ÖKUMENISCHE HOSPIZHILFE
JAHRESBRIEF 2021
Ökumenische Hospizhilfe Weinheim-Neckar-Bergstraße e. V.

EIN GANZ ANDERES JAHR

Verehrte Mitglieder, Freunde und Förderer der Ökumenischen Hospizhilfe WNB,

das vergangene Jahr war auch für die Hospizhilfe von den Auswirkungen der Corona-Pandemie gezeichnet. Die Nachfrage nach Begleitungen ging im zweiten Quartal fast vollständig zurück. Für unsere ehrenamtlichen Begleiter*innen war es außerordentlich schmerzvoll, ihre Anbefohlenen im Sterbeprozess alleine lassen zu müssen. Alle gemeinsamen Veranstaltungen und Fortbildungen fielen weg, Supervisionen mussten ebenso wie Sitzungen digital abgehalten, Trauergespräche über das Telefon geführt werden.

Um den Zusammenhalt der Hospizgemeinschaft zu fördern, nutzten wir die Lockerungen Mitte des Jahres für ein gelungenes Sommerfest sowie eine Klausurtagung zur Perspektiventwicklung des Vereins. Als einziges öffentliches Angebot konnten wir den lange geplanten „Letzte-Hilfe-Kurs" im Oktober gerade noch anbieten.

Ein Thema, welches uns als Hospizdienst besonders beschäftigt hat, war das Urteil des Bundesverfassungsgerichtes (BVG) zum assistierten Suizid (§217 StGB). Es hat erwartungsgemäß heftige Diskussionen nicht nur in der Öffentlichkