospiz für die ‚Gäste‘ komplett von der Krankenkasse und zu einem Teil von den Hospizen selbst

getragen wird.

Die Hospize sind also auf Spenden angewiesen, um weiter so unglaublich tolle Arbeit leisten zu können. Aus diesem Grund ... brauche ich euch und ein klein wenig von eurem Geld. Wie viel das ist, entscheidet ihr selbst.

Für jeden Euro, den ihr mir bis zum 13.09.2018 ... sendet, lege ich mindestens den gleichen Betrag drauf. Den Gesamtbetrag überweise ich dann an den Hamburger Hospiz e.V.. Natürlich informiere ich euch hier regelmäßig über den Spendenstand ... Ich weiß nicht, ob überhaupt jemand mitmacht, aber ich würde mich sehr darüber freuen ... und wenn es nur ein Euro ist. Mit mir sind es dann schon mindestens 2 Euro ...

Bitte teilt den Beitrag auch – wer weiß, was wir gemeinsam und ganz unkonventionell auf die Beine stellen können. Euer Michael“

TUI Cruises

Das Unternehmen TUI Cruises hat 2018 eine Patenschaft für den Hamburger Hospiz e.V. übernommen und zwölf Monate über Benefizaktionen Geld gesammelt (siehe *Hospizkultur* Nr. 11). Kreative und engagierte TUI-Mitarbeiter*innen dachten sich überaus erfolgreiche Aktionen aus. Am 25.01.2019 folgte dann eine Scheckübergabe, die uns alle in Er-



Wybcke Meier, Kai Puhlmann und Silke Grau

staunen versetzte: Wybcke Meier, Geschäftsführerin TUI Cruises, überreichte Kai Puhlmann und Silke Grau einen Scheck über 61.000€! Vermutlich noch in diesem Jahr werden wir einen aufwändigen Umbau in Angriff nehmen. Wann, wenn nicht jetzt, hätten wir diese großzügige Summe besser gebrauchen können?! Wir sagen TUI Cruises „Herzlichen Dank!“ und wünschen auch dem Unternehmen allzeit eine steife Brise!

<http://www.friendscup.de/>

Wir danken dem Hallenfußballteam *Pink*, das nach dem erfolgreich gewonnenen FRIENDS CUP #22 ihren Anteil in Höhe von 800€ an das Hospiz gespendet hat, und der Familie W.!

Friends Cup wurde von Jan-Philipp Kalla und Sven Flohr 2016 gegründet und engagiert sich für hilfs-

bedürftige Projekte. Bei monatlichen Sportevents „mit der nötigen Portion Spaß“ spenden die Gäste und reichen die Einnahmen weiter. Der Spendenzweck wird von den Gästen beschlossen. Familie W. schlug den Hamburger Hospiz e.V. vor und bedankte sich rührend bei uns. „Liebe Mitarbeiterinnen im ambulanten Dienst, meine Mami und ich sowie weitere Familienmitglieder sind nun das letzte Mal mit meinem Papi nach Island gereist. Wie es sein Wunsch war, haben wir ihn dort in der Bucht, in welcher wir auch die Jahre zuvor waren, zusammen und unter Sternschnuppen und kleinen Nordlichtern freigelassen. Ich möchte mich bei Ihnen und Ihrem ambulanten Team herzlich für die Unterstützung und Hilfe bedanken. Erheblich haben Sie dazu beigetragen unseren Alltag zu erleichtern und etwas Unbeschwertheit hineinzubringen. Anfangs etwas skeptisch-ablehnend hat mein Papi später die Gespräche und die Abwechslungen durch ihre Besuche sehr genossen. Ich wünsche Ihnen und Ihrem Team alles Gute!“

Treffpunkt Himmel und Erde

Vom 14.10. bis 09.12.2018 machten 40 Künstler*innen das Erdgeschoss im Hamburger Hospiz e.V. zu einem Treffpunkt von Himmel und Erde.

Denn sie erarbeiteten und stifteten 50 Kunstwerke, in denen sich ein solcher Treffpunkt verwirklicht hatte. Der wohl prominenteste Kunstspender ist Otto Waalkes. Er sorgt in dieser Ausgabe für das Titelbild.

Anlass war unsere traditionelle Kunstversteigerung für die sich Hamburger Künstler*innen und Künstler schon seit vielen Jahren engagieren. Und so geht's: Wir geben ein Motto vor, stellen das Erarbeitete aus und dürfen die Werke ohne Mindestgebot zugunsten unserer Hospizarbeit versteigern. Unsere Gäste und Ausstellungsbesucher*innen genossen den Rundgang durch die vielfältigen Werke. 40 davon wechselten rechtzeitig zum Weihnachtsfest den Besitzer. Nahezu 10.000€ betrug der stattliche Erlös für den Hamburger Hospiz e.V.. Wir sagen den Spender*innen herzlichen Dank!



Bildausschnitt Werk Regina Geisler

Dank an uns

Stationär

Sehr geehrte Damen und Herren!

