

Rundbrief 02/2017



Ambulanter Hospizdienst
Wilhelmshaven-Friesland e.V.

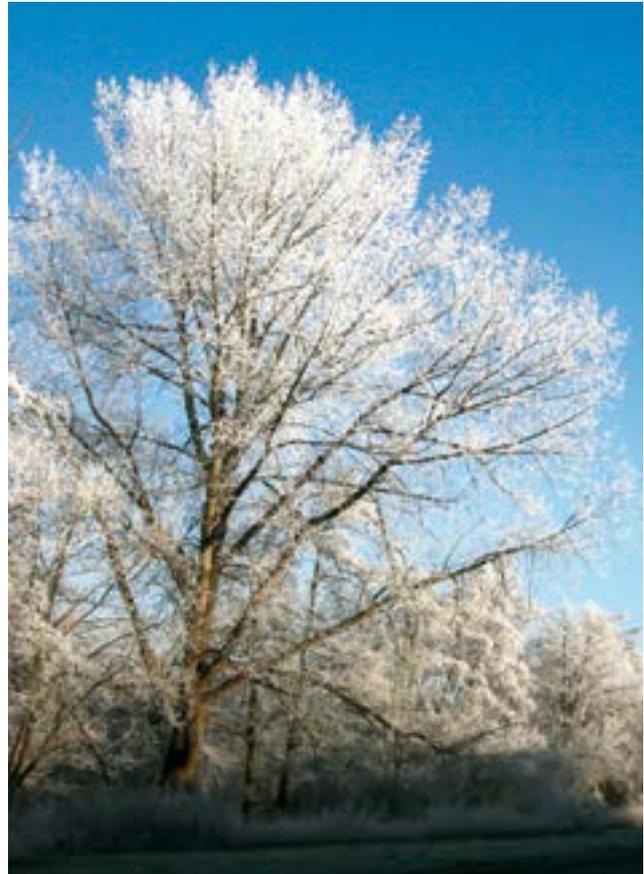


Leben bis zuletzt

Inhaltsverzeichnis

01. Editorial	3
02. Die neuen Koordinatorinnen stellen sich vor .	3
03. Helfen: Rudern für einen guten Zweck	4
04. Die Notfallseelsorge wird 20 Jahre alt	5
05. Interview zum Thema „Verwaiste Eltern“	8
06. Adressen für trauernde Eltern und Geschwisterkinder	9
07. Lektionen der Gänse	12
08. Wie ich das Seminar zur Ausbildung der Sterbebegleitung erlebte	14
09. Ermutigung: Neue Ausbilderin für Vorbereitungsseminar	15
10. Exkursion zum schönsten Friedhof Deutschlands	15
11. Hospiz und Humor: Humor ist wenn man trotzdem lacht	18
12. Assistierte Sterbehilfe – immer noch ein aktuelles Thema	20
13. Gedicht: Was ich Dir wünsche	22
14. Glücksvögel	23
15. Gedicht in einer Ausstellung	24
16. Rezension: Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster	25
17. Buchempfehlung: E. Wellmann – „Dunkel ist nicht schwarz“	27
18. Gedicht: Es scheint so	27

19. Dank für alle Spenden... ..	28
20. Hospizkalender 2018	29
21. Das Allerletzte	30



Editorial

Veränderung, die einzige Konstante

Veränderung ist das einzig konstante im Leben. Wir berichten über Veränderungen im Verein. Unsere neuen Koordinatorinnen, Frau Richter und Frau Gründler, stellen sich in diesem Rundbrief vor. Wir danken Frau Laubenstein-Görg, die sich eine Auszeit nehmen will. Wir bedauern das, aber wir gönnen es ihr. Auch Frau Minas sucht eine neue berufliche Herausforderung. Sie geht nach Bremen. Ebenso gilt ihr herzlichen Dank für die geleistete Arbeit.

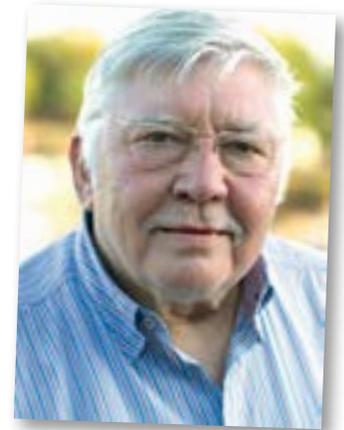
Unser Rundbriefteam hat sich neu aufgestellt. Es wird sich zukünftig auch für die Aktualisierung des Internetauftritts verantwortlich fühlen. Wir danken den Ausgeschiedenen und freuen uns auf die Neuen, die auch neue Ideen mitbringen werden.

Wir sind die Neuen!

Mein Name ist Beate Richter, ich bin 47 Jahre alt. Ich bin verheiratet und habe zwei Jungs im Alter von 11 und 14 Jahren. Da beide Kinder begeisterte Fußballer sind, trifft man mich oft auf Sportplätzen an. Wenn ich Zeit für mich finde, gehe ich gern Walken oder lese ein Buch.



Schwerpunktthema unseres Rundbriefes soll das Helfen sein. Wir berichten über ein holländisches Team, das beim Rudern Spenden sammelt und führen mit Pfarrer Moritz ein Gespräch über Notfallseelsorge. Es darf auch wieder einmal gelacht werden über... Lassen Sie sich überraschen.



Dr. Klaus Raab

1. Vorsitzender des Ambulanten Hospizdienstes
Wilhelmshaven-Friesland e.V.

Mein Name ist Stefanie Gründler, ich bin 45 Jahre und lebe in einer Patchworkfamilie. Mein Mann und ich bringen jeder zwei Kinder mit in die Familie. Da der Jüngste mittlerweile 18 Jahre geworden ist, alle in ihrer Ausbildung oder im Studium sind, wollte ich mich nach 10 Jahren Erfahrung in zwei Kinderarztpraxen noch einmal beruflich neu finden. Diese Chance habe ich seit dem 01.11.2017 im Ambulanten Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland bekommen. Privat engagiere ich mich in einem Wilhelmsha-



vener Sportverein, ich leite dort die Schwimmabteilung. Sollte ich Zeit für mich finden, sitze ich gerne an der Nähmaschine oder lese ein Buch. Mit meinem Mann reise ich gerne oder entdecke die Unterwasserwelt beim Tauchen.

Gemeinsam stellen wir uns motiviert den neuen Aufgaben der Koordinatorentätigkeit, freuen uns darauf, alle aktiven Ehrenamtlichen näher ken-

nenzulernen und wünschen uns eine gute Zusammenarbeit.

Helfen – Rudern für einen guten Zweck



Ich habe mich schon gewundert, als ich ein Ruderboot voller gestandener Männer mit einem Fackelträger am Bug an der Deichbrücke erblickte. Gewohnt war ich die klassischen Boote vom Einer bis zum Achter mit Steuermann in möglichst zierlicher Ausführung. Hier war mehr Power an Bord.

Am nächsten Tag las ich die Erklärung in der Zeitung. Es handelte sich um ein hochseetüchtiges Ruderboot mit einer holländischen Mannschaft, die zusammen mit drei anderen Teams von Den Helden nach Wilhelmshaven gerudert waren. 70 ehemalige und aktive Marinesoldaten begaben sich zusammen mit Freiwilligen auf eine 351 km lange Tour durch das Wattenmeer. Das Ziel ist, Spenden zu sammeln für

die Unterstützung ehemaliger Kameraden, die unter posttraumatischen Belastungsstörungen leiden. 2015 kamen auf einer ähnlichen Tour bereits über 300.000 € zusammen.

Unter dem Dach der Vereinten Nationen und der NATO hatte das Korps weltweit den Frieden überwacht und Bedürftigen geholfen. Das ging nicht ohne Verletzungen ab. Die offiziellen Hilfsprogramme rei-

chen jedoch nicht aus, um die Traumatisierten zu rehabilitieren.

Die diesjährige Tour war nicht zuletzt wegen der widrigen Wetterverhältnisse wieder eine Herausforderung.

Drücken wir die Daumen, dass wieder ausreichend Spendenwillige erreicht werden konnten.

Dr. Klaus Raab

Alles über die „Notfallseelsorge“ – Interview mit Pastor Moritz

Die Notfallseelsorge wurde vor 20 Jahren eingerichtet. Erzählen Sie uns von den Anfängen.

Ich bin schon seit 1987 in der Polizeiseelsorge tätig. Im Laufe der Zeit ist mir aufgefallen, dass da noch etwas fehlt. Die Polizeiseelsorge ist ja berufsbegleitend. Aber was ist mit all den Menschen, die in Not geraten. Ein Feuerwehrmann hat mich eines Tages gefragt, warum es so was nicht auch für sie gibt. Ich habe mich dann mit meinem Studienfreund Kai Wessels, der in Fedderwardergroden Pastor ist, zusammengesetzt und wir haben das Konzept der Notfallseelsorge gemeinsam mit Polizei, Feuerwehr und Hilfsdiensten auf den Weg gebracht.

Welche Aufgaben hat die Notfallseelsorge?

Die Notfallseelsorge ist zum einen für Angehörige die in plötzliche Notlagen geraten da, zum anderen für die Einsatzkräfte. Wir haben zum Beispiel sehr häufig Todesfälle zu Hause. Das sind mehr als die Hälfte unserer Einsätze. Ein lange vertrauter Mensch

stirbt plötzlich, eine Welt bricht zusammen. Dann ist es wichtig, jemanden an der Seite zu haben. Wir werden von der Einsatzleitstelle der Feuerwehr alarmiert. Wir helfen dort, wo der Notarzt nichts mehr ausrichten kann und stehen den Menschen bei.



Wie viele Einsätze gab es in diesen 20 Jahren?

Wir wurden zu mehr als 800 Einsätzen gerufen. Dabei sind mehr als 1500 Einsatzstunden geleistet worden und in einer Bandbreite vom plötzlichen Todesfall zu Hause bis hin zum Suizidversuch oder schweren Verkehrs- oder Arbeitsunfällen. Dazu kommen viele Gespräche mit Einsatzkräften. Der Dienst ist völlig freiwillig und ehrenamtlich. Kein Kollege ist dazu gezwungen.



Wie kann die seelsorgerische Betreuung von Opfern, Angehörigen und Einsatzkräften in solchen Ausnahmesituationen helfen?

Wie schon gesagt ist es wichtig, am Einsatzort Ruhe zu vermitteln und unsere seelsorgerische Erfahrung einzubringen. Auch wir sind natürlich nur Menschen, aber wir haben in gewisser Weise gelernt, mit Extremsituationen umzugehen.

Können Sie das an einem Beispiel erläutern?

Wenn ich etwa eine Todesnachricht überbringen muss, auch das gehört ja zu unseren Aufgaben, dann muss ich wissen, was in meinem Gegenüber vorgeht. Ich muss behutsam sein und begleiten im besten Sinne – auch praktisch. Wenn ich etwa sehe,

dass einem übel wird, stelle ich ihm einen Stuhl hin, damit er die Füße hoch legen kann. Ich biete auch an, die Kinder zu benachrichtigen, oder biete an, mich um die Aussegnung zu kümmern. Ich gestalte die Situation vor Ort im Sinne der Angehörigen.

Und wo stößt die Notfallseelsorge an ihre Grenzen? Es handelt sich ja um eine situationsbedingte Hilfe.

Es geht um akute Seelsorge. Danach ist wichtig im Blick zu haben, dass dieser Mensch auch weiterhin betreut wird, etwa durch den Ortspfarrer, der nochmal seine Hilfe anbietet. Oder wir vermitteln an Psychotherapeuten, Einrichtungen oder Selbsthilfegruppen. Wichtig ist eine nachhaltige Betreuung und Ver-

sorgung. Unsere Grenze liegt da, wo auch fachlich unsere Grenze liegt. Nehmen wir zum Beispiel Einsatzkräfte: Wenn sie eine posttraumatische Belastungsreaktion zeigen, dann ist es wichtig, dass wir das erkennen und an Fachkräfte weiter vermitteln.

Wie ist die Notfallseelsorge speziell in Wilhelmshaven organisiert?

Wir haben eine ganz klare Struktur. Der Einsatzleiter vor Ort entscheidet, ob ein Seelsorger alarmiert wird und meldet das der Leitstelle. Diese löst den Alarm für den Seelsorger aus, der gerade Dienst hat. Wir haben immer drei bis vier Tage Dienst und wechseln uns ab. Der Diensthabende meldet sich dann bei der Leitstelle zurück und fährt zum Einsatzort. In seiner Dienstzeit muss der Notfallseelsorger zuverlässig erreichbar sein.

Gibt es Teilbereiche – finanziell, organisatorisch oder personell – die sich in Zukunft noch verbessern ließen?

Wir werden eigentlich sehr gut durch die Feuerwehr unterstützt. Ein anderer Wunsch ist im Prinzip schon erfüllt: Wir Pfarrer kommen personell langsam an unsere Grenzen. Stellen werden abgebaut, aber die Aufgaben werden nicht weniger. Daher begrüße ich es sehr, dass der Malteser Hilfsdienst ein Kriseninterventionsteam aufgebaut hat, dass mit uns nach Kräften gemeinsam den Einsatzplan ausfüllt. Gemeinsam setzen wir uns inzwischen für die Anschaffung eines Einsatzfahrzeuges ein, das es uns ermöglicht, z.B. auch betroffenen Menschen nach Verkehrsunfällen etc. in einem geschützten Raum beizustehen.

Wie werden die Seelsorger selbst auf diese schwierige Aufgabe vorbereitet?

Ich persönlich hatte ja schon vorher die Erfahrung durch die Polizeiseelsorge. Ansonsten gibt es Fortbildungen. Aber ein ganz wichtiges Erfahrungspolster ist natürlich unsere seelsorgerische Ausbildung und Praxis, die wir ja tagtäglich in unserem Beruf leisten. Wir haben gelernt uns auf Menschen der verschiedensten Art einzustellen. Ich glaube, dass ist eine gute Voraussetzung.

Auch für die Seelsorger kann die Arbeit sehr belastend sein. Wo können sie Unterstützung bekommen?

Wichtig ist natürlich ein stabiles privates Umfeld, aber das kann man ja nicht immer gewährleisten. Wir haben ein Angebot der kirchlichen Beratungsstelle, wenn wir Hilfe brauchen, diese von einem erfahrenen Seelsorger, der aber nicht mit der Situation belastet ist, zu bekommen. Auch wir brauchen das manchmal. Das ist völlig klar.

Wo holt sich der Seelsorger Pastor Moritz Trost, wenn er ihn nach einem schweren Einsatz benötigt hat?

Ein ganz großer Trost für mich ist, dass ich weiß, dass mein Umfeld zu Hause stimmt sowie mein Vertrauen in Gott. Also mein persönlicher Glaube hilft mir auch sehr. Diese beiden Komponenten halte ich persönlich für ganz wichtig.

„Eltern, die um ein Kind trauern – Verwaiste Eltern“

Konrad Lappe im Gespräch mit Sabine Tappehorn-Deibert, Wangerland



Was ist deine berufliche und familiäre Situation?

Ich arbeite seit längerem als freiberufliche Hebamme, bin verheiratet. Es leben noch drei erwachsene Kinder. Seit 1 ½ Jahren bin ich begeisterte Großmutter.

Wann bist du zu den „Verwaisten Eltern“ gekommen? Was war der Anlass?

Im Sommer 2004 ist unsere 19 jährige Tochter Lisa bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen. Durch meine Hebammentätigkeit war mir das Netzwerk „Verwaiste Eltern“ als Institution vage bekannt.

Welche Arten von Unterstützung hast du dir damals gesucht, für dich und deine Familie?

Kurze Zeit nach Lisas Tod habe ich Kontakt zur Geschäftsstelle „Verwaiste Eltern“ in Hamburg aufgenommen; Anlaufstellen hier in der Region waren mir damals nicht bekannt. Besonders für Lisas drei Geschwister suchte ich Unterstützung. Ich bekam sofort Informationsmaterial zugeschickt. Und einen Hinweis auf eine regionale Gruppe in Bremen. Vier Wochen später fuhr ich zum ersten Gruppentreffen. Es war eine kleine und gut überschaubare Gruppe.

Was war für dich dort hilfreich? Oder auch nicht? War die Gruppe angeleitet?

Bei der Bundesgeschäftsstelle hörte ich auch von Familientrauerseminaren. Jeweils an einem Wochenende in Bad Bevensen.

Fünf Monate nach Lisas Tod fuhren wir Fünf dort hin. Es gab bei diesem Seminar Untergruppen für die Eltern und die Geschwister, letztere nach Altersgruppen eingeteilt. Unsere drei anderen Kinder waren damals 9, 12, und 15 Jahre alt. Das war sehr hilfreich.

Für meinen Mann wären weitere Seminare für seinen Trauerprozess nicht passend gewesen. Zusammen mit den Kindern bin ich noch fünf weitere Male bei diesen Wochenend-Seminaren gewesen;

Ein Wochenende war ausschließlich für Eltern zum Thema: „Nach dem Schmerz über das verlorene Kind: Wie nehme ich die weiter lebenden Geschwisterkinder wahr? Wo können sie jetzt ihren Platz finden?“ Dadurch konnte ich mich unseren anderen Kindern wieder besser zuwenden.

Ich erfuhr auch von dem Ritual, weltweit am 2. Advent eine Gedenkandacht für verstorbene Kinder zu veranstalten und eine Kerze in das Fenster zu stellen. Für das Jahr nach Lisas Tod habe ich dies dann auch in Hohenkirchen auf den Weg gebracht.

Für mich persönlich ist eine zweijährige professionelle psychologische Einzelbegleitung vor Ort sehr hilfreich gewesen.

Welche Kontakte haben sich entwickelt?

Im Internetforum „Leben ohne dich“ habe ich Menschen getroffen, mit denen sich ein längerer Kontakt entwickelt hat.

Bei den Familien-Trauerseminaren gab es intensivere Kontakte mit einzelnen Müttern; auch zwischen einigen Jugendlichen.

Hat es Veränderungen in den letzten Jahren gegeben?

Die Gedenkandachten am 2. Advent habe ich dreimal organisiert, zusammen mit der örtlichen Pastorin. Das war eine gute Sache und hat uns im Trauerprozess sehr unterstützt. Dann bröckelte die Beteiligung ab und dieses Ritual ist – jedenfalls vor Ort – aus-

gelaufen. In WHV soll es wohl an der Christus- und Garnisonkirche weitergeführt worden sein.

Ich wollte mich weiterbilden und habe eine Trauerbegleitungsfortbildung absolviert. Bei tot geborenen Kindern im Reinhard-Nieter-Krankenhaus war ich dann gelegentlich Ansprechpersonen für die Eltern. Aus meiner Sicht habe ich mich in all den Jahren so verändert: Ich habe mehr Respekt vor Frauen bekommen, die ein Kind gebären, lebendig oder tot. Seitdem ich meine eigenen, oft verschlungenen Wege nach Lisas Tod reflektiert habe, kann ich Andere geduldiger ihren eigenen Weg gehen lassen. Und die Frauen in ihrer dann getroffenen Entscheidung bestärken.

Herzlichen Dank für das Gespräch!

An wen können sich trauernde Eltern und Geschwisterkinder jetzt wenden?

Gruppen „Verwaiste Eltern“ über die Evangelische Familienbildungsstätte (EFB), Feldmark 56, 26389 Wilhelmshaven – Kontakt Tel. (04421) 32016

Im Einzelnen:

Hilfe für Kinder und Jugendliche ab etwa 6 Jahren

Manchmal tut es gut, einen Ort zu haben, der anders ist, als das alltägliche Umfeld, wo junge Menschen andere, ebenfalls vom Tod eines geliebten Menschen Betroffene treffen können und neue Erfahrungen möglich sind. Hier können Geschichten erzählt, Bilder gemalt und weitere Ausdrucksmöglichkeiten ein-

gesetzt werden, um mit dem Verlust leben zu lernen. Einen solchen Ort gibt es hier für Kinder und Jugendliche ab etwa 6 Jahren, die einen Familienangehörigen, einen Freund oder eine Freundin verloren haben und in der Geborgenheit einer Gemeinschaft diese Erfahrungen verarbeiten wollen. Die Anmeldung ist zunächst ohne Altersbegrenzung möglich, bei Bedarf werden altersdifferenzierte Gruppen eingerichtet. Die genaue Zeitplanung erfolgt in Absprache mit den Eltern. Je nach Bedarf ist auch eine Einzelarbeit möglich.

Kontakt: Pastor Rainer Claus (04421) 30 35 34

Kurs Nr. 1407: ab Fr., 26.01.18, 15.30-18 Uhr, monatlich. Die Treffen finden derzeit 1 x im Monat am Freitagnachmittag statt.

Gebühr: keine

Ort: Ev. GH Heppens, Heppenser Str. 29, WHV

Leitung: Rainer Claus, Pastor, Silvia Zahn-Claus, Ergotherapeutin, Spiel- und Theaterpädagogin

Trauernde Eltern

Hier finden Eltern, die ein Kind verloren haben, die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern zu treffen, die einen ebensolchen Verlust erlebt haben. Die Trauer ist oft gekennzeichnet von vielen einander widerstrebenden Gefühlen – eine Erfahrung, die betroffene Menschen verbindet. Sich mit anderen Menschen austauschen zu können, die einen Weg suchen, um die Liebe zu dem verstorbenen Kind weiterleben zu können und die ihren Trauerweg aktiv gestalten möchten, kann hilfreich sein. Dieser Treffpunkt ist jederzeit offen für neue Mütter und Väter.

Bitte zunächst Kontakt aufnehmen mit Pastor Axel Kullik (04426) 99211 oder Doris Adden (04422) 4118.

Kurs Nr. 1400: jeden 3. Dienstag im Monat, 20 Uhr (auch in den Schulferien)

Gebühr: keine

Ort: EFB, Feldmark 56, WHV

Begleitung: Axel Kullik, Pastor

Sternenkind-Eltern

Wir sind eine Gruppe von Eltern, deren Kinder vor, während oder kurz nach der Geburt gestorben sind. Uns ist das wohl Schlimmste und Grausamste passiert, was Eltern geschehen kann: Wir haben nicht nur unsere Kinder verloren, sondern auch einen großen

Teil unserer Zukunft. Nichtbetroffenen fehlt oft das Verständnis für das, was in uns vorgeht. Wir haben uns daher zusammengefunden, um uns gegenseitig Kraft und Mut zu spenden für das Leben ohne unsere Kinder. In unserer Gruppe dürfen wir uns so zeigen, wie wir uns fühlen – ohne Angst vor Bewertung oder gar Verurteilung. Hier wird geweint und gelacht, und hier darf erinnert werden, immer wieder..

Kontakt Heidi Weiß (04421) 302474,

Renate Müller (04421) 501989

Kurs Nr. 1401: jeden 3. Mittwoch im Monat, 20 Uhr

Gebühr: keine

Ort: EFB, Feldmark 56, WHV

Ansprechpartnerin: Petra Czeppat, Pastorin

Wenn Kinder nach dem Tod fragen: Für alle Erwachsenen, die mit Kindern zu tun haben

Auch Kinder werden mit dem Tod konfrontiert und müssen mit Verlusten leben lernen: Von Menschen, aber auch von geliebten Tieren. Doch wie sollen Erwachsene mit Kindern über den Tod reden? Das Seminar möchte Hilfen und Anregungen geben, wie Kinder in Trauerzeiten unterstützt und begleitet werden können. Bitte mitbringen: einen kleinen Imbiss für den persönlichen Bedarf.

Kurs Nr. 1402: Di., 28.11.17, 18-21 Uhr, 1 x 180 Min.

Kurs Nr. 1403: Di., 27.02.18, 18-21 Uhr, 1 x 180 Min.

Gebühr: 5 €

Ort: EFB, Feldmark 56, WHV

Leitung: Ingrid Klebingat, systemische Beraterin

Gedenkgottesdienst für alle gestorbenen Kinder am 10.12.2017 in der Christus- und Garnisonkirche Wilhelmshaven

Durch den Gottesdienst führt Vikarin Natascha Faull, er beginnt um 19 Uhr im Anschluss gibt es die Möglichkeit, sich im Gemeindehaus in ruhiger Atmosphäre auszutauschen.

Gedenktag für alle gestorbenen Kinder

Damit ihr Licht immer leuchte, stellen am 2. Sonntag im Dezember Menschen rund um den Globus in Erinnerung an ihre verstorbenen Söhne, Töchter, Brüder und Schwestern Kerzen in ihre Fenster. Während in einer Zeitzone die Kerzen erlöschen, werden sie in der nächsten entzündet, so dass eine Lichterkette die ganze Welt umringt. Eingeladen sind alle, die sich an diesem Gedenktag beteiligen möchten. Fotos oder andere Erinnerungen können mitgebracht werden.

Im **Koordinationsbüro des Hospizdienstes WHV-FRI e.V.**, WHV, Parkstr. 19, gibt es zahlreiche ausleihbare Bücher und Broschüren zum Thema, auch für Geschwisterkinder. Tel. (04421) 745258; das Büro ist besetzt Mo., Mi. und Fr. 9-12 Uhr.

- Im Kinder- und Jugendhospiz Wilhelmshaven ist Karen Wauschkuhn auch **Ansprechpartnerin für trauernde Kinder** z. B. Geschwisterkinder. Tel. Kontakt (04421) 9660011

- KISS-Friesland: Die **Anlaufstelle für Selbsthilfegruppen** ist behilflich, wenn sich Interessierte, z. B. im Nordkreis, zusammenfinden wollen. Tel. (04451) 914646 oder in Jever mittwochs: 10.00 – 14.30 h, Mühlenstraße 20
Tel.: (04461) 9302-20

- bei/nach einer Krebserkrankung:

Elternverein für krebskranke Kinder – WHV-Friesland-Harlingerland: Kontakttelefon: (04462) 946809 oder www.elternverein-krebskranker-kinder.de

Im Südkreis Frieslands:

Die Hospizbewegung Varel e.V. bietet in ihren Räumen in der Windallee 15 an jedem ersten, dritten und fünften Mittwoch im Monat, jeweils von 10-11.30 Uhr, einen besonderen Anlaufpunkt für verwaiste Eltern an. Eine Kontaktaufnahme und Beratung ist auch telefonisch möglich unter (04451) 804733 bzw. per mail: hospizbewegung.varel@ewetel.net

offene Kindertrauergruppe im Bereich Wittmund

Kinder trauern auf ihre eigene Art und Weise, die für Erwachsene oft nicht verstehbar ist. Häufig fehlt ihnen der Raum, ihre eigene Trauer zu erleben. Sie möchten die Eltern, Geschwister oder Freunde nicht belasten. In der Kindergruppe können sie über ihre Erfahrungen sprechen, sich untereinander austauschen, und sie erfahren dabei, dass sie nicht allein sind in ihrer Trauer. Die Kindertrauergruppen treffen sich jeden ersten Freitag im Monat:

die erste offene Gruppe von 14.30 – 15.30 Uhr – Kinder von 5 - 9 Jahren
die zweite offene Gruppe von 16.00 - 18.00 Uhr – Kinder von 8 - 12 Jahren

in den Räumen des ambulanten Hospizdienstes.

