

Rundbrief 01/2022



Ambulanter Hospizdienst
Wilhelmshaven-Friesland e.V.

Leben bis zuletzt





Inhaltsverzeichnis

<p>Editorial 3</p> <p>Zurückblickend 3</p> <p>Der Skulpturengarten – ein beliebtes Ausflugsziel . 4</p> <p>Wir gedenken Karin Wipperfeld 6</p> <p>Eine Stimme fürs Leben 7</p> <p>Gezeitenpodcast 10</p> <p>Seid ihr „todesmutig?“ 11</p> <p>Brücken bauen mit Musik? 12</p> <p>Trauerfeier – kombiniert in Präsenz und online – geht das? 16</p> <p>Pflegende Angehörige 17</p> <p>Pflegende Angehörige – eine 24-Stunden-Herausforderung 19</p>	<p>Einsamkeit 20</p> <p>Schritte gegen Einsamkeit 22</p> <p>Buchempfehlung: Dankbarkeiten 23</p> <p>Dankbarkeiten in Zeiten von Corona 24</p> <p>Buchbesprechung 26</p> <p>Zum aktuellen Stand der Debatte um den assistierten Suizid 27</p> <p>Dringend zu empfehlen: Das Impfbuch für alle .. 29</p> <p>Und da war ja noch was 29</p> <p>Bodennebelsee 31</p>
---	---



Editorial

Die Ambulante Hospizinitiative Wilhelmshaven-Friesland e.V. wurde 1994 gegründet. Daraus entstand im 20. Jahr ihres Bestehens nach Weiterentwicklung der internen Strukturen und Abläufe der Ambulante Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland e.V. heutiger Prägung. Der Vorstand beschloss anlässlich des 20-jährigen Gründungsjubiläums ein Sonderheft des Rundbriefes unseres Vereins herauszubringen. Der neue Rundbrief erfreute sich sofort allgemeiner Beliebtheit und wurde auch in der neuen Gestaltung fester Bestandteil des Vereinslebens in halbjährlicher Erscheinungsweise.



Nun, 28 Jahre nach Vereinsgründung, gibt es wieder eine Zäsur. Der Vereinsvorsitzende steht aus Altersgründen nicht zur Wiederwahl zur Verfügung. Corona hat unsere Vereinsarbeit nicht nur positiv beeinflusst. Kontakte zu unseren Betreuten wurden teils drastisch durch behördliche Vorgaben erschwert.

Der Gesundheitsminister der Vorgängerregierung sagte, nach Beendigung der Coronamaßnahmen werden wir uns gegenseitig eine Menge verzeihen müssen. Fangen wir mit dem Rundbrief an. Gestatten wir uns wieder unterschiedliche Meinungen und diskutieren wir sie aus. Auch die Gesundheitspolitiker hatten nicht immer Recht. Kommen wir zu einer unaufgeregten Gesprächskultur zurück und konzentrieren uns auf unsere Hauptaufgabe, die Begleitung von Patienten mit lebensbedrohenden Erkrankungen.

Der Krieg in Europa wird uns direkt und indirekt vor neue Aufgaben stellen. Zu deren Lösung wünschen wir uns viel Kraft.

Ihr Dr. Klaus Raab

Wird's besser? Wird's schlimmer?
fragt man alljährlich.
Seien wir erhold!
Leben ist immer
lebensgefährlich! ErichKastner

Zurückblickend

Die besseren Aussichten
Eröffnen sich dadurch dass wir
Die sonst keine haben
Das offen zu sagen beginnen

Die Zukunft liegt nicht darin
Dass man an sie glaubt
Oder nicht an sie glaubt
Sondern darin
Dass man sie vorbereitet

Die Vorbereitungen
bestehen nicht darin dass man
Nicht mehr zurückblickt
Sondern darin
Dass man sie zugibt

Was man sieht beim Zurückblicken
Und mit diesem Bild vor Augen
Auch etwas anderes tut
Als zurückblicken

Erich Fried



Der Skulpturengarten – ein beliebtes Ausflugsziel

Wer kennt ihn nicht, den Skulpturengarten von Leonard Wübbena aus Funnix?

Manche Menschen meinen, ich hab's nicht so mit moderner Kunst, das ist mir zu unbeweglich, zu steif. So was hab ich auch schon gesehen, aber dieser Skulpturengarten lebt. Jedes Jahr sind neue Künstler eingeladen, die zu einem Thema Ausstellungsstücke für die Gestaltung zur Verfügung stellen. Die können aus Holz, Glas, Stein oder Metall sein. Aber viele Anwohner von Wilhelmshaven und Friesland kennen die großen rostigen Stahlplastiken von Herrn Wübbena und diese gehen mit der gestalteten Natur eine symbiotische Beziehung ein. (So empfinde ich das.) Vom Himmelfahrtstag bis in den September ist der Garten dann immer Donnerstag, Samstag und Sonntag nachmittags geöffnet.

Für die Kunstobjekte ist der Künstler verantwortlich und für den Garten seine Frau Gisela. Und die kann man wahrlich auch Künstlerin nennen. Es ist unglaublich, was sie (natürlich in Zusammenarbeit mit ihrem Mann) aus einer Kuhweide geschaffen haben, die sich an das Elternhaus von Herrn Wübbena anschließt. Im Laufe der Jahre ist ein idyllischer kleiner Park entstanden. Alle Pflanzen und Bäume sind mit Schildchen versehen. Kleine Wasserflächen mit Brunnen und Fontänen, Bänke zum Ausruhen oder Blickachsen genießen...

Ausgebildet ist Herr Wübbena im grafischen Gewerbe, blickt zurück auf eine Lehrtätigkeit für Ge-

staltendes Werken/Kunst und Dozententätigkeit für Künstlerische Drucktechniken und Arbeit im bildnerischen Bereich. In den 80er Jahren des letzten Jahrhunderts wendete er sich der bildhauerischen Arbeit zu. Als Autodidakt beschäftigte er sich nur mit „Stahlplastik“. Und das mit großem Erfolg, national und international. Den Skulpturengarten gibt es seit 1997, in der WZ vom 21. Mai 2017 steht geschrieben, dass es den „Park“ seit 10 Jahren (2007) gibt. Entweder feiern die Wübbenas das 25-jährige oder das 15-jährige Bestehen des Skulpturen-Gartens Funnix. Übrigens: es gibt auch Kaffee, Tee und leckeren Kuchen, solange der Vorrat reicht.

Zu erreichen ist dieses Kleinod über die B 210 bis kurz vor Wittmund, abbiegen Richtung Carolinensiel, durch die drei Kreisel, die mit den riesigen Stahlplastiken des Künstlers bestückt sind und dann das bescheidene Hinweisschild „Skulpturengarten“ die Ausfahrt nach Funnix nicht verpassen. Wir vom Wangerland fahren eher über Oldorf, Tettens und Middoge und wenn möglich, mit dem Fahrrad.

Diesen Rundbrief haben wir ausschließlich mit Bildern aus diesem Garten bestückt, damit unsere Leser einen Vorgeschmack erfahren oder eine Erinnerung, für einen diesjährigen Spaziergang/Ausflug. Meist trifft man dort auch die Eheleute Wübbena persönlich an.

Ortrud Seyfarth



www.skulpturengarten-funnix.de



Wir gedenken Karin Wipperfeld

verstorben am 14.11.2020

Unendlich traurig machte uns die Nachricht vom Tod unseres Vorstandsmitgliedes Frau Karin Wipperfeld. Nach langem und mutigem Kampf erlag sie am 14.11.2020 im Friedel-Orth-Hospiz ihrer schweren Erkrankung.

Ich lernte Karin kennen an einem Spendenstand des Ambulanten Hospizdienstes, an dem wir beide an einen kalten Nachmittag im Winter unseren „Dienst“ taten. Von Anfang an schätzte ich ihre freundliche, lebensfrohe und kommunikative Art. Wir haben uns den gesamten Nachmittag blendend unterhalten, obwohl wir uns vorher nie begegnet sind. Ich gebe zu, dass aufgrund unseres sehr anregenden Gespräches sehr schnell das Ansprechen von potenziellen Spenden ein wenig in den Hintergrund rückte. Aber ich habe diese Zeit sehr genossen und neben der Tatsache, dass wir an diesem Nachmittag beide sehr gefroren haben, in wirklich guter Erinnerung behalten.

Im Jahre 2014 machte sie dann den Kurs zur Sterbebegleitung und war sofort bereit, sich aktiv in die ehrenamtliche Arbeit einzubringen. Deren Stellenwert war ihr bewusst, stand sie doch selbst ihrem Mann monatelang bis zu seinem Tod zur Seite.

Als Mitglied des Vorstands bestach Karin durch ihre außerordentliche Tatkraft, ihren Ideenreichtum und ihre große Kreativität. Unser 25-jähriges Jubiläum 2019 war nicht zuletzt durch ihre Mithilfe bei der Gestaltung ein großer Erfolg. Das wunderbare Projekt „Hospiz macht Schule“ lag ihr besonders am Herzen. Kindern die Thematik und den Umgang mit Krankheit, Tod und Trauer nahezubringen, das gelang ihr aufgrund ihres Wesens gemeinsam mit dem Team im wahrsten Sinne des Wortes spielend.

Karin, wir vermissen dich sehr und werden dich in allerbestem Gedenken nie vergessen!



Peter Hillje

Eine Stimme fürs Leben ...

... das Familienhörbuch für sterbensranke Mütter und Väter

Carola Schede will das Angebot auch im Nordwesten bekannt machen:

Es ist das, was eigentlich nicht passieren darf, und doch passiert es immer wieder. Dass eben auch Mütter und Väter mit noch minderjährigen Kindern selbst unheilbar und lebensverkürzend erkranken. Das erste Mal hat Carola Schede im Rahmen ihres Gezeitenpodcasts vom „Familienhörbuch“ erfahren. Hospiz-Liederbote Konrad Lappe, damals Gast im Podcast, erzählte, dass er im Radio ein Interview darüber gehört hat, dass eine Journalistin aus der Eifel Familienhörbücher für Palliativpatient*innen aufnimmt. Mit dem Ziel, damit ihre Stimme zu bewahren. Für die heranwachsenden Kinder.

Carola Schede setzte sich sofort an den Rechner und ans Telefon. Die Nähe zum Thema Tod und Sterben war bei der 49-jährigen ja eh längst da, hatte sie doch gerade den Gezeitenpodcast „Gespräche über das Leben und den Tod“ gegründet. Außerdem hatte die Mutter einer Tochter selbst mehrmals im Umfeld erlebt, dass ein Elternteil gestorben ist und noch kleine Kinder damit umgehen mussten.

Ende 2021 wurde jetzt das schon 100. Familienhörbuch an eine Familie übergeben. Und es war gleichzeitig das erste, das Carola Schede aufgenommen hat. „Es war glaube ich die sinnstiftendste Arbeit, die ich je gemacht habe.“ Sie ist mittlerweile Teil des Teams, nachdem sie sich im Sommer für eine Fortbildung zur Familienhörbuch – Audiobiograf*in an

der Akademie für Palliativmedizin in Bonn beworben hatte. Hier wurde sie mit anderen Journalist*innen aus ganz Deutschland auf diese ganz besondere Zusammenarbeit mit Müttern und Vätern vorbereitet. Sie alle sind mit der Diagnose „unheilbar“ konfrontiert. Trotzdem: „Wir nehmen nicht die letzten Worte auf, wir feiern das Leben“, so Projektinitiatorin Judith Grümmer in der Ausbildung zu ihren Neuen im Team. „Erzählen hat einen heilenden Effekt“, so die vielfach ausgezeichnete Grümmer, die 2017 mit ihrem Herzensprojekt begonnen hat. Ganz alleine hat sie über 50 Hörbücher aufgezeichnet. Mittlerweile ist das Team auf über 60 gewachsen. Gerade im vergangenen Jahr gab es viele große Auszeichnungen für diese besondere Arbeit für Judith Grümmer.

„Das Ziel ist jetzt, dass, egal wo in Deutschland Mütter und Väter so ein Schicksal erleiden, wir für sie da sein können. Um ihren Schatz des Lebens zu bergen. Und das Angebot ist kostenfrei! Nur bei uns kennt es kaum jemand. Das muss sich unbedingt ändern“, so Carola Schede.

„Durch das Familienhörbuch-Projekt bekommen die Mütter und Väter die Möglichkeit, ihre Lebens-Geschichte selbst zu erzählen. Mit der eigenen Stimme, mit dem eigenen Lachen und Weinen. Sonst sprechen nach dem Tod immer andere über einen selbst. Das ändert das Hörbuch. Es verleiht die Chance, das eigene Leben und Empfinden zu erzählen. So wie man es eben nur selbst kann. Als ich das erste Mal

gespürt habe, wie kostbar das wirklich ist, war ich unendlich bewegt.“

Im Herbst kam nämlich der erste Anruf: „Carola, da ist ein junger Vater. Er ist seit kurzem in Hamburg im Hospiz. Kannst du zu ihm fahren und sein Familienhörbuch aufnehmen?“ Das erste Mal. Herzklopfen. „Ich hatte großen Respekt vor dieser ersten Begegnung. Aber auch ganz praktische Fragen haben mich bewegt. Wie schaffe ich es am Krankenbett die professionelle Aufnahme so zu machen, dass sie wirklich richtig gut klingt? Denn das ist einer der tragenden Bausteine, für die Judith Grümmer einsteht: Professioneller Audiojournalismus. Sowohl in der Produktion als auch später in der Zusammenarbeit mit den Sounddesignern im Projekt, die „alles zum Klingen bringen“.

Der Rahmen für ein Hörbuch ist klar definiert. Bis zu drei Tagen nehmen sich die Audiobiograf*innen Zeit, „um die Schätze des Lebens der sterbenskranken Person zu bergen“, wie Projektgründerin Judith Grümmer es ausdrückt. Die Aufnahme des Familienhörbuchs ändert am Ende eines Leidensweges noch einmal die Blickrichtung, so ihre Erfahrung. „Wir werfen den Blick auf das Leben, das gelebt wurde. Auf das Lieben, Familie gründen, die Schule, Pubertät, den ersten Kuss. Wir lachen, wir schmunzeln, wir wollen stärken. Schließlich soll das Hörbuch kein schweres Vermächtnis für die Kinder werden, sondern Kraft und Trost spenden.“

Moritz D., den Carola Schede so intensiv in Hamburg kennenlernen durfte, ist sechs Wochen nach der gemeinsamen Aufnahme verstorben. Da war sein Sohn noch nicht einmal ein Jahr alt. Und die kirchliche Trauung lag gerade einige Wochen zurück. Am Ende



ging alles viel zu schnell. „Wir waren noch mitten in der Nachbearbeitung“, so Carola Schede, als ich die Nachricht seines Todes bekam. „Ich telefonierte mit dem Sounddesigner aus Köln und wir spürten, wie bedeutsam es ist, dass diese Stimme so noch da ist. Die ganzen Geschichten. Jeder Moment. Jeder festgehaltene Satz. Jedes Atmen, Schmunzeln, Schlucken. „Irgendwie bleibt dieser wunderbare Mensch damit wirklich ein bisschen für seinen Sohn da. Er kann ihm später zuhören. Wann und so viel und so oft er will. Und das fühlt sich gewaltig an!“

Moritz D. und Carola Schede hatten gleich einen guten Draht zueinander. Es war eigentlich ganz einfach, obwohl alle Umstände so schwierig waren. Moritz D. hat einfach angefangen. Am Anfang noch mit viel Weinen und Verzweiflung. Am zweiten Tag schon mit viel mehr auch mit Lachen und Kraft in der Stimme. Er hat erzählt, wie er selber als kleiner Junge war, dass man in der Schule am besten irgendwie in der Mitte mitschwimmt, wie er später Pilot bei der Lufthansa wurde, und wie das war, mit einem Jumbo durch die Welt zu fliegen. Dieses Kapitel heißt zum Beispiel: „Papa ist der Beste, aber kein Superman!“

Der 39-jährige Hamburger erzählte aber auch davon, wie das war, als er vor gut zehn Jahren seine fürchterliche Diagnose bekam, die sein Leben so sehr verändert hat. Und wie er am Tag vor der zweiten großen OP auf einmal seine zukünftige Frau kennengelernt hat „Die große Liebe erkennst du daran, dass sie sich an-

fühlt wie Zuhause sein“, so Moritz D an seinen Sohn. Liebe unter den Zeichen des nahenden Todes. „Es ist eine unfassbar große und bewegende Liebesgeschichte, die die beiden zusammen gelebt haben!“ erinnert sich Carola Schede. Als Moritz D.s Frau vom Familienhörbuch hörte, hat sie sich sofort für ihren Mann beworben. Und schnell den Zuschlag erhalten. Letztlich waren es nur zwei Tage Aufnahme. Dann hatte Moritz D. das Gefühl, dass alles Wichtige gesagt war. Es sind insgesamt 27 Kapitel über das Leben und die Liebe geworden. „Wir haben zusammen geweint und doch noch viel mehr zusammen gelacht. Und als wir fertig waren ist dieses Foto entstanden.



Es zeigt, wie glücklich Moritz D. war, das geschafft zu haben. Es war anstrengend für ihn. Aber es war auch eine unglaubliche Erleichterung. Denn: Als wir den Anfang erstmal hatten, da lief alles wie von selbst“. Für seinen kleinen Sohn hat er auch Gute Nacht Geschichten eingesprochen. Und aus seinen Lieblingskinderbüchern vorgelesen. Und sogar das Vater Unser, falls Jakob mal mit seinem Papa beten will. Manche Kapitel sind auch erst für später, für den größeren Jakob gedacht. Dann erfährt er auch, von wem sein Papa den ersten Liebesbrief bekommen hat und warum er wusste, dass die Mama seine Frau fürs Leben ist. Und warum er, Jakob, eigentlich Jakob heißt. Und so vieles, vieles mehr. Wer in der Region Mütter oder Väter kennt, die in ähnlicher Situation sind:

Das Familienhörbuch kostet die betroffenen Familien nichts. Die Familienhörbuch gGmbH wird komplett über Spenden finanziert und wird zudem wissenschaftlich begleitet. Aber die ersten Untersuchungen lassen keinen Zweifel daran, dass dieser Schatz des Lebens für die Kinder der Verstorbenen eine große Hilfe sein kann, mit der Trauer und dem Verlust ein Stück weit besser zu leben. Und das ist der größte Wunsch von Judith Grümmer und ihrem Herzensprojekt.

Nähere Informationen unter familienhoerbuch.de

Nachtrag:

Auf YouTube sind unter dem Suchwort „familienhörbuch“ kurze und längere Reportagen dazu zu finden.

Gezeitenpodcast

Ein regionaler Podcast über das Leben und das Sterben

Dass ein Podcast keine Bewerbungsveranstaltung für Kochtöpfe ist, das habe ich inzwischen auch gelernt. Früher sagte man Sendereihe dazu. Podcasts gibt es inzwischen zu allen erdenklichen Themen, beginnend beim Kinderfunk. Und eben auch zum Lebensende. Bemerkenswert finde ich den regionalen www.gezeitenpodcast.de. Hier haben sich die Journalistin und Dozentin Carola Schede aus Zetel und die Fest- und Trauerrednerin Britta Eden aus Varel im vergangenen Jahr zusammengetan.

„Gezeiten – Gespräche über das Leben und den Tod“, so haben sie die inzwischen 13 Sendungen (Stand April 2021) überschrieben. Jede Folge ist zwischen 30 und 48 Minuten lang. Im Podcast Nr. 1 stellen sie sich selber vor. Die Liste ihrer bisherigen Interviewpartner*Innen ist umfangreich. Hier einige Beispiele: Eine Pastorin, der Friedwald-Förster/Betreiber von Grabstede, ein Seebestattungs-Kapitän von Dangast, Expertinnen für Kinder- und Jugendtrauerbegleitung, Menschen,



die selbst oder begleitend in der Familie einer lebensverkürzenden Krankheit begegnen u.a. Auch ich selbst war schon als Gast bei den beiden Frauen und habe über meine ehrenamtliche Arbeit „Musik als Brücke im letzten Lebensabschnitt“ im Altersheim und Hospiz berichtet. Alle Gäste der Sendung sind im Raum zwischen Oldenburg und der Küste tätig und zuhause. Der regionale Bezug ist den beiden Autorinnen sehr wichtig. Jeder der Sendungen ist etwas sehr Besonderes. Die Gäste stellen ihre Tätigkeit oder ihre per-

sönliche Beziehung zum Thema sehr ausführlich und offen da. Die Gespräche sind nicht nur ernst, einige haben auch humorvolle Passagen. Ich fand es wichtig, mir die Podcasts in kleinen Portionen anzuhören. Die beiden Autorinnen wollen diese Reihe fortsetzen und freuen sich über Anregungen für Interviewgäste.

Der Kontakt kann über die Internetseiten hergestellt werden.

www.gezeitenodcast.de www.carolaschede.de
www.britta-eden.de

Seid ihr „todesmutig?“

... diese Frage stellte sich uns letzstens. In einem anderen Hospizdienst in unserer Region ist das ein gängiger Begriff. Ja! Ja wir sind „todessmutig“ wir zeigen den Mut, uns mit dem Tod auseinanderzusetzen. Menschen bis in den Tod zu begleiten, nicht die Augen vor dem Tod zu verschließen. Über das Sterben zu reden, ist uns selbstverständlich. Wie oft kommen wir in Situationen, in denen wir eine große Sprachlosigkeit erleben. Betroffene, Angehörige und Freunde können nicht miteinander über die Erkrankung, die palliative Situation, die Hoffnungslosigkeit reden. Sie finden keine Worte des Tröstens füreinander.

Unsere ehrenamtlich Mitarbeitenden können in diesen Familien **eine Brücke bauen**. Ich erinnere mich an ein Erstgespräch: Ich war mit einem Herrn verabredet, er war palliativ eingestuft. Seine Frau öffnete mir die Tür, begrüßte mich zögerlich, führte mich ins

Wohnzimmer zu Ihrem Mann und verschloss die Tür von außen mit den Worten: „Ich bin in der Küche und warte, bis Sie wieder gehen.“ Ihr Mann litt sehr darunter, dass seine Frau, die palliative Situation nicht akzeptieren wollte. Sie und der Rest der Familie äußerten den Wunsch, dass er sich doch einer Selbsthilfegruppe anschließen möge, dazu fehle ihm aber die Kraft. Die begleitende ehrenamtliche Mitarbeiterin, schaffte es in vorsichtigen Gesprächen, eine Brücke zwischen den Eheleuten zu bauen. Seine Ehefrau konnte die Situation akzeptieren und den Gedanken an den bevorstehenden absehbaren Tod zulassen. So konnten sie gemeinsam, die letzte Zeit miteinander verbringen und nicht jeder für sich. Die Ehefrau erzählte später in einem Telefonat, wie wichtig diese gemeinsame Zeit für sie war. Also seid und bleibt „todesmutig“.

Stefanie Gründler (Kordinatorin)

Brücken bauen mit Musik?

Zwei Beispiele aus dem Friedel-Orth-Hospiz in Jever

1. Gelungen:

Bei meinem turnusmäßigen Rundgang durch die Zimmer treffe ich auf eine ca. 80-jährige Frau. Sie kann sich nicht mehr äußern, ihre Tochter und die ca. 25-jährige Enkeltochter sind zu Besuch und scheinen ein bisschen ratlos, was sie tun können. Sie sitzen schon seit längerem am Bett. Im Laufe unseres Gesprächs summe ich mit Blick auf die Enkelin das Lied von der „Weihnachtsbäckerei“. Sie scheint mir von der Altersgruppe her mit Liedern von Rolf Zuckowski groß geworden zu sein. Sie ergreift bei den ersten Tönen sofort die Hand ihrer Oma: „Oh, Oma, bei dem Lied haben wir oft so schön zusammen gebacken!“ Und derweil sie fortwährend streichelt, singen wir zu dritt alle Zeilen, die wir auswendig zusammenbekommen. Dass es Hochsommer ist, spielt für dieses Lied keine Rolle. Es fließen auch Tränen, ein Moment des Wertschätzens am Lebensende, den die Angehörigen singend ausdrücken können.

2. Mislungen:

Frau T. kenne ich von kurzen Begegnungen der vergangenen beiden Wochen. Sie hat große Wortfindungsprobleme, ich kann sie aber etwas verstehen. Bei diesem Besuch gibt sie zu erkennen, dass sie jetzt keine Musik hören wolle. Beim Verabschieden frage ich den Ehemann, ob er oder sie zusammen gerne Musik gehört hätten. Ja, Klassische Musik eher, war die Antwort. Und ob er selber gerne singe,

frage ich weiter. „Eigentlich nicht, aber in der Kirche“ ist seine Antwort. Von seiner Frau kommt eine heftige Reaktion, sie zeigt ihm einen Vogel.

Na ja, meint der Mann, er würde mit der Orgel etwas mitsingen oder brummen. Ich frage ihn noch nach der Kirchengemeinde und nach dem dort geläufigen Gesangbuch; seine Frau fährt fort, das Gesagte mit Gesten und Kurzsätzen „spinnst ja!“ zu kommentieren. Er erzählt von häufigen Umzügen und Ortswechseln aufgrund der Tätigkeit bei der Marine. Mit der Bemerkung „Das war dann sicher für sie auch nicht immer so einfach“, versuche ich die Frau ins Gespräch einzubeziehen. Sie nickt zustimmend. Der Mann erklärt, dass es für ihn im beruflichen Umfeld doch immer eine vertraute Umgebung gewesen sei. Im Blickkontakt mit der Frau versuchte ich, die Situation von Marine-Frauen zu würdigen, die es dann doch schwieriger haben, sich immer wieder auf eine neue Umgebung einzustellen.

Da sich das Gespräch aus meiner Sicht dann doch bald in Richtung Paarberatung ohne Beauftragung zu entwickeln scheint, verabschiede ich mich von den beiden und gehe in den Gemeinschaftsraum.

Der Mann kommt nach einigen Minuten auch dorthin; er ist von der Pflegerin zum Kaffeetrinken geschickt worden; die Blähungen der Frau sollen pflegerisch behandelt werden. Beim Kaffeetrinken kommt er noch mal auf die Situation im Hospizzimmer zu sprechen. Er meinte, vielleicht habe sie sein Mitsingen

beim Gottesdienst nicht unter „Musik“ eingestuft. Sie selber habe nicht gesungen. Sie sei aber nach dem Einschnitt vor zwei Wochen (Sprachfindungsprobleme), die wahrscheinlich auf einen Schlaganfall zurückzuführen seien, auch im Verhalten sehr verändert. In den letzten Nächten habe er auch schon mal im Zimmer auf einem Liegesessel übernachtet; das Personal hatte ihn auf ein möglicherweise bevorstehendes Lebensende hingewiesen. Vielleicht sei das viele Zusammensein auch nicht gut gewesen für seine Frau.

Die Streit-Situation, die ich miterlebt habe, ist ihm offensichtlich unangenehm. Ich versuche mit der Bemerkung, dass man ja auch mal unterschiedlicher Meinung sein könne, etwas Spannung herauszunehmen. Der Mann beendet dann das Gespräch und geht wieder zurück ins Zimmer zu seiner Frau. Bei meinem nächsten Kommen ist sie verstorben.

Hier möchte ich gleich eine kurze Reflektion über mögliche Gründe für das Verhalten der Frau anschließen:

- Sie hielt die Aussagen ihres Mannes in Bezug auf sein Singen in der Kirche für völlig an der Realität vorbei.
- Es kamen tiefer liegende Aggressionen auf ihren Mann oder Unzufriedenheit über ihr gemeinsames Leben hoch...
- Sie wurde ärgerlich, weil sie im Zimmer durch ihre eingeschränkte Sprechfähigkeit aus der Kommunikation öfters außen vor war; auf ihren Mann, habe ich mich möglicherweise stär-



ker konzentriert: einmal als sprechfähigen Mensch und zum anderen als seltenes Exemplar eines potentiell mitsingenden männlichen Angehörigen.

- Sie war ärgerlich, weil durch mein Kommen und einen Moment-Dableiben eine wichtige begonnene Kommunikation abgebrochen war.
- Durch den evtl. Schlaganfall war bei ihr eine Wesensänderung eingetreten.

- Das Unwohlsein über Blähungen hatte sich im Ärger ihrem Mann gegenüber niedergeschlagen.

Was letztendlich dabei alles eine Rolle gespielt hat, kann ich nicht klären; ich habe die Situation später in einer Supervision noch einmal aus meiner Sicht beleuchtet.