Ich bedanke mich ganz herzlich bei allen Mitarbeitern dafür, dass meine Schwester in der kurzen Zeit ihres Aufenthaltes sich stets sehr wohl gefühlt hat! Mir fallen jetzt sooo viele liebevolle Situationen ein, die ich aufzählen könnte, aber ich möchte keine Liebestat vergessen, denn jeder soll sich angesprochen fühlen. Nicht zu vergessen auch die Wohlfühlatmosphäre, die wir Angehörigen erleben durften, in der für uns so ungewohnten, traurigen und hilflosen Situation!

Ich bin auch dankbar dafür, dass wir uns nach dem Heimgang meiner Schwester in aller Ruhe sogar noch am Folgetag verabschieden konnten. Und auf ihrem letzten Weg aus dem Hospiz wurde ich NICHT alleingelassen. Eine liebe Schwester begleitete mich. Herzlichen Dank!

To all the stuff, thank you very much for such a nice stay during this hard time! Thank you to the cook and all those who prepared food. Everything was so good. Outstanding! Thank you to all the kind loving nurses, who were so gentle with my aunt. Thank you to all the support staff plus the administration. Your place is

a home away from home.

Drei Monate Hospiz = drei Monate Hilfe! Vielen Dank für Ihre liebevolle Pflege, für eine stille Umarmung, fürs Zuhören und da sein. Vielen Dank an das gesamte Team. Schön, dass es euch gibt!

Ambulant

Liebes ambulantes Hospizteam, ich möchte mich auf diesem Weg aufs herzlichste bei Ihnen allen bedanken! Ihre geduldige und kompetente Beratung, Ihre fürsorglichen Nachfragen nach unserem Ergehen und nicht zuletzt die treuen Besuche unserer Begleiterin, all das werde ich in meinem Gedächtnis behalten und Ihnen immer verbunden bleiben!

Trauerarbeit

Vielen Dank, dass ich an der moderierten Trauerselbsthilfegruppe teilnehmen durfte! Als ich Sie damals anrief, fühlte ich mich so allein! Doch nun habe ich neue Kontakte gefunden, die mir gut tun. Unser Austausch hat mich aus meinem Tunnelblick herausgeholt – ich bin kein Exot, sondern meine Trauer mit all meinen Gefühlen ist völlig normal! Das gibt mir Sicherheit und diese Einsicht befreit mich

und gibt mir neue Kraft.

Liebe Frau Joschko, zwölfmal haben wir uns getroffen, und jetzt heißt es Abschied nehmen ... Darüber bin ich traurig. Aber ich bin auch dankbar für die hilfreichen Impulse und Rituale, die ich mitnehme. Viele tragen dazu bei, dass ich endlich wieder vorsichtig nach vorne schauen kann. Und in der selbstorganisierten Gruppe werden wir uns ja weiterhin gegenseitig begleiten und unterstützen. Vielen Dank für Ihre wertvolle Arbeit!



Viel Dank an uns

Einschränkungen und mit unserem Kummer umzugehen. Ich selbst bin hochbetagt, und meine Tochter war schwer krank. Nun ist meine Tochter leider verstorben. Meine Tochter war Ihrem Haus sehr verbunden, und ich bin es immer noch! Die Kranzspende soll daher zu Ihren Gunsten gehen. Bitte teilen Sie uns Ihre Kontoverbindung mit.

Öffentlichkeitsarbeit

Guten Tag, Sie kennen mich als rege Vortragsbesucherin. Ich kam oft gemeinsam mit meiner Tochter. In Ihrem Programm haben wir immer wieder Vorträge gefunden, die uns unsere Fragen beantwortet und uns geholfen haben, mit unseren



Veranstaltungen

Zu allen unseren Veranstaltungen finden Sie nähere Angaben unter:
www.hamburger-hospiz.de

17.04.2019 18:00 - 20:00	Vortrag Eingeliefert – ausgeliefert?!
15.05.2019 18:00 - 19:30	Vortrag „Sterben wir auch im Kopf?“
26.06.2019 18:00 - 20:00	Vortrag Lebenskunst und die Kunst des Sterbens
17.07.2019 18:00 - 20:00	Vortrag Seelenruhe im Angesicht des Todes – ein philosophisches Rezept
22.07.2019 18:00 - 19:30	Informationsabend Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
10.08.2019 13:00 - 18:00	Feier Sommerfest im „Helenenviertel“
21.08.2019 18:00 - 20:00	Vortrag Takt und Feingefühl
18.09.2019 18:00 - 20:00	Vortrag „Sterben mit Demenz“ – Selbstverlorene im Sterben verstehen und begleiten
13.10.2019 10:00 - 18:00	Vorträge und Führungen Tag der offenen Tür
15.10.2019 17:00 - 20:00	Informationsabend Ehrenamtliche Hospizarbeit
16.10.2019 18:00 - 20:00	Vortrag Eine Bühne, viele Rollen – Angehörige am Sterbebett
19./20.10.2019 15:00 - 16:30	Vorträge und Ausstellung Hospiz erzählt und nachgefragt und Ausstellungsbesuch
26.10.2019 10:00 - 16:30	Tagesseminar Trauer in Form und Farbe

Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir erbitten eine Spende.

Anmeldung: E-mail: veranstaltungen@hamburger-hospiz.de

Die Anmeldung ist ab dem 1. Tag des Vormonates möglich.