Noch offene Termine in diesem Jahr: 03.11.2017 und 01.12.2017

Den Begleitpersonen steht eine ehrenamtliche Mitarbeiterin für Gespräche, Austausch oder Beratung zur Verfügung. *Die Teilnahme ist kostenfrei.* Für weite-

re Informationen und ein persönliches Vorgespräch wenden Sie sich bitte an unser Hospizbüro in Wittmund, Drostenstraße 19, Tel. 04462-9860082

Oldenburg: Trauergruppe Verwaiste Eltern bei:

Stiftung Ev. Hospizdienst Oldenburg

Leitung: Brigitte Schiller

Ansprechpartnerin: Renate Lohmann,
Haareneschstraße 62, 26121 Oldenburg

Tel.: 0441-770 346 0;

Email: info@hospizdienst-oldenburg.de

Internetforen:

www.da-sein.de ist eine **Online Begleitung von jungen Menschen für junge Menschen bis 25 Jahre in Krisen**

www.geschwisterkinder-netzwerk.de (**auch bei chronisch kranken oder behinderten Geschwistern im Mittelpunkt einer Familie**)

www.muschel.net für Sternenkinder-Eltern nach Fehlgeburt und Totgeburt

Für Eltern, die ihr Kind vor, **während oder kurz nach der Geburt** verloren haben, für betroffene Familien, Freunde und Helfende. <http://initiative-regenbogen.de/>

Forum für verwaiste Eltern: Leben-ohne-dich.de

Zum Thema „Helfen“: Lektionen der Gänse

1. Indem jeder Vogel mit den Flügeln schlägt, erzeugt er einen Auftrieb für den nachfolgenden Vogel. In V-Formation zu fliegen, lässt den ganzen Schwarm um 71 % weiter kommen, als wenn ein Vogel allein flöge.

Lektion 1: *Menschen, die mit anderen eine gemeinsame Richtung und einen Sinn für Gemeinschaft teilen, kommen schneller und leichter an ihr Ziel, weil sie von dem Vortrieb der anderen profitieren!*

2. Wann immer eine Gans aus der Formation ausschert, wird sie sofort des Widerstandes gewahr, der beim Alleinfliegen entsteht, und sie reiht sich schnell wieder in die Formation ein, damit sie den Auftrieb der voranfliegenden Gans nutzen kann.

Lektion 2: *Wenn wir soviel Verstand wie eine Gans haben, werden wir in der Formation mit denen bleiben, die genau dahin wollen, wo wir auch hin wollen, und wir nehmen ihre Unterstützung in der gleichen Weise an, wie auch wir bereit sind, die anderen zu unterstützen.*



3. Wenn die Führungsgans müde wird, lässt sie sich zurückfallen und eine andere Gans übernimmt ihre Position.

Lektion 3: *Es zahlt sich aus, sich in der Arbeit abzulösen und sich in der Führungsrolle abzuwechseln.*

4. Die Gänse, die hinten fliegen, feuern mit ihren Rufen diejenigen an, die vorne fliegen.

Lektion 4: *Wir sollten uns der Ermutigung gewiss sein, die unser anfeuerndes Rufen bewirkt.*

5. Wenn eine Gans krank oder verwundet wird und nicht mehr weiterfliegen kann, verlassen zwei andere Gänse die Formation und begleiten sie

auf ihrem Weg nach unten, um ihr zu helfen und um sie zu beschützen. Sie bleiben so lange bei ihr, bis sie wieder fliegen kann oder bis sie stirbt. Dann schließen sie sich einer anderen Formation an oder versuchen, den eigenen Schwarm wieder einzuholen.

Lektion 5: *Wenn wir so viel Gemüt wie eine Gans haben, werden auch wir einander in schweren wie in guten Zeiten beistehen.*

Ist mir zugeflogen!

Ortrud Seyfarth

Wie ich das Seminar zur Ausbildung der Sterbebegleitung erlebt habe

Zum Äußeren: **Die Ausbildung umfasste** 140 Unterrichtsstunden. Dazu gehörten 6 Wochenend-Blockseminare à 16 Unterrichtsstunden.

Mit folgenden Schwerpunkten: Informationsveranstaltungen, Gruppen- und Einzelarbeit, Kommunikationstraining und themenbezogene Übungen, Selbsterfahrung und Rollenspiele. Jeweils freitags von: 16:30–21:00 Uhr und samstags von: 09:30–18:00 Uhr.

Weiterhin gab es **6 Vortragsabende** mit wechselnden Referenten à 4 Unterrichtsstunden; die Nacharbeitungszeit war angesetzt mit ca. 20 Unterrichtsstunden (für die Nacharbeitung der vermittelten Inhalte, Referate und speziellen Aufgaben).

Freundlicherweise wurde mir gestattet zum 2. Wochenend-Blockseminar zu beginnen, um nicht ein weiteres Jahr warten zu müssen. Klar war auch: *Weitere Fehlzeiten durften nicht hinzukommen.*

So kam ich in eine Ausbildungsgruppe, die aus fünf weiblichen Teilnehmerinnen und zwei männlichen Teilnehmern bestand. Sie setzte sich aus den unterschiedlichsten Berufsgruppen zusammen und stellte deshalb eine sehr interessante vielfältige Gruppenkonstellation dar. Der „dritte Mann“ erschien zum Infoabend und ward nicht mehr gesehen. Zu Beginn des 3. Wochenend-Blockseminars wurde uns mitgeteilt, dass sich ein Teilnehmer aus der Gruppe abgemeldet hat. Damit setzte sich die geringe männliche Präsenz in der Ausbildung zur ambulanten Hospizarbeit leider fort, obwohl männliche Ehrenamtliche so dringend benötigt werden.

Dabei bieten die Ausbildungsseminare so viele Vorteile: Die sehr interessanten und aufklärenden Ausbildungsinhalte, die Vorträge, die Gruppen- und Einzelarbeiten und – nicht zu vergessen – die Rollenspiele, bei denen auch gelacht werden kann.

Die Möglichkeit kann genutzt werden, in diesem geschützten Raum sich seiner eigenen Selbsterfahrung zuzuwenden. Das jedoch nur soweit, wie es jede/ jeder Einzelne für angemessen erachtet. Hat jemand den Mut und ist die Zeit dafür reif sich zu öffnen, dann kann nicht nur die Einzelperson, sondern gegebenenfalls auch die gesamte Gruppe davon profitieren.

Also, liebe Männer/ liebe Frauen, Sie werden hier dringend gebraucht! Wir freuen uns auf Ihr Kommen und Mitmachen!

Die beiden Ausbilderinnen waren ein sehr gut eingespieltes Team. Eine Ausbilderin war Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ausbilderin (GF) und Supervisorin (GwG), die andere Ausbilderin war Gestalttherapeutin. Beide arbeiteten für ein Honorar, das sie sich teilten, beide haben wunderbar miteinander harmoniert und die Gruppe sehr gut geleitet. Die gemachten Erfahrungen haben mich sehr bereichert und vorangebracht.



Gudrun Weber

Ermutigung

Auf der vorherigen Seite hat uns Gudrun Weber von dem letzten Befähigungsseminar berichtet, das Hildburg Wolf mit Angela Klever für uns durchgeführt hat. Nach mehr als 20 Jahren ist es verständlich und wir gönnen den Beiden den Ruhestand.

Bei der Suche nach einer Nachfolgerin kam uns der Zufall zu Hilfe. Wir fanden sie unter unseren Mitgliedern, Frau Elke Uldahl! Sie hatte im Jahre 2000 den Kursus bei Hildburg und Angela absolviert. Zwischenzeitlich hat sie beruflich so viele Qualifikationen erworben, dass sie nunmehr selbst diesen Kursus anbieten darf.



Los geht es im Januar, wer von den Lesern unseres Rundbriefes sich kurz entschlossen noch für dieses Seminar interessiert, möge sich doch bitte bei den Koordinatorinnen melden und vom letzten Rundbrief her wissen Sie ja: Wir brauchen unbedingt Männer für die Hospizarbeit. (Tel. 04421-745258)

Interessant in diesem Zusammenhang ist auch die nachfolgende Pressemitteilung:

Ortrud Seyfarth

Sterbebegleitung 30. zu Hause nimmt zu

HANNOVER/DPA – Immer mehr alte Menschen und Patienten mit tödlichen Krankheiten lassen sich zu Hause von ehrenamtlichen Helfern beim Sterben begleiten. Nach Angaben des Verbandes der Ersatzkassen (vdek) vom Dienstag hat sich die Zahl der häuslichen Sterbebegleitungen in den vergangenen zehn Jahren mehr als verdoppelt und wird 2017 landesweit erstmals über 4000 liegen. Rund 3500 ehrenamtliche Helfer, die keine Mediziner oder Pfleger sind, stehen in Niedersachsen als Gesprächspartner und Ratgeber für Patienten und Angehörige zu Verfügung.