Konrad Lappe

Neue Methode zur Wiederbelebung

Unversehrt trotz eineinhalbstündigem Herzstillstand

Diesen Artikel fand ich im Netz, er stammt von der Neuen Züricher Zeitung (NZZ) 22.04.2021, Autorin Nicola von Lutterotti. Er ist zu umfangreich für unseren Rundbrief. Die wichtigen medizinischen Texte zitiere ich (kursiv), der restliche Text erfolgt mit meinen Worten.

Gerade einmal zehn Prozent der Betroffenen überleben einen Herzstillstand, der außerhalb eines Spitals passiert – und nur ein Teil von ihnen ohne Folgeschäden. Eine neue Methode könnte das ändern ...

In einem kleinen Dorf im Schwarzwald bricht eine 35-jährige Frau zusammen, das übliche Procedere klappt reibungslos, es gelingt jedoch nicht, das Herz eigenständig zum Schlagen zu bringen. Die Beteiligten wollen aber nicht aufgeben und schließen die Patientin an eine mechanische Reanimationshilfe an, der Helikopter bringt die junge Frau in die Universitätsklinik nach Freiburg i. Br.

... Hier zeigt sich der Zufall von seiner besten Seite. Die diensthabende Notärztin erinnert sich, dass das Team des Herzchirurgen Friedhelm Beyersdorf ein neues Wiederbelebungsverfahren entwickelt hat und gerade dabei ist, es im Rahmen einer klinischen Studie zu testen ...

Tatsächlich sind ein in der Handhabung des neuen Verfahrens geübter Arzt und ein Kardiotechniker verfügbar und schließen den Blutkreislauf der Patientin innert Minuten an das Gerät mit dem Namen „Carl“ (Controlled Automated Reperfusion of the Whole Body) an. Seit dem Beginn des Herzstillstands, dem laut späteren Erkenntnissen eine Seltene Infarkt-Ursache zugrunde liegt, sind mittlerweile eineinhalb Stunden vergangen. Dennoch trifft das ein, was selbst die Ärzte nicht zu hoffen gewagt hatten: Die Patientin erholt sich vollständig. Bei ihrer Entlassung gibt sie in einem Handy-Video lächelnd zu Protokoll: „Mir geht es richtig gut.“



Dass sie einen so langen Herzstillstand-versehrt überlebt hat, ist vielmehr das medizintechnische Ergebnis von mehr als 30 Jahre währender Grundlagenforschung. Ein entscheidender Impulsgeber war dabei die Erkenntnis, dass das Gehirn, anders als die Lehrmeinung besagt, einen Sauerstoffmangel sehr viel länger toleriert als drei bis fünf Minuten ...

Die Freiburger Wissenschaftler und andere Forscherteams haben ermittelt, dass dieses kritische Zeitintervall um ein Vielfaches verlängert werden kann, Allerdings muss die sogenannte Reperfusion (Wiederdurchblutung) nach ganz bestimmten Regeln ablaufen. Das Blut ist nach längerem Stillstand toxisch und muss sehr langsam wieder mit Sauerstoff

angereichert werden, ansonsten kann es misslingen und zu neurologischen Ausfällen kommen.

Unter Berücksichtigung dieser und weiterer physiologischer Besonderheiten hat das Freiburger Team um Friedhelm Beyersdorf, Georg Trummer und Christoph Benk ein transportierbares Reperfusionssystem entwickelt, das die ursprünglichen Durchblutungsverhältnisse im gesamten Organismus sehr behutsam wiederherstellt...

In Freiburg, einer niederländischen und einer österreichischen Klinik muss sich „Carl“ jetzt bewähren. Denn bis April 2021 wurden erst 9 Probanden behandelt. Im Rahmen der Studie sollen 100 Patienten getestet werden. Aber insgesamt hört sich das doch sehr hoffnungsvoll an.

Nun muss ich noch eine persönliche Bemerkung loswerden: Nach 16-jähriger Elternzeit bin ich 1986 wieder berufstätig geworden, auf eine Anzeige in der FR habe ich etliche Angebote erhalten, mich hat aber nur eines interessiert: Universitätsklinik Frankfurt Abteilung Radiologische Diagnostik. Die Stelle habe ich auf Anhieb erhalten. Einer der ersten Ärzte, die mich im Vorzimmer herzlich begrüßten war Dr. Friedhelm Beyersdorf, zu dieser Zeit noch Assistenzarzt. Im Laufe meiner 17-jährigen Tätigkeit habe ich sehr viele Ärzte ab dem praktischen Jahr (PJ) bis zur Habilitation kennengelernt und ich freue mich immer, wenn ich in den Visite-Sendungen einen mir aus dieser Zeit bekannten Arzt sehe.

Ortrud Seyfarth

Trauerfeier – kombiniert in Präsenz und online – geht das?

Als ich in einer hiesigen Zeitung in einer Traueranzeige las, dass eine Live-Übertragung der Trauerfeier übers Internet vorgesehen war, war mein Interesse geweckt an dieser speziellen Form der Trauerfeier; eine Form, die durch die Pandemie-Bedingungen und die weite Entfernung zu einem Teil der Angehörigen bedingt war. Auf der Internetseite des Instituts war ein Link zur live-stream Übertragung der Trauerfeier über das Portal *YouTube*.

Das Bestattungsinstitut aus Wiesmoor hatte in Absprache mit den Angehörigen in der Abschiedshalle Kamera und Mikrofon installiert. Mit Blickrichtung auf das Pult der Rednerin, die Urne, Blumen- und Kerzenschmuck sowie ein Foto des Verstorbenen. Die Trauerfeier verlief, wie es unter Corona Bedingungen Brauch ist, ohne gemeinsames Singen: Mit Orgelmusik, Worte und Gebete einer Pastorin, das plattdeutsche Lied einer Sängerin über CD und eine



Lebenswürdigung des Verstorbenen mit Hinwendung zu den Hinterbliebenen, die im ganz kleinen Kreis anwesend waren. Etwas Besonderes war bei den einleitenden Worten die Begrüßung der Familienmitglieder im fernen Kanada sowie aller Trauergäste, die online verbunden waren. Letztere umfassten um die einhundert Zuschaltungen.

Mit einem Segen und dem Orgelspiel zum Auszug „Von guten Mächten“ endete die Übertragung. Obwohl ich den Verstorbenen nicht kannte, hat mich diese Übertragung der Trauerfeier sehr berührt.

Einmal abgesehen von den Besonderheiten der Pandemie-Bedingungen finde ich wichtig: Für Menschen, die sehr weit entfernt wohnen oder wg. körperlichen Einschränkungen nicht anreisen können, ist dies eine gute Form des Anteilnehmens. Zwar

ohne Umarmungen und andere Zeichen körperlicher Nähe, aber doch im Gefühl des angenäherten Zusammen-Da-Seins.

Bei einem Bestattungsinstitut in Jever ist diese Form ebenfalls möglich; bei weiteren Bestattungsinstituten in der Region fand ich auf ihren Internetseiten bisher kaum Hinweise auf solche Möglichkeiten. (Stand März 2022) Vielleicht ist das bei Bedarf im Einzelfall technisch machbar. Ein Institut in Schortens bietet einen Videozuschnitt der Trauerfeier an.

Wer sich selber ein Bild machen möchte: Auf *YouTube* sind evtl. aktuelle Trauerfeiern aufrufbar. Sie sind dort unter dem Stichwort „Bestattung Buss“ zu finden.

Konrad Lappe

Pflegende Angehörige

Es gibt die ganze Bandbreite, von: Ich helfe einmal in der Woche meiner etwas tüdelig gewordenen Tante bei ihrem Papierkram. Bis: 24-Stunden-Rundumpflege eines schwerstpflegebedürftigen Menschen ohne Pflegedienst, wie im untenstehenden Beispiel. Es kann Pflege für einen psychisch kranken Menschen sein, für jemanden mit geistiger Behinderung oder jemand körperlich Erkrankten.

Sie kann im eigenen Haushalt stattfinden, im Haushalt des betreffenden Menschen oder auch tägliche Hilfe beim Essen bedeuten für einen alten Menschen im Pflegeheim, ebenso das tägliche längere festge-

plante Telefongespräch mit dem psychisch kranken erwachsenen Sohn in einem betreuten Wohnen.

Die Pflege kann allein, zu zweit, im Verwandten-Netzwerk (3 Kinder kümmern sich abwechselnd um ihre Mutter mit Demenz) oder zusammen mit einem Pflegedienst organisiert sein.

Sie ist meistens weiblich, aber nicht immer: Nach einer Untersuchung waren in Hessen 1/3 der pflegenden Angehörigen männlich. Was zu einem größeren Gleichgewicht der Geschlechter unter den pflegenden Angehörigen führen kann, das ist ein großes und extra Kapitel wert.



Die Pflege leisten Angehörige hauptberuflich oder neben Berufsarbeit und Familienarbeit.

Es gibt viele Konstellationen: Schwiegertöchter pflegen die Schwiegermütter, PartnerInnen ihre PartnerInnen, Eltern ihre erwachsenen Kinder. Dass auch gelegentlich 10-15 jährige Mädchen und Jungen den Haushalt „schmeißen“, wenn z.B. die alleinerziehende Mutter in schwerer chronischer Depression ist, diese Art von Rollenumkehr (sog. Parentifizierung) ist ein extra Beitrag wert.

In den letzten 20 Jahren ist die Arbeit pflegender Angehöriger auch durch gesetzliche Maßnahmen mehr anerkannt und gefördert worden. Das Leitbild „ambulant vor stationär“ ist aus Sicht der Krankenkassen auch durch die steigenden Kosten in Pflegeheimen entstanden.

Neben dem Pflegegeld bzw. den Pflegeleistungen erhalten Betroffene aber noch weitere Leistungen – z. B. für den Umbau der Wohnung. Und auch die pflegenden Angehörigen wurden in den Gesetzen berücksichtigt: Neben kostenlosen Beratungen und Pflegekursen sind vor allem Leistungen wie die Verhinderungspflege ideal, um Angehörige heute ein Stück weit mehr zu entlasten als noch zuvor. Auch bessere Absicherungen (Renten- und Sozialversicherung) wurden den Angehörigen eingeräumt.

Beratungen sind in unserer Region hier möglich:
Senioren- und Pflegestützpunkt Wilhelmshaven
Wertstr. 75, 26382 Wilhelmshaven
Tel. 0 44 21/ 13 00 146, www.spn-wilhelmshaven.de

Die Pflegeberatung des Senioren- und Pflegestützpunktes des Landkreises Friesland ist

aktuell telefonisch erreichbar unter 04461 9196031, montags bis freitags, von 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr. Bürgerinnen und Bürger können sich hier rund um die Themen Pflege, Pflegebedürftigkeit und Versorgung beraten lassen. Auch darüber, wie man über die Pflegekasse eine Begutachtung auf den Weg bringen kann, um einen Pflegegrad (früher: Pflegestufe) für den betreffenden Menschen zu erlangen.

Es gibt auch Selbsthilfe-Netzwerke für pflegende Angehörige, auch bei psychischen Erkrankungen. Näheres steht auf den Serviceseiten der Tageszeitsungen oder ist hier zu erfahren:

Für WHV:

[www.https://selbsthilfekontaktstelle-whv.de/selbsthilfegruppen/](https://selbsthilfekontaktstelle-whv.de/selbsthilfegruppen/), **Tel: 04421 7719329**

Kontaktstelle Landkreis FRI:

www.kiss-friesland.de

Nordkreis, **Tel. 04461-9302-20;**

Sprechzeit: Mittwoch 10.00–14.30 Uhr

Südkreis, **Tel. 04451-9146-46**

Sprechzeiten: Montag 9.00–12.00 Uhr

Dienstag 15.00–18.00 Uhr

Donnerstag 10.00–12.00 Uhr

Konrad Lappe

Pflegende Angehörige – eine 24-Stunden-Herausforderung, 7 Tage die Woche und 365 Tage im Jahr!

Nicht nur lebensverkürzt Erkrankte, auch schwer-/schwerstbehinderte Menschen befinden sich in der häuslichen Pflege. Eine Herausforderung für die pflegenden Angehörigen.

Wir haben in der Samstagsausgabe der Wilhelmshavener Zeitung vom 8. August 2020 einen lesenswerten Artikel gefunden. Hier wird über die Eheleute Muth aus Friesland berichtet, die seit 20 Jahren ihren schwerstbehinderten Sohn Henrik zu Hause betreuen. Ein unverschuldeter Autounfall veränderte das Leben des jungen Mannes und das seiner Eltern von Grund auf.

Es wird berichtet, dass die Eltern ein Jahr lang die Pflege ihres Sohnes im Evangelischen Krankenhaus in Oldenburg erlernten. Für die beiden war von An-

fang an klar, dass der Sohn im häuslichen Umfeld leben soll. Es kam für sie nicht infrage, ihren Sohn in ein Heim zu geben. Sie haben ihr Leben darauf eingestellt. Der Tagesablauf sei durchstrukturiert, ständig haben sie ihren Sohn über einen Monitor im Blick, damit sie bei Problemen sofort unterstützen können.

Zu Beginn der Coronazeit wurden zunächst einmal die Hausbesuche der helfenden Dienste eingestellt, zum Glück war es nach wenigen Tagen wieder möglich, Pfleger und Therapeuten zu empfangen.

Wir möchten mit diesem Artikel auf die unbeschreiblich wichtige Arbeit pflegender Angehöriger aufmerksam machen. Ihnen gebührt größter Respekt und Anerkennung!

Eine große Sorge, die die Familie umtreibt, ist das Intensivpflege- und Rehabilitationsstärkungsgesetz (IPREG). Nach diesem Gesetz wird die Intensivpflege beatmeter Familienangehöriger einmal jährlich vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) auf ihre Qualität hin geprüft. Schlimmstenfalls müssen Patienten von zu Hause in stationäre Pflegeeinrichtungen verlegt werden. Das sei für die Krankenkassen billiger, geschehe aber gegen den Willen der Pflegebedürftigen und der Betreuer, so

Prof. Andreas Zieger, Vorsitzender des Neuro-Netzwerks Weser-Ems.

Zusatzinformationen:

Der Verein Neuro-Netzwerk möchte die Nachsorge und Teilhabe für Menschen mit einer Hirnschädigung und neurologischen Beeinträchtigungen nachhaltig verbessern. www.bit.ly/neuro-netzwerk

Birgit Holtz

Einsamkeit

Ein schlimmes Gefühl – und was dagegen hilft

Deutschlandfunk Kultur, Auszüge aus einem Bericht von Alexandra Gerlach (April 2021)

Abstand halten, Kontakte beschränken, so lauten zwei Ratschläge, um Corona einzudämmen. Doch es gibt Nebenwirkungen – Einsamkeit etwa. Jugendliche und alte Menschen sind von ihr besonders betroffen. Das Phänomen Einsamkeit hat viele Gesichter. Es erfasst vor allem Ältere, aber neuerdings seien verstärkt auch junge Menschen davon betroffen, sagt die Dresdner Psychotherapeutin *Astrid von Friesen* (<https://astrid-von-friesen.de>) „Das ist ja ein Phänomen des 20. und 21. Jahrhunderts. Es wird schon von der Volksseuche Nummer eins gesprochen, und in England gibt es ja bereits ein Ministerium gegen die Einsamkeit.“

„Bei älteren Menschen, die ich bisher besuchte, spielt das Thema **Einsamkeit** häufig eine Rolle“, sagt die

Seelsorgerin *Marianne Feydt* aus Leipzig. Das sei auch schon vor Corona so gewesen: „Ich erlebe immer wieder die Aussage von älteren Menschen: ‚Ach, meine Kinder sind weit weg.‘“

Manfred Wilde, Oberbürgermeister im nordsächsischen Delitzsch erzählt: „Ich kenne einige fröhliche, aufgeschlossene Jugendliche, die in öffentlichen Kulturveranstaltungen mit aufgetreten sind, die sportlich aktiv waren und die jetzt wirklich verkümmern wie so ein Pflänzlein ohne Wasser, die zu Hause sitzen. Das sind prägende Elemente, die sie irgendwann in den nächsten zwei, drei, vier Jahren auch nicht ausräumen können.“

Auch schon vor der Corona-Pandemie war die Vereinsamung in unserer Wohlstandsgesellschaft ein

Problem. Das habe sich in Zeiten von Corona deutlich gesteigert und gehe an die Grundfesten des menschlichen Daseins, wie *Astrid von Friesen* erläutert: „Wir wissen, dass einsame Menschen einen erhöhten Puls haben, erhöhten Blutdruck, dass die Herzinfarktquote um 30 Prozent steigt, wenn man sich einsam fühlt – einfach, weil wir Menschen nicht für die Einsamkeit geboren worden sind. Wir sind ja eigentlich noch sehr archaische Wesen.“

Früher hat sie in Hamburg gelebt, dort war sie 15 Jahre in der Telefonseelsorge engagiert. Auch dort war die Einsamkeit bei Jugendlichen und alten Menschen das vorherrschende Problem, damit zusammen auch die Suizidalität am höchsten. Das deckte sich mit den Erfahrungen der übrigen rund 100 Telefonseelsorge-Stellen in Deutschland, die von den beiden großen Kirchen getragen werden. Seit der Pandemie wird dieser Notruf wieder verstärkt beansprucht.

Der Hamburger Zukunftsforscher *Horst Opaschowski* warnt vor einer dramatischen Zunahme der Einsamkeit. Die Pandemie drohe zur „Epidemie der Einsamkeit“ zu werden. Die Sorge vor Vereinsamung sei inzwischen fast so verbreitet wie die Sorge vor Altersarmut. Soweit der Bericht des Deutschlandfunk Kultur.

Vor allem in den ländlichen Gebieten macht sich das Phänomen Einsamkeit besonders bemerkbar. Hier fehlen besonders die Senioren-Nachmittage, die Singkreise, die Ausflugsfahrten mit Busunternehmen. Wir vermissen Besenwerfen und Nachbarschafts-Fahrradtouren. Auch die runden Geburts- und Hochzeitstage sind weggefallen. Gemeindeleben findet zurzeit nicht statt. Besonders schlimm ist der

fehlende Kontakt zu den Angehörigen, die in Alten- und Pflegeheimen wohnen oder im Krankenhaus weilen. Es ist schrecklich, wenn Kinder nicht bei ihren schwer kranken oder sterbenden Eltern weilen dürfen.

Das sind doch alles Werte, die die Menschheit im Laufe der Zeit zu ihrer Kultur erhoben hat.

„Das gehört sich einfach so“, haben uns die Eltern oftmals gepredigt. Natürlich waren mitunter auch fragwürdige Traditionen dabei, die dann auch mal auf der Strecke bleiben dürfen.

Ich stelle mir aber auch die Frage, wenn der Corona-Spuk endlich vorbei ist, kommt dann alles wieder zurück und wie lange dauert das? Mir tun die Kinder und die Heranwachsenden wirklich leid. Sie sind in ihrer Entfaltung und Aktivität voll ausgebremst. Vor allen Dingen in bedürftigen Haushalten sind die Probleme sicher noch größer.