Exkursion zum schönsten Friedhof Deutschlands

Am 16.09.2017 um 8:30 fuhren wir von Wilhelmshaven aus zum schönsten Friedhof Deutschlands nach Lauheide bei Telgte. Der ambulante Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland hatte den Ausflug organisiert und 21 interessierte Ehrenamtliche hatten sich zusammengefunden. Andrea Minas begleitete den

Ausflug und Fass-Reisen fuhr uns, passenderweise hieß unser Busfahrer Herr Trost.

Um ca. 11:00 trafen wir beim Waldfriedhof in Lauheide ein und wurden von Herrn Trockel, dem Gärtnermeister der Anlage, in Empfang genommen. Das Gelände



umfasst 82 ha, mit Vorflächen sind das rund 100 ha. Es sind 14 Arbeiter und 6 Kräfte in der Verwaltung beschäftigt. Der Friedhof gehört der Stadt Münster und wurde 1942 offiziell eröffnet, 1940 fanden bereits erste Bestattungen von Kriegsopfern statt. Das Alter des Standorts wird auf 3.500 Jahre geschätzt.

Zuerst schauten wir uns die Feierhalle an, die sich direkt im Eingangsbereich befindet. Durch den gläsernen Giebel scheint der Wald in den Raum einzureichen. Bis zu 150 Trauergäste finden hier Platz. Eine Sakralorgel gibt die Möglichkeit, die Feierlichkeiten musikalisch zu gestalten. Auch eine CD-Anlage steht zur Verfügung. Es gibt mannigfaltige Möglichkeiten der individuellen Gestaltung von Abschiedsfeiern.

Von der Feierhalle aus gingen wir durch das Kreuzgewölbe, wo sich die Aufbahrungsräume und das Innenkolumbarium (Nischen für Urnen) befinden.

Von dort führte uns der Weg nach draußen, vorbei an acht Bronzeplastiken „Lebenshoffnung – Jede Saat

trägt Frucht“ in Richtung des Sternchenfeldes. Die Stadt Münster stellt diese Gräber kostenfrei bereit zur Beerdigung tot geborener Babys, die weniger als 500 g gewogen haben. Auch die Bestattungsunternehmen verlangen kein Geld für die Bestattung eines „Sternchens“.

Wir lernten bei unserem insgesamt drei Stunden dauernden Spaziergang über den wunderschönen Waldfriedhof die verschiedenen Bestattungsarten und deren Besonderheiten kennen.

Als Sarggräber werden angeboten

- Reihengrab für Verstorbene unter 5. Lebensjahr
- Reihengrab für Verstorbene über 5. Lebensjahr
- Wahlgrab
- Tiefgrab
- Wahlgrab in besonderer Lage
- Landschaftsgrab
- Haingrab

Als Urnengräber werden angeboten

- Urnenreihengrab

- Urnenreihengrab als Waldgrab
- Urnenwahlgrab
- Wahlgrab am Urnenbaum
- Hainurnengrab
- Baumurnengrab
- Urnennische (Außenkolumbarium)
- Urnennische (Innenkolumbarium)
- Anonymes Urnengrab

Besondere Bestattungsformen

- Sternchenfeld
- Rasengrab
- Aschestreufeld
- Muslimisches Feld

Es gibt auf dem Gelände Gräber mit strengeren und freieren Gestaltungsregeln. So ist es in bestimmten Bereichen auch möglich, Fotos des Verstorbenen auf dem Grabstein anzubringen.

Neben den verschiedenen Bestattungsformen gibt es auf dem Waldfriedhof einen deutschen Ehrenfriedhof, ein polnisches und russisches Ehrenfeld und einen englischen Friedhof. Ferner ein Anatomiefeld. Hier werden Menschen bestattet, die ihre Körper der medizinischen Hochschule zur Verfügung gestellt haben.

Der Waldfriedhof dient ebenfalls als Naturschutz- und Rückzugsgebiet für Tiere und Pflanzen. Es gibt 360 Nistkästen für Vögel sowie etliche Fledermauskästen auf dem Gelände. Diese werden vom Naturschutzbund Münster betreut. Ferner wird aus Umweltschutzgründen auf Pflanzengifte, Dünger und Streusalze verzichtet, und die Wege sind möglichst unversiegelt.



Grabeinfassung aus Stein oder gar Kunststoff sieht man gar nicht, und in Trauergebinden sind Kunststoffanteile verboten. Der Waldfriedhof Lauheide erhielt als einer der ersten Friedhöfe Deutschlands das Zertifikat nach der europäischen EMAS-Verordnung (früher: EU-Öko-Audit-Verordnung).

Wer den Friedhof Lauheide einmal kennenlernen möchte, dem seien die verschiedenen Führungen und Veranstaltungen empfohlen. In der Zeit von

März bis Oktober finden jeweils am dritten Sonntag eines Monats Aktionen zum Thema Natur- und Artenschutz oder themenbezogene Führungen statt. Informieren kann man sich über www.stadt-muenster.de/umwelt/friedhoeft.html

Unser Ausflug endete mit einem gemeinsamen Mittagessen in einem Restaurant in unmittelbarer Nähe des Waldfriedhofs Lauheide. Wir danken an dieser

Stelle dem Vorstand für die Idee zu dieser Exkursion, Andrea und Heike für die Organisation, Herrn Trockel für die engagierte Führung und Herrn Trost für die angenehme Busfahrt. Die einhellige Meinung der Teilnehmer war: gerne mehr solche interessanten Veranstaltungen.

Birgit Holtz

Quelle: Projekte der Stadt Münster und eigene Aufzeichnungen

Quelle Fotos: Konrad Lappe und Birgit Holtz

Humor ist, wenn man trotzdem lacht ...

*Der Tod lächelt uns alle an,
das Einzige, was man machen kann,
ist zurücklächeln!*

Marcus Aurelius röm. Kaiser (161-180 n. Cr.) Philosoph

Das Sterben hat viele Bezeichnungen. Und viele davon umschreiben diesen Abschnitt des Lebens mit Humor, Ironie und manchmal Sarkasmus. Stellen Sie sich mal die Frage, wie man standesgemäß stirbt. Viele sehr lustige Verknüpfungen sind da möglich: *Der Gärtner beißt ins Gras. Der Kellner gibt den Löffel ab. Der Turner verreckt. Der Schaffner liegt in den letzten Zügen. Der Pfarrer muss dran glauben. Der Gemüsehändler schaut sich die Radieschen von unten an. Der Rabbi geht über den Jordan.* Und jetzt wird's zotig, ich kann's einfach nicht lassen.... *Der Spanner ist weg vom Fenster und der Gynäkologe scheidet dahin.*

Man kann diese standesgemäßen Möglichkeiten zu sterben noch weiter fortführen und wenn Ihnen weitere lustige Varianten einfallen, freuen wir uns sehr über Zuschriften an die Redaktion, aber wenn wir uns mal ernsthaft über die Gründe Gedanken machen, warum es so ist, dass wir versuchen, den Tod so zu umschreiben, ist es einerseits sicherlich die Angst davor, aber andererseits auch die Tatsache, dass Humor uns hilft, mit einem so ernsten und schweren Thema wie dem Sterben und dem Tod umzugehen.

Und das bringt mich zur Kernfrage. Sollte Humor ein wichtiger und sinnvoller Begleiter auch am Ende des Lebens sein? Darf und kann man im Angesicht des Todes heiter und humorvoll sein? Oder ist es pietätlos und befremdend? Gerade auch für Angehörige, die gefangen sind in Trauer und Schmerz über den

nahenden Verlust eines geliebten Menschen könnte ein manchmal heiterer Umgang mit dem Sterbenden verletzende Gefühle auslösen. Aber wir sollten die Kraft und die Stärke von Humor nicht unterschätzen. Sie kann als Ventilfunktion Todesangst, Schrecken und Verzweiflung überwinden, weil es eine der stärksten emotionalen Waffen unseres Geistes ist. Nicht umsonst gibt es den sogenannten „Galgenhumor“, der hilft, mit Situationen, seien sie auch noch so aussichtslos, heiter umzugehen. Und bedeutet unser Motto „Leben bis zuletzt“ nicht auch „Lachen bis zuletzt“. Humor schafft Distanz vor zu viel Betroffenheit. Sie kapituliert nicht vor Trauer und Verzweiflung. Sie schafft Leichtigkeit in schweren Zeiten, und wenn auch nur für Momente und nimmt in manchen Situationen die Sprachlosigkeit, weil „Unausprechliches“ formuliert werden kann.

Meine Mutter starb am 02. Januar 2012. Sie liebte es, traditionell jedes Jahr am 31.12. „Dinner for One“ im Fernsehen zu schauen. Auch zwei Tage vor ihrem Tod ließ sie es sich nicht nehmen, diese Tradition fortzuführen. Wir schauten gemeinsam und sie lachte wie immer herzlich über den Butler, der für sie nun bestimmt schon hundert mal im Laufe der Jahre über den Tigerkopf gestolpert ist. In diesem Moment waren alle Ängste verflogen, alle Schmerzen vergessen und gemeinsame Trauer über den baldigen Abschied gewandelt in gemeinsame Freude und Heiterkeit im Jetzt und Hier. Auch heute noch erinnere ich mich sehr viel stärker an die positiven und heiteren Momente in der Zeit ihres Leidens und Sterbens. Ich schaffe es, in Gedanken an diese Momente Abstand zu gewinnen zu all unserer Trauer und Ver-

Buchhinweis:

Harald-Alexander Korp
*„Am Ende ist nicht
Schluss mit lustig –
Humor angesichts von
Sterben und Tod“*
Gütersloh 2014,
256 Seiten



Der Autor bietet neben allgemeinen Ausführungen zum Humor und der Rolle von Humor in den verschiedenen Religionen viele Erfahrungen aus dem Hospizbereich sowie einige praktische Übungen zur Selbsterfahrung bei diesem Thema. Zahlreiche Illustrationen und Cartoons machen das Buch sehr gut lesbar.