Ich gehöre zu der Generation, die noch im Krieg geboren ist und die Nachkriegszeit sehr bewusst erlebt hat. Wir Kinder wären nicht auf die Idee gekommen, Ansprüche zu haben. Die Trümmern waren eben da und haben unsere Phantasie beflügelt. Dann kam schon bald das „Wirtschaftswunder“ ja, da haben die meisten Menschen das Elend des Krieges, Flucht und Verlust der Heimat vorläufig vergessen, es musste ja weitergehen. Bis dann irgendwann die psychischen Probleme auftraten. Wie wird das nach der Pandemie sein? Junge gesunde Menschen, resiliente Menschen, die schaffen das, die holen Versäumtes nach. Aber die Alten?

Ortrud Seyfarth

Schritte gegen Einsamkeit, auch unter Corona-Bedingungen

- Hier folgt jetzt eine einfache Auflistung von Erfahrungen und Möglichkeiten. Sie sind orientiert an älteren Menschen. Klar ist, dass es Einsamkeit in **allen** Altersgruppen gibt.
- Einige der Möglichkeiten sind abhängig vom Grad der Einsamkeit, von den technischen Fähigkeiten oder Möglichkeiten, von der eigenen Vorsicht, manchmal auch vom Geldbeutel oder wie vorzeigbar man die eigene Wohnung empfindet,
- Im April 2020, im ersten harten Lockdown beschloss der Bewohner eines Wohnblocks in Jever seine **Morgengymnastik auf dem Balkon** zu machen. Beim Müllrunterbringen erzählte er davon Nachbarn, die das gut fanden und auch machen wollten. Also: An den nächsten Tagen erklang morgens um 10 Uhr über einen CD Player 8 Minuten lang der Walzer „An der blauen Donau“. Zu dieser Musik bewegte jede/r die Gelenke vom Hals bis zu den Zehen durch. Hinterher noch ein bisschen Schnacken. In Hoch-Zeiten beteiligten sich 5 Balkons an dieser Form der Gemeinsamkeit.
- Adventliches Singen im Treppenhaus: Alle 8 Nachbarn bekamen per Briefkastenzettel eine Einladung zum Singen bekannter Lieder zur (Vor-) Weihnachtszeit zu einer bestimmten Uhrzeit im Treppenhaus. Ein kleiner Hefter mit 5 Liedertexten stellte die Anregerin allen vor die Tür. Alle konnten wählen, ob sie – je nach Vorsichtsgrad – die Wohnungstür geschlossen, angelehnt oder geöffnet halten wollten. Eine/r stimmte an. Gespräche

von Tür zu Tür im Treppenhaus übers Singen in Kindertagen schlossen sich meistens an.

Kein Schwein ruft mich an.

Keine Sau interessiert sich für mich! (Liedtext)

- sich mit jemand auf einen Spaziergang verabreden
- mit Hunde Herrchen/Frauchen zusammen gehen
- sich mit jemand sich wechselseitig zum Kochen 1x wöchentlich verabreden
- sich mit einer Person zum Telefonieren verabreden
- sich mit jemand zum Kartenspielen, Scrabbeln o.ä. verabreden
- eine Whats App-Gruppe bilden mit Angehörigen, Freunden, Nachbarn
- sich einer Telefonkette anschließen
- Ehrenamt-Agentur; die Freiwilligenagentur Varel bzw. hat eine allmorgendliche Telefonkette ins Leben gerufen, Näheres hier:
- <https://agenda-varel.de/freiwilligen-agentur-varel/projekte/>
- Bei den Senioren-Beauftragten, den Kontaktstellen für Selbsthilfegruppen oder den Pflegestützpunkten lohnt es sich nach vorhandenen Telefonketten nachzufragen.
- Wenn man vereinsamte Angehörige oder Freunde hat, sie aber nicht ausreichend anrufen/besuchen kann, dann gibt es das kostenpflichtige Angebot der sogenannten
- „Wohlfühlrufe“. Ehrenamtlich aus Bremen rufen dort die gewünschten „gebuchten“ Telefonnum-

mern an und sprechen mit den Menschen „über alle Farben des Regenbogens“, wie es im Ankündigungstext heißt. Näheres

- <https://ambulante-versorgungsbruecken.de/angebote/#anruf>
- wenn von der Kirchengemeinde, dem Stadtteil oder dem Seniorenbeirat ein Seniorenfrühstück angekündigt wird: Hingehen

- ins Bäckerei-Café 1x die Woche gehen, um Leute zu sehen
- Internet-Klöngruppen: zum Beispiel www.herbstzeit.de oder www.feierabend.de oder www.seniorenportal.de (Schauen, was einem dort an Werbung entgegenfliegt, muss man natürlich immer.)

Konrad Lappe

Dankbarkeiten

Delphine de Vigan, Dumont, Köln 2020, 20 €, TB 10 €

Michka, die stets ein unabhängiges Leben geführt hat, muss feststellen, dass sie nicht mehr allein leben kann. Geplagt von Alpträumen glaubt sie ständig, wichtige Dinge zu verlieren. Tatsächlich verliert sie nach und nach Wörter, findet die richtigen nicht mehr und ersetzt sie durch ähnlich klingende. Die junge Marie, die Michka früher versorgt hat, bringt sie in einem Seniorenheim unter. Der alten Frau fällt es schwer, sich in der neuen Ordnung einzufinden. In hellen Momenten leidet sie unter dem Verlust ihrer Selbstständigkeit. Die Enge und Monotonie ihres neuen Lebens stehen im kompletten Gegensatz zu ihrem früheren Dasein, das von Offenheit und regem Austausch bestimmt war. Ihr einziger Lichtblick sind Marie und der junge Logopäde Jérôme, der sie regelmäßig aufsucht. Beide kümmern sich liebevoll um sie. Michka wiederum zeigt ihnen, wie wichtig der Kontakt zu Menschen ist, wie sehr man Zuneigung und tiefes Verständnis braucht, ganz egal wie alt man ist. Doch was sie am meisten beschäftigt, ist die bisher vergebliche Suche nach einem Ehepaar, dem sie ihr Leben zu verdanken hat. Daher gibt Marie eine Suchanzeige auf, und Michka hofft, ihre tiefe Dankbarkeit endlich übermitteln zu können, bevor es zu spät ist.

Klarsichtig und scharfsinnig erzählt Delphine de Vigan von dem, was uns am Ende bleibt: Zuneigung, Mitgefühl, Dankbarkeit. Und zugleich zeigt sie in „Dankbarkeiten“, dass nichts so wichtig ist wie die Menschen, die uns zu denen gemacht haben, die wir sind. (Klappentext)

Mein Buch des Jahres 2020/2021!



Anke Tapken-Gutjahr

Dankbarkeiten in Zeiten von Corona

Wir leben in Zeiten, die uns viel abverlangen und die oftmals auch sehr belastend sind. Da ist es nicht verwunderlich, wenn unser Fokus auf die negativen Seiten des Lebens gerichtet ist. Um wieder positive Energien zu bekommen, kann es sinnvoll sein, dass wir unser Augenmerk bewusst auf die Dinge richten, für die wir dankbar sein können: egal ob es die kleinen oder die großen Dinge oder Momente des alltäglichen Lebens sind. Wir haben solche Momente – mit Unterstützung der Koordinatorinnen (danke!) – gesammelt. Nachstehend folgt eine Aufzählung der gesammelten Äußerungen. Als Inspiration, zum Innehalten, für unser Leben ...

Anke Tapken-Gutjahr

Sammlung Dankbarkeit

(Äußerungen von Ehrenamtlichen auf die Frage, wofür sie dankbar sind)

- Ich bin dankbar für die Dankbarkeit der Begleitung
- Ich sehe die schönen Dinge (die Natur, die Musik etc.) viel bewusster und nehme sie intensiver wahr
- Ich habe durch die Hospizarbeit viele Einblicke in das Leben Anderer bekommen und auch mit Angehörigen eine gute Freundin gefunden
- Ich habe erkannt, dass ich sehr viel Glück (Gesundheit, kaum Schicksalsschläge etc.) im Leben hatte
- Wenn ich merke, dass ich nützlich bin oder war, bin ich dankbar
- Ich bin dankbar, dass ich mit meinem Ehrenamt keine Langeweile habe
- Ich bin dankbar, wenn sich jemand freut, dass ich komme
- ... für ein 73-jähriges Leben, dass ich in Frieden, Freiheit und Wohlstand leben durfte
- Ich bin dankbar für das Heute und Jetzt
- Ich bin dankbar für mein bisheriges Leben mit all seinen Höhen und auch Tiefen
- Ich bin dankbar für jeden Tag, an dem ich erwache und den neuen Tag begrüßen darf
- Ich bin dankbar, dass es mir in diesem Alter noch möglich ist, mich nützlich zu machen
- Ich bin dankbar für die vielen langjährigen intensiven Beziehungen in meinem Leben
- Ich bin dankbar dafür, dass ich eine so positive Lebenseinstellung habe und dadurch Krisen gut überstehen kann
- Ich bin dankbar für unsere „goldene“ Lebenszeit – kein Krieg, gute Ausbildung, gute Altersversorgung
- Ich bin dankbar für unsere beiden Kinder und unseren Enkel
- ... dafür, dass wir bisher nie ernsthaft krank waren

Neulich beim Spaziergehen hatte ich diese

Geh-danken zum Thema Dankbarkeit

Dankbarkeit hat immer etwas mit einem Ungleichgewicht zu tun.

Ich habe ein Geschenk bekommen. Dadurch ist ein Ungleichgewicht entstanden. Jedenfalls wird es in unserer Kultur oft so bewertet. Dieses Ungleichgewicht möchte ich aufheben. Durch einen Dank. Dankbarkeit ist die Einstellung oder die Haltung zu dieser Situation. Ich kann dankbar sein, muss mich aber nicht unbedingt schon dankbar zeigen.

Dankbar zu sein braucht auch ein Gegenüber. Wem bin ich dankbar?

Dieses Gegenüber kann etwas Unsichtbares sein: Einer göttliche Kraft, dem Schicksal, dem Universum gegenüber kann ich mich zum Beispiel dankbar fühlen.

Oder auch eine konkrete Person, ein konkreter Mensch: Ich bekomme während der Quarantäne einen Blumenstrauß vor die Tür gestellt, ich bekomme einen schönen Brief. Ich bekomme eine Suppe, wenn ich krank bin. In all diesen Fällen kann ich eine Person festmachen und benennen.

Ich kann auch mir selber gegenüber dankbar sein. Wobei ich mich in diesem Moment auch in verschiedene Persönlichkeitsteile aufspalte. Wenn ich z. B. meinen inneren Schweinehund überwunden und mich zum Walken aufgerafft habe: Der Schweinehund ist der träge Teil in mir, ein anderer möchte etwas für die Gesundheit tun.

Dankbar sein als Haltung setzt natürlich auch voraus, dass ich überhaupt wahrnehme, dass ich etwas geschenkt bekommen habe. Für die Schärfung dieser Wahrnehmung ist jeder Hinweis willkommen. Denn solche Geschenke bestehen auch aus scheinbar Alltäglichem, aus Kleinigkeiten: Eine Vogelstimme draußen. Ein Tautropfen, der Geschmack des täglichen Müsli. Eine warme Dusche. Mich körperlich sicher fühlen zu können.

Konrad Lappe

Und noch ein großes Dankeschön

In eigener Sache

Am 19. September letzten Jahres hatte die Lutherkirche Wilhelmshaven zu einem Benefizkonzert zugunsten des Ambulanten Hospizdienstes WHV-FRI eingeladen. Das Motto lautete „**Klassik trifft Moderne**“.

Die Akteure waren Fabiane Buchheister (Gesang) und Gernot Schulz (Klavier).

Die Zuhörer wurden beschenkt mit einem bunten Mix aus Klassik und Hits der letzten 30/40 Jahre. Die Corona bedingte Anzahl der Zuhörer spendete begeistert Applaus. Und das, obwohl es sich bei den Akteuren nicht um Profis sondern Hobby-Musiker handelte.

Der Erlös betrug etwas mehr als 700 Euro. Das hat uns in dieser spendenarmen Zeit doch sehr gut getan.

Nochmals Danke an die Gemeinde der Lutherkirche, die uns nicht zum ersten Mal zur Verfügung stand und Danke an Fabiane Buchheister und Gernot Schulz!

Ortrud Seyfarth

Buchbesprechung

Susanne Hölzl, Birgit Lattschar (Hrsg.):

90 Impulskarten Biografiearbeit.
Ressourcenorientierte und ermutigende
Impulse für die Praxis.

Beltz Juventa (Weinheim und Basel) 2020.
90 Seiten.



Für die Karten sind sehr vielfältige Einsatzoptionen denkbar: Zur Selbstreflexion, Einzel- als auch Gruppenarbeit mit Erwachsenen ebenso wie in Coaching- oder Beratungssituationen, auch im Lebensrückblick. Die Vielfalt und Weite der Fotos spiegelt sich auch in den Impulsen wieder, die viele neue und inspirierende Ideen vorstellen. Die Box praktiziert durchgängig einen wohlthuend ressourcenorientierten und auch ermutigenden Blick auf biografische Ereignisse und Zusammenhänge.

Nach Schlagwörtern alphabetisch sortiert

Abschied 79	Heimat 74
Alten 81	Humor 52
Alltagsdinge 54	Innere Klasse 31
Anfänge 70	Jahreszeiten 88
Anstöße 74	Karikaturen 25, 55
Aufbruch 5	Lebensbaum 61
Bäume 45	Lebensboat 51
Bilder zeigen 15	Lebenskalender 14
Begrüßtes Buffet 77	Lebenslinie 35
Collage 12, 26, 49	Lebensrückblick 81
Der rote Faden 49	Lebensschätze 44
Diversität 88	Lebensweise 12
Dreistrich 75	Leiblichkeit 31
Düfte 34	Licht 37
Einsparung 84	München 84
Engagement 37	Meditation 76
Essen 50	Minority 54
Familie 84	Migration 86
Fachkompetenz 35	Marginalität 30
Fern in der Beziehung 40	Muttersprache 4
Festhalten 28	Netzwerk 41
Freizeit 46	Paradoxieverwechslung 82
Fremd 10	Pläne eines Kindes 64
Führer der Welt 3	Radiowendungen 25
Gebrauchsanleitung 77	Reisezeit 5
Gewanderten 7	Rezeptionsperson 25, 54, 82
Geld 30	Rituale 48
Gemeinsames Leben 89	Saltentanz 81
Glück 52, 64	Altknospine 55
Handkleding 32	Schreiben 78

ÜBERGÄNGE

Blicken wir auf unseren bisherigen Lebensweg zurück, sehen wir Veränderungen und Übergänge, die wir irgendwie gemollert haben. Wir haben daraus gelernt, vieles davon aber auch schon vergessen. Dies können wir uns wieder ins Bewusstsein rufen und für zukünftige Herausforderungen nutzen.

Schauen Sie auf ihr bisheriges Leben und wählen Sie drei wichtige Übergänge aus:

- einen, der weit zurückliegt.
- einen, der einige Jahre zurückliegt.
- einen, der einige Monate zurückliegt.

Schreiben Sie auf: Welches Wissen, welche Fähigkeiten, welches Verhalten hat Ihnen geföhrt, diese Übergänge zu bewältigen? Wer hat Sie dabei besonders unterstützt? Sie haben damit einen großen Schatz an Ressourcen und Erfahrungen aus dem Bergwerk der Vergangenheit geschürft.

Nun können Sie sich gedanklich in die Zukunft vorarbeiten und anstehende Übergänge betrachten: Wo können Sie dafür Ihren Erfahrungsschatz nutzen? Wer oder was könnte Ihnen helfen? Was benötigen Sie noch und wofür? Schreiben Sie auch dies auf.

Vielleicht kommt dann alles anders, als Sie es sich vorstellen. In jedem Falle haben Sie sich schon einmal warmgelaufen und können besser handeln, als wenn Sie erst einmal die Komfortzone verlassen und sich erheben müssten.

Susanne Hölzl/Birgit Lattschar: 90 Impulskarten Biografiearbeit © 2020 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim/Basel, Foto: Henning Aune Foto: Birgit Lattschar

Schweizerdeutsch 19	Verhalten 1
Selbstwert 76	Verluste 41
Selbstvertrauen 41, 62	Widerstandskraft 49
Sinnstiftung 42	Witwen 73
Sonnen 4	Witze 11, 48
Spannung 26	Wohlfühl 65
Staat 35	Wunder 98
Übergänge 28	Zeit, Umgang mit 12
Umbrüche 87	Zitgeschichten 38
Umkleeken 76	Zwischen 88
Umweltschutz 78	
Unfall 19	
Veränderung 9	

Zum aktuellen Stand der Debatte um den assistierten Suizid

Im Frühjahr 2020 hat das Bundesverfassungsgericht den 2015 beschlossenen § 217 für verfassungswidrig erklärt. Die Tätigkeit von Sterbehelfenden wurde damit für legal erklärt.

2021 haben drei Sterbehilfevereine bei insgesamt 350 Suiziden Vermittlung bzw. Beistand geleistet. (Quelle: [www. Tageschau.de](http://www.Tageschau.de))

Das sind ca. 0,04 aller Todesfälle (Summe ca. 900 000) und ca. 3% aller Suizide (ca. 11 000) in diesem Jahr. Mich erschreckt diese hohe Zahl von sog. „harten“ Selbsttötungen, von denen in unserer Gegend ja auch Lokführer*Innen der Nordwestbahn betroffen sind.

Die Freigabe von Medikamenten für diese Zwecke ist auf Anweisung des damaligen Gesundheitsministers Spahn vom zuständigen Institut nicht genehmigt worden.

Eine Verwaltungsklage von drei Betroffenen zur Freigabe von Natriumpentobarbitat ist im Februar vom Obergerverwaltungsgericht Münster zurückgewiesen worden und wird nun das Bundesverwaltungsgericht beschäftigen.

Im Bundestag hat im April 2021 eine erste Orientierungsdebatte über einen gesetzlichen Rahmen für den assistierten Suizid stattgefunden. Stand Mitte März 2022 gibt es drei Gesetzesinitiativen aus dem Bundestag. Ihnen ist gemeinsam, dass sie jeweils von Abgeordneten aus mehreren Parteien unterstützt werden:

1. Eine fraktionsübergreifende um die Abgeordnete Katrin Helling-Plahr (FDP). „Die jetzt vorgeschlagene Neuregelung solle Menschen, die sterben wollten

und den Wunsch frei, eigenverantwortlich und im Vollbesitz ihrer geistigen Kräfte gebildet hätten, sowie Personen, die zur Hilfe bereit seien, einen klaren Rechtsrahmen bieten.