Buchhinweis:

Der Katalog
*„Sie hat mir der
Himmel geschickt!“*
– Karikaturen zu
Sterben, Tod und
Trauer, ist gegen
eine Schutzgebühr (zgl. Versandkosten)
erhältlich bei der Hospiz-Akademie Bamberg,
E-Mail: kontakt@hospiz-akademie-bamberg.de



zweiflung, die uns damals getrieben hat. Die Kraft und die Stärke des Humors!! Sicher ist es wichtig in der Begleitung eines sterbenden Menschen eine gute emotionale Mischung herzustellen. Trost zu spenden, wenn Trost wichtig ist. Einfach zuzuhören, wenn ein Zuhörer gebraucht wird. Antworten zu finden, wenn Fragen im Raum stehen. Aber ich bin davon überzeugt, dass bewusster und situativer Umgang mit Heiterkeit und Humor ganz vielem im Leben die Stirn bieten kann. Auch der Angst vor dem Tod. Humor wird nicht immer gewinnen, aber er ist ein perfekter Widersacher für alle Herausforderungen des Lebens. „Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn Leute sterben, sowenig wie es aufhört, ernst zu sein, wenn Leute lachen!“ schrieb der Schriftsteller George Bernard Shaw. Und der Lieblingsswitz von Siegmund Freud, der auch diverse Abhandlungen über

die Komik und seine Beziehungen zum Unbewussten geschrieben hat, lautet so:

„Der Henker kommt zum Häftling. Der Verurteilte fragt ihn: ‚Welchen Tag haben wir denn heute?‘ Der Henker antwortet: ‚Montag.‘ Der Gefangene seufzt: ‚Na, die Woche fängt ja gut an!‘“

In diesem Sinne wünsche ich allen Betroffenen, Angehörigen und Begleitern, dass Sie dem Tod, dem Sterben und der Angst davor hin und wieder auch mal ins Gesicht lachen können.

Ihr Peter Hillje

*An dieser Stelle der Hinweis: Die aktuelle Ausstellung in der Kunsthalle Wilhelmshaven trägt den Titel **„Dem Tod ins Gesicht gelacht“** (geöffnet bis 7. Januar 2018)*

Aktuelle Tendenzen in der Debatte um Suizid-Beihilfe

Im Niedersächsischen Ärzteblatt lesen wir in einem Bericht von Dr. Oliver Tolmein „Strafbare Suizidhilfe – ein Problem für die Palliativversorgung?": Der neue § 217 Strafgesetzbuch verbietet die Förderung der geschäftsmäßigen Beihilfe zu Selbsttötungen. Für die Palliativmedizin und in stationären Hospizen hat sich dadurch wenig geändert. Die gefürchteten Massenanlagen gegen Ärzte und ehrenamtliche Hospizhelfer wegen diesbezüglicher Beratungsgespräche sind ausgeblieben. Dennoch hat sich in der Praxis der

Sterbebegleitung und Sterbehilfe was geändert: Vereine, die die Unterstützung von Suiziden zum zentralen Inhalt ihrer Betätigung gemacht haben, haben ihren Dienst offiziell eingestellt. Anbieter von Sterbebegleitungen und auch Mediziner, die mit der Behandlung schwerstkranker Menschen zu tun haben, brauchen noch Klärung in der Frage: was genau darf ich und wo setzt mir das Strafrecht eine Grenze?

In der umfangreichen Gesetzesbegründung formuliert der Gesetzgeber ausdrücklich: „Hilfe beim

Sterben ist strafrechtlich irrelevant und stellt keine geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung dar.“ Auch Einzelfallhandlungen, die aus uneigennütigen Motiven und aufgrund einer besonderen persönlichen Verbundenheit erfolgen, sind nicht erfasst.

Prof. Dr. Winfried Hardinghaus, der Vorsitzende des Deutschen Hospiz- und Palliativverbands kritisiert ein Urteil des Bundesverwaltungsgerichtes Leipzig vom März d. J., wonach der Staat unter bestimmten Voraussetzungen den Zugang zu Betäubungsmitteln mit dem Ziel der Selbsttötung nicht verwehren darf. Auch beim Bundesverfassungsgericht Karlsruhe sind mehrere Verfassungsbeschwerden zum § 217 anhängig, die noch entschieden werden müssen.

Tatsache ist, dass sich die in der Hospiz- und Palliativarbeit tätigen Menschen auch weiterhin ethischen Fragen der Bewertung von Suizidabsichten bzw. einem Sterbewunsch von Menschen in der letzten Lebensphase stellen müssen. Die Diskussion über Suizidwünsche oder Beihilfe zur Selbsttötung geht also weiter.

Prof. Dr. Christoph Rehmann-Sutter von der Universität zu Lübeck hat sich mit dem Thema „Der Wunsch zu sterben“ befasst. Er schreibt im Bundes-Hospiz-Anzeiger: *Wenn PatientInnen sagen, dass sie sterben möchten, lässt das aufmerken. Es irritiert, alarmiert. Muss an ihrer Versorgung etwas verändert werden? Weshalb leiden sie? Machen wir etwas falsch? Leiden sie an einer Depression, oder sind sie gar suizidal?*

Dass auch optimal versorgte PalliativpatientInnen den Wunsch zu sterben verspüren können, ist in der

Forschung gut belegt. Wenn man sich in die Situation eines Menschen in schwerer Krankheit versetzt, der sein Lebensende nahen sieht und der damit beschäftigt ist, sich von allem zu verabschieden, was sein Leben ausmachte, ist die Vorstellung nicht abwegig, er könne tatsächlich wünschen, der Tod möge nun kommen. Im Kontext des Abschiednehmens, vor allem, wenn es mit existenziellem Leid verbunden ist, ist es nicht irrational zu wünschen, es wäre schon vorbei. Aus diesem Grund ist es wichtig, Sterbewünsche am Lebensende zu unterscheiden von Todeswünschen, die in Gestalt von Suizidalität auftreten. Unter Suizidalität verstehe ich einen Gemütszustand, in dem der Wille vordringlich ist, Hand an sich zu legen. Der Wunsch zu sterben ist ein breiterer Begriff als der Suizidwunsch. Im Suizidwunsch ist immer ein Sterbewunsch gegeben, aber nicht alle Sterbewünsche sind deshalb Suizidwünsche – vor allem nicht Sterbewünsche in schwerer Krankheit am Lebensende. Soweit die Erkenntnisse von Prof. Dr. Rehmann-Sutter.

Diese Erfahrung konnte ich auch bei meinen alltäglichen Diensten, die ich seit mehreren Jahren im Friedel-Orth-Hospiz verrichte, machen. Die Gäste sind dort wirklich gut versorgt. Was an Erleichterungen, Extra`s und Fürsorge möglich ist, wird ihnen zugestanden. Trotzdem spürt man bei manchen Gästen, dass sie „unerträglich“ leiden. Das wird dann bei Sterbenden, die im Pflegeheim, zu Hause oder im Krankenhaus versorgt werden, nicht anders sein. In solchen Fällen stehen dem Palliativarzt stark wirksame Medikamente zur Verfügung, die das Bewusstsein reduzieren oder ausschalten, um so „die

Belastung durch sonst unerträgliches und durch keine anderen Mittel beherrschbares Leiden zu lindern“ und zwar in einer für Patienten, Familie und Behandler ethisch vertretbaren Weise. Es handelt sich um die sogenannte „Palliative Sedierung“. Der Patient kann in den zwischenzeitlichen Wachzuständen entscheiden, ob er die Fortsetzung dieser Behandlung wünscht oder nicht. Es wird dann – möglicherweise durch unbeabsichtigte Nebenwirkungen – der Tod eintreten. Die Intention dieser Behandlung liegt aber eindeutig in der Symptomlinderung und nicht in der Beschleunigung des Todeseintritts. Es handelt sich hierbei um „Hilfe beim Sterben“ und nicht um „Hilfe zum Sterben“.

Aus Diskussionen und Gesprächen über diese Thematik weiß ich, dass diese Möglichkeit auch für noch nicht betroffene Menschen ein Rettungsanker bedeutet. Ein schnellerer Tod kann aber auch durch Therapiezieländerung, Therapieverzicht, Therapieabbruch möglich sein. Seit 2011 hat die Bundesärztekammer ihre Grundsätze zur ärztlichen Sterbebegleitung novelliert. Seither heißt es: *„Ein offensichtlicher Sterbevorgang soll nicht durch lebenserhaltende Therapien künstlich in die Länge gezogen werden. Darüber hinaus darf das Sterben durch Unterlassen, Begrenzen oder Beenden einer begonnenen medizinischen Behandlung ermöglicht werden, wenn dies dem Willen des Patienten entspricht. Dies gilt auch für die künstliche Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr.“*

Ortrud Seyfarth



Was ich Dir wünsche:

Dass du
Unberührt bleiben mögest von Trauer,
unberührt vom Schicksal anderer Menschen,
das wünsche ich dir nicht.
So unbedacht soll man nicht wünschen.
Ich wünsche dir aber, dass dich immer wieder
etwas berührt,
das ich dir nicht so recht beschreiben kann.
Es heißt Gnade.
Gnade ist ein altes Wort,
aber wer sie erfährt, für den ist sie
wie ein Morgenlicht.
Man kann sie nicht wollen
und nicht erzwingen,
aber wenn sie dich berührt,
dann weißt du:
Es ist gut.

Jörg Zink

Glücksvögel

Fünf Uhr morgens Anfang Oktober in einem kleinen Hotel auf dem Darß.

Ich habe den Wecker gehört, wäre eigentlich versucht, mir die Decke über den Kopf zu ziehen und weiterzuschlafen. Da klingelt auch schon das Telefon. Mein Freund Onno ist unerbittlich.

„Wir sind nicht zum Vergnügen hier!“



Eigentlich schon. Wir wollen Kraniche fotografieren. Glücksvögel werden sie seit mehr als tausend Jahren genannt. Bringen sie Glück? Das kann niemand endgültig beantworten.

Aber wir wollen sie vor die Linse bekommen. Kühl geduscht, die Marschverpflegung in die Manteltasche gestopft und los.

Onno kennt die besten Plätze.

Noch ist die Sonne nicht aufgegangen, der Himmel färbt sich aber schon orange, die ersten Kraniche steigen auf. Sie haben die Nacht im flachen Boddenwasser zugebracht, geschützt vor Füchsen und anderen Störern.

Der Sonnenball erklimmt den Horizont. Jetzt erscheinen Kranichschwärme, die durch die Sonne ziehen. Mit klammen Fingern drücken wir auf den Auslöser.



Das wollten wir erleben. Glück gehabt.

Dann fahren wir zu den Ablenkungsfutterstellen. Damit die Vögel nicht in die noch nicht abgeernteten Maisfelder einfallen, wird an anderen Stellen Futter ausgebracht und gerne genommen. Auch eine gute Gelegenheit zum Fotografieren. Aufnahmen im An- und Abflug und beim Tanzen am Boden. Das Impeniergehebe müssen sie sich von uns Menschen abgesehen haben. Und es scheint zu wirken, wir sehen Jungvögel bei der Gruppe.

Nachdem die Kraniche weggezogen sind, krabbeln die Enthusiasten aus den Verstecken. Sie haben sich vor Sonnenaufgang in Miniholzstützen verkrochen, über den Tag beobachtet und fotografiert. Nun dürfen sie endlich ihre Eimer leeren.

Wir sind mittlerweile im Bodden auf ein Boot gestiegen und fotografieren die Vogelschwärme auf ihrem Rückflug zu den Schlafplätzen. Die Formationen werden von der untergehenden Sonne von unten beleuchtet.

- Glück gehabt.
- Glücksvögel.

Klaus Raab

Gedicht in einer Ausstellung

Wir waren zur Ausstellungseröffnung eingeladen. Ein Jugendfreund von mir war Maler geworden und hatte sich schon früh entschieden, freischaffend zu sein.

Heiner Müller

1929 - 1995

... Und gehe weiter in die Landschaft,
die keine andere Arbeit hat, als auf
das Verschwinden der Menschen
zu warten...

Der Maler hält den Moment vor dem Verschwinden
fest, die kalte Sekunde, wenn der Körper zum
Farbton schrumpft, den letzten Atem, von
Malschichten wie vom Vergessen erstickt.

Der Maler malt das Vergessen. Das Bild vergißt
seinen Gegenstand. Der Maler ist Charon. Mit
jedem Pinselstrich/ Ruderschlag verliert sein
Passagier an Substanz. Die Fahrt ist das Ziel,
das Sterben der Tod. Am anderen Ufer wird
Niemand aussteigen.

Die Jahre über hatten wir uns sporadisch gesehen, meist bei Ausstellungseröffnungen. Uns trennten meist mehr als 500 Kilometer. Er war von der Leipziger Schule beeinflusst. Seine Bilder waren meist Collagen mit historischen Versatzstücken mit Bezügen zu unserer konfliktreichen Vergangenheit und Gegenwart.

Wir sind also nach Freital bei Dresden gefahren, seine und meine Geburtsstadt. Die Galerie liegt in einem restaurierten Fachwerkhaus.

Der Kustos des Brandenburgischen Landesmuseum hielt eine launige Rede, durchaus überschwänglich. Beim Rundgang fiel mir als erstes ein Gedicht ins Auge, schwarz gerahmt zwischen Bildern.

Wenn ich ehrlich bin, hat es mich mehr bewegt als die Bilder.

Der Maler möge mir verzeihen.

Wir haben dann in der Ausstellung fotografiert und uns die Bilder für später aufgehoben.

Natürlich kannte ich Heiner Müller als Dramaturg und Theatermann vom Berliner Ensemble. Diese Seite war mir weitgehend unbekannt, und ich begann zu suchen. Und mir fiel ein Buch in die Hände von Brigitte Maria Mayer und Heiner Müller „Der Tod ist ein Irrtum“

Es handelt von einem reifen Mann und einer sehr viel jüngeren Frau, die sich verlieben, heiraten und eine Tochter bekommen. Ihr Zusammenleben ist in-

tensiv. Sie ist studierte Fotografin und hielt in vielen ungeschminkten Autografen dieses Leben fest- zusammen mit Faksimiles von seiner literarischen Arbeit. Dazwischen Liebesgedichte überwiegend von ihm an sie, ein Buch voller Poesie, das einen Abschied beschreibt mit aller Intensität eines bewussten Le-



bens im Angesicht des Todes. Sie lernten sich 1990 kennen, sie begleitete ihn bis zu seinem Tode 1995. Er starb an Speiseröhrenkrebs. Die Bilder in dem Buch sind lebendig wie die Bilder der Ausstellung und machen es uns vor: „Leben bis zuletzt“

Dr. Klaus Raab

Rezension: „Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster“

Susann Pasztor:

Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster;
Köln 2017, gebunden 16,90 €

In dem Buch von Susann Pasztor geht es um Fred, einen alleinerziehenden Vater, Phil, seinen 13 jährigen Sohn und Karla, einer krebserkrankten Frau.

Fred, seit kurzem ehrenamtlicher Sterbebegleiter, trifft auf seine erste Begleitung Karla und tritt dabei in das eine oder andere Fettnäpfchen. Karla entspricht so gar nicht seinen Vorstellungen von einer todkranken Frau, für die er schon Ideen hatte, um ihr die letzte Lebenszeit zu verschönern.

Aber schon der Anfang ihrer Beziehung gestaltet sich schwierig:

„...ich arbeite ehrenamtlich.“ Fred suchte nach etwas Persönlichem, das er ihr sagen konnte, damit sie endlich aufhörte, seine verborgenen Motive auszu-

loten. „Was ich davon habe? Vielleicht möchte ich lernen es auszuhalten, dass Menschen sterben.“

„Sie wollen das erst lernen? Sie können das noch nicht?“ fragte Karla.

„Das ist ein langer Weg“, sagte er vage.

Karla runzelte die Stirn, dann hatte sie offenbar eine Eingebung. „Sie machen das noch gar nicht lange, oder?“

Ach nein, nicht jetzt schon. Er hätte zu gern etwas mehr Zeit gehabt, um eine Beziehung zwischen ihnen aufzubauen und Karlas Vertrauen zu gewinnen, Vertrauen auch zu sich selbst, dass er dieser Aufgabe gewachsen war, er, der blutige Anfänger.



Aber nicht nur der Kontakt zu seiner Begleitung gestaltet sich schwierig. Auch zu seinem Sohn Phil findet Fred mit seiner etwas unbeholfenen Art nicht den richtigen Zugang. Zudem sorgt er sich darum, dass sein Sohn, ähnlich wie er selbst, viel zu zurückgezogen lebt und zu wenig soziale Kontakte hat.

Von der oftmals schroffen, abweisenden Art von Karla lässt Fred sich jedoch nicht entmutigen und schlägt sich wacker durch die mühsam zustande kommenden Begegnungen. Doch nicht alle Fehler sind zu verzeihen...

Sein Sohn Phil, der durch eine besondere Aufgabe auch Kontakt zu Karla bekommt, ist schließlich derjenige, der einen guten Draht zu ihr entwickelt.