In dem Entwurf wird ein Recht auf Hilfe zur Selbsttötung formuliert sowie ein Recht zur Hilfeleistung. Niemand soll aber dazu verpflichtet sein, Hilfe zur Selbsttötung zu leisten. Die Vorlage enthält auch ein Recht auf Beratung in Fragen der Suizidhilfe sowie eine verpflichtende Beratung des Suizidwilligen vor einer Entscheidung. Eine Beratungsstelle soll nach Abschluss der Beratung eine Bescheinigung darüber ausstellen. Ärzte sollen dem Entwurf zufolge einer Person, die aus freiem Willen ihr Leben beenden will, ein Arzneimittel zum Zweck der Selbsttötung verschreiben dürfen. Der Arzt soll zu einem Aufklärungsgespräch verpflichtet werden und muss sich die Bescheinigung der Beratungsstelle vorlegen lassen. Zudem soll der Arzt die Aufklärung des Suizidwilligen dokumentieren. Die Vorlage sieht ferner regelmäßige Berichte und Evaluationen vor, um die mit der Neuregelung gemachten Erfahrungen auszuwerten.“

(Quelle: <https://www.bundestag.de/presse/hib/836052-836052>)

2. Ein fraktionsübergreifender um den religionspolitischen Sprecher der SPD-Fraktion Castelluci sowie den CDU-Politiker Ansgar Heveling. Er betonte, der nun vorgelegte Entwurf solle dafür sorgen, dass »Missbrauch und das Geschäft mit dem Tod« geahndet werden können.

Dieser Gesetzentwurf sieht deshalb vor, dass die geschäftsmäßige, also mehrfache Sterbehilfe wieder strafbar ist und nur unter engen Voraussetzungen straffrei bleibt. So muss der suizidwillige Mensch mindestens zwei psychiatrische Untersuchungen im Abstand von mindestens drei Monaten absolvieren. Dazwischen ist ein Beratungsgespräch vorgesehen, bei dem neben Ärzten je nach Lebenssituation etwa Sucht- oder Schuldnerberatungen eingebunden werden sollen.

3. Ein dritter Entwurf um Renate Künast (Grüne) sieht eine verpflichtende Beratung vor. Bis zum tatsächlichen Vollzug der Selbsttötung müssten dann noch bestimmte Wartefristen eingehalten werden. Das Verfahren kann dem Entwurf zufolge verkürzt werden, falls jemand an »einer nicht heilbaren, fortschreitenden und weit fortgeschrittenen Erkrankung bei einer zugleich begrenzten Lebenserwartung« leidet. (Süddt. Zeitung 7.3.22)

In letzter Zeit gab es interessante, auch kontroverse Diskussionen innerhalb der Verbände um dieses Thema:

a.) Vom Vorstandsvorsitzenden des DHPV werden in den Newslettern Positionen vertreten, die das Gegeneinander von hospizlicher Begleitung und Suizidbeihilfe betonen und 2015 maßgeblich zur Schaffung des neuen § 217 geführt haben: „ ... ist es mir wichtig, immer wieder auf die guten Möglichkeiten hinzuweisen, Betroffene würdevoll, dabei symptomarm bis symptomfrei, an der Seite ihrer Angehörigen bis zuletzt zu begleiten und damit Fragen nach Suizidbeihilfe oder gar aktiver Sterbehilfe eine sinnvolle

Alternative entgegen zu setzen. Mit Blick in das vor uns liegende Jahr bleibt zu hoffen, dass dies dem Gesetzgeber klar sein möge, wenn er hier durch die angekündigte gesetzliche Ausgestaltung der Suizidbeihilfe regulierend eingreift. Der DHPV wird hier sehr wachsam agieren.“(Newsletter 22.12.2022)

b.) Vom Sterbehilfeverein Dignitas Deutschland wird im Frühjahr 2022 die Wichtigkeit palliativer und hospizlicher Wahlmöglichkeiten neben der Suizidbeihilfe am Lebensende betont. (Quelle: Postkartenaktion in Oldenburg am 19.3.2022)

c.) Die Malteser verstehen sich als kirchlich orientierte Institution, die in ihren Einrichtungen einen Schutzraum gegenüber den Möglichkeiten von Suizidbeihilfe schaffen will, ggf. auch über das Hausrecht. (Quelle: Domradio.de, 24.2.2021)

d.) In der Diakonie Rheinland wurde zu diesem Thema für die Altenpflegeeinrichtungen eine Tagung durchgeführt. Die Diakonie Wuppertal betont in ihren Richtlinien das Recht und die Möglichkeit, dass Suizidwillige in ihren Einrichtungen auch mit Sterbehelfenden Kontakt aufnehmen; eigene Bedienstete sollen aber keine Assistenz ausüben. (Quelle www.diakonie-rwl.de)

e.) Die 10. Internationalen Sylter Palliativtage Mitte März 2022 beschäftigte das Thema in mehreren Referaten und Workshops.

Ursprünglich sollte im Bundestag bis zur Sommerpause eine weitere Diskussion zu diesem Thema und zu den vorgelegten Entwürfen stattfinden. Durch den Krieg in der Ukraine und den damit aufkommenen Fragen ist das Thema offensichtlich erst einmal zurückgestellt.

Konrad Lappe

Dringend zu empfehlen:

Das Impfbuch für Alle

Mit Beiträgen von Dr. med. Eckart von Hirschhausen
Herausgegeben vom Robert-Koch-Institut und der
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Gibt's in der
Apotheke, kostet nix

Oder: www.dasimpfbuch.de #ÄrmelHoch
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de



Und da war ja noch was:

Im November 2021 konnten unsere Koordinatorinnen Beate Richter und Stefanie Gründler sowie die Kursleiterin Elke Uldahl endlich aufatmen: der Ausbildungskurs 2021 war fertig. Wegen der amtlich vorgegebenen Corona-Beschränkungen gab es mehrmals Unterbrechungen und Ortswechsel, es war ein Hindernis-Ablauf. Ende gut – alles gut!! Die Zertifikate konnten ausgeteilt werden.

Von links: Tanja Ley, Susanne Röben, Susanne Naas, Maren Helling, Beate Richter (Koordinatorin), Dr. Lieselotte Adler (Vorstand AHD), Rolf Heßelbarth, Elke Uldahl (Kursleitung), Sabine Schlossbauer, Stefanie Gründler (Koordinatorin), Annika Kummer





Der Ambulante Hospizdienst WHV-FRI hat sich entschieden, am Freitag 6. Mai 2022 um 19 Uhr zu einem Vortrag mit dem Referenten Ulrich Fey einzuladen. Dieser Vortrag war schon für das Jahr 2020 eingeplant. Alle Informationen erfahren Sie aus dem abgedruckten Plakat.



Die diesjährige Mitgliederversammlung unseres Vereins findet am 12. Mai 2022 um 19 Uhr im Gorch-Fock-Haus, Viktoriastr. 15, 26382 Wilhelmshaven statt. Unsere Mitglieder haben die Einladung mit Tagesordnung bereits erhalten.

Hospizarbeit in Ihrem Zuhause
seit fast 30 Jahren



Ambulanter Hospizdienst
Wilhelmshaven-Friesland e.V.

Humor als Hilfe in schwierigen Lebensphasen



Lässt sich Sterben üben? Ist Lachen über Vergesslichkeit erlaubt? In schwierigen Lebenslagen wie Sterben, Demenz oder schwerer Erkrankung fühlen wir uns oft unsicher, überfordert, suchen nach einem angemessenen Umgang. Eine Ressource in uns allen kann dabei helfen: Der Humor. Gezielt eingesetzt können humorvolle Impulse kleine Wunder bewirken. Wie das geht? Ulrich Fey berichtet in einem Vortrag von seinen Erfahrungen aus über zwanzig Jahren als Clown in Kinderkliniken und Altenheimen. Viele komische Beispiele aus dieser Arbeit illustrieren dies. Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Clown oder Humorberater.

Referent: Ulrich Fey

Freitag 06. Mai 2022

19.00 Uhr

Virchowstr. 29

Vortragssaal der VHS

Hans-Beutz-Haus

Wilhelmshaven

Eintritt frei

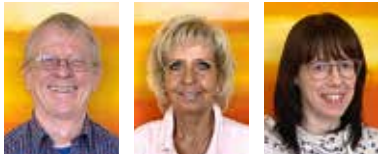
Um eine Spende für den Ambulanten Hospizdienst WHV-FRI e.V. wird am Ausgang gebeten.

Es gelten die aktuellen Corona Vorschriften, um eine verbindliche Anmeldung im Vorfeld wird gebeten.

Tel.: 04421 74 52 58

E-Mail: info@hospiz-whv-fri.de

WhatsApp oder Signal 0160 91830521



Impressum

Bodennebelseele

Mein Herz ist schwer
es hängt am Boden
Du fehlst mir

Deine Stimme nicht mehr hören
mit dir den Alltag nicht mehr teilen
Dir keine Freude mehr machen
macht unendlich traurig

Du bist nicht mehr da
weit weg
unerreichbar
totenstill
es tut so weh

Ich weiß
ich bin inzwischen alt genug
aber ich fühl mich leer
mutterseelenallein

@ **Eva-Maria Ritter**

Ambulanter Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland e.V.

Parkstraße 19, 26382 Wilhelmshaven
Telefon: 04421 745258, Telefax: 04421 500978
Homepage: www.hospiz-whv-fri.de
E-Mail: info@hospiz-whv-fri.de

Verantwortlich im Sinne des Presserechts

Dr. Klaus Raab

Redaktionsteam dieser Ausgabe

Peter Hillje, Birgit Holtz, Konrad Lappe, Dr. Klaus Raab,
Ortrud Seyfarth, Anke Tapken-Gutjahr

Spendenkonten

Sparkasse Wilhelmshaven

IBAN: DE58 2825 0110 0002 1980 00

BIC: BRLADE21WHV

Volksbank Wilhelmshaven

IBAN: DE05 2829 0063 0000 5030 60

BIC: GENODEF1WHV

Fotos

Chr. Seyfarth, O. Seyfarth, K. Lappe, B. Latschar

Gesamtherstellung

Heiber GmbH Druck & Verlag
Feldhauser Straße 61 – 26419 Schortens-Heidmühle