Sie sagte es mit völlig normaler Stimme, als gehörte der Teil mit den Schmerzen ganz selbstverständlich zu ihrem Satz, und Phil wusste, dass sie keinen Kommentar von ihm und auch kein Nachfragen erwartete. Seit dem einen Mal in der Kneipe hatte Karla das Thema nie wieder angesprochen, wozu auch, es war ja die ganze Zeit da, es wohnte in ihrer Wohnung, in jeder Medikamentenpackung, in jedem der weit aufgedrehten Heizkörper, er wohnte sogar in der Art, wie sie unter der Wolldecke auf ihrer Couch lag: nichts war hier in Ordnung, nichts war hier normal. Trotzdem war er gern hier. Er mochte ihre Küche, er mochte die Geräusche des Scanners, er mochte ihre Fotos, und er mochte sie. Er war geübt darin, sich mit dem Unausgesprochenem zu arrangieren, deshalb hätte er auch niemals gewagt, sie zu fragen, wie es ihr ging. Umso mehr erschien ihm Karlas

Bemerkung wie ein persönlicher Vertrauensbeweis, und der wiederum, fand er, verlangte nach einer Gegenleistung von seiner Seite.

„Ich schreibe. Also, meistens schreibe ich Gedichte“, sagte er als sie schon fast an der Wohnungstür waren.

„Du schreibst Gedichte? Toll“, sagte Karla. „Ich finde, das passt gut zu dir.“

Wir erleben das Auf- und Ab in der Begleitung mit und erfreuen uns an der sich im Laufe der Zeit verbessernden Vater-Sohn Beziehung. Wir lernen aber auch einen skurrilen Hausmeister kennen, der irgendwann eine wichtige Rolle spielen wird, erleben eine ungewöhnliche Nachbarin und können uns über eine sehr interessante Supervisionsgruppe amüsieren.

Der Autorin gelingt es, ihre Figuren mit viel Feingefühl und genauem Blick für die menschlichen Schwächen sehr authentisch wirken zu lassen und uns nahe zu bringen. Dabei entsteht trotz der Schwere des Themas eine humorvolle Leichtigkeit, die einen amüsiert und zum Weiterlesen drängt.

Interessant gestaltet sich dieser Roman auch durch die wechselnden Perspektiven, in denen die einzelnen Hauptpersonen jeweils aus ihrer Sicht erzählen. Zu guter Letzt sei noch zu erwähnen, dass das Buch auch wegen seiner einfachen, alltäglichen und dabei niveaувollen Sprache sehr lesenswert ist.

Anke Tapken-Gutjahr

Buchempfehlung: „Dunkel ist nicht schwarz“

Egbert Wellmann:
„Dunkel ist nicht schwarz“
Deutscher Lyrik Verlag

Egbert Wellmann wurde 1946 in Wilhelmshaven geboren. Er studierte Kunst und Philosophie in Oldenburg, Bremen und Berlin. Er ist freischaffend tätig als Schriftsteller, Maler und Bildhauer. Heute lebt er überwiegend in Australien. In seinem 2016 erschienenen Buch versucht Egbert Wellmann den Tod seiner Frau auf besondere Art und Weise in Form von Texten und Gedichten zu verarbeiten.



Die Last der Ereignisse
und die Lust zu leben.
Dazwischen Gedanken
die alles beobachten
auch sich selbst.
Gedanken
die alles verändern können.
Gedanken
die Wörter erfinden
die alles einfrieden sollen.
Aber hinter jedem Wort liegt etwas
das weder auszusprechen
noch zu umzudenen ist.
Woher weiß ich davon?
Ich weiß es von den Wörtern.
Sie weisen alle über sich hinaus.
Dahin geht mein Blick
wenn ich an dich denke.

Es scheint so

Es scheint so, daß auf dem Planeten,
den wir so gern mit Füßen treten
und ihn dadurch total verderben
- daß also hier nur Gute sterben!

Denn: las man je im Inserat,
daß ein Verblichner Böses tat,
daß er voll Neid war und verdorben,
und daß er nun mit Recht gestorben?
Es kann hier keinen Zweifel geben:
die Schlechten bleiben alle leben!

Heinz Ehrhardt

Zuwendungen von den JA-WIR-Stiftungen

Die aktuell historisch niedrigen Zinsen stellen für viele Stiftungen eine große Herausforderung dar. Bedingt durch die Gemeinnützigkeit ist deren Anlagepolitik grundsätzlich eher konservativ, was in jüngster Vergangenheit zu immer größeren Problemen geführt hat. Sowohl deutsche Staatsanleihen als auch Festgeldanlagen oder Tagesgeldkonten weisen entweder eine sehr niedrige oder sogar gar keine Verzinsung mehr auf. Zum Teil weisen deutsche Staatsanleihen sogar eine negative Verzinsung auf, was dazu führt, dass Stiftungen nur wenig Möglichkeiten haben, mit ihrem Stiftungskapital Erträge in einem hohen Maß zu erwirtschaften, die ausgeschüttet werden können.

Dank an alle Spender

Große Spenden, kleine Spenden, völlig unerwartete Spenden, regelmäßige Spenden von treuen Freunden und Förderern des Ambulanten Hospizdienstes, Spenden aus traurigem Anlass und auch Spenden aus frohem Anlass. Alles war in diesem Jahr wieder dabei. Wir freuen uns über alle Spenden, denn ohne Spenden können wir unseren Dienst nicht in diesem Umfang gewährleisten. Deshalb möchten wir uns für alle Spenden ganz herzlich bedanken!

**Die Ehrenamtlichen MitarbeiterInnen
die Hauptamtlichen Mitarbeiterinnen
sowie der Vorstand**

Vor diesem Hintergrund freuen wir uns als Ambulanter Hospizdienst umso mehr, dass wir wie in den Vorjahren auch in diesem Jahr sowohl von der Helmut-Böttger-Stiftung als auch von der Tanzschule-Neumann-Stiftung mit einer Spende bedacht wurden. Die Zuwendung hilft uns als Verein, unsere Aufgaben zu erfüllen.

Simon Feyen

Veranstaltungshinweis

Lesung mit Henning Scherf und Annelie Keil

„Das letzte Tabu“

Über das Sterben reden
und den Abschied leben lernen

Dienstag 5. Dezember 2017 um 20 Uhr

Bürgerhaus Schortens, Weserstr. 1, 26419 Schortens
Tel. 04461-801 98
E-Mail: buergerhaus@schortens.de

In Kooperation mit dem Ambulanten Hospizdienst
Wilhelmshaven-Friesland e.V.



Kalender 2018

Auch in diesem Jahr haben wir wieder einen Postkartenkalender herausgegeben, diesmal haben wir uns für das Thema „**Nahaufnahmen**“ entschieden. In den beiden zurückliegenden Jahren fand der Kalender viel Beifall bei denen, die ihn sich ansahen und kauften. So kann unser Ambulanter Hospizdienst ein ganzes Jahr präsent sein und an unsere Arbeit erinnern.

Wir würden uns sehr freuen, wenn er auch im Jahr 2018 vielen Freunden und Mitgliedern ein Begleiter durch die Monate werden kann. Rechtzeitig zur Vorweihnachtszeit kann der Kalender zu einem Preis von 8,00 Euro im Büro Parkstraße 19 erworben werden.

Erdmute Fuhrmann

Das Allerletzte

Ferdinand Gerritsen

* 22. 1. 1964 · † 28. 11. 2014

He is ûmfallen und weer doot.

Dorathea Gerritsen geb. Linnemann
un all Verwandten un Frûnnen

26409 Wittmund, Auricher Straße 34

Wie droopt uns Freedag,
12. Dezember 2014, ûm 10.00
bi dat Rasengrafffeld up de Wittmunder Kaarkhoff,
um de Urn van Ferdi bietosetten.

Wiltfang Bestattungen · Wittmund

Tumor is. Rumor is. Humor is nich.

Prof. Dr. Gerburg T

13. 11. 1939 - 19. 11. 2006

Wenn man
sich das
so richtig überlegt,
Dann
war das
Allerhand ...

In memoriam
Sascha K

† 9.12.2003

Was ist ein Jahr?

- 365 Morgen ohne einen Gruß
- 365 Tage dich nicht sehen und berühren können
- 253 Abende in gemütlicher Runde ohne deine Späße
- 25 Samstage ohne deine Hilfe bei der Arbeit
- 36 Sonntage beim Spiel ohne deine Vorlagen
- 183 Momente stolz auf dich zu sein
- 5 Geburtstage in der Familie
- 1 Weihnachten ohne dich
- = 1.233 Gründe dich zu vermissen



zu lang, zu viel und nicht schon ...!

In Liebe
deine Familie und Freunde

1896–1939

Werner K

ist tot.

Impressum

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

Erdmute Fuhrmann, Peter Hillje, Birgit Holtz, Konrad Lappe,
Frank Moritz, Dr. Klaus Raab, Ortrud Seyfarth, Anke Tapken-
Gutjahr, Gudrun Weber

Spendenkonten

Sparkasse Wilhelmshaven

IBAN: DE58 2825 0110 0002 1980 00

BIC: BRLADE21WHV

Volksbank Wilhelmshaven

IBAN: DE05 2829 0063 0000 5030 60

BIC: GENODEF1WHV

Fotos

Adpic, Gründler, Holtz, Lappe, Moritz, Raab, Richter, Seyfarth,
Uldahl, Wilhelmshavener Zeitung

Gesamtherstellung

Brune-Mettcker Druck- und Verlagsgesellschaft mbH
Parkstraße 8, 26382 Wilhelmshaven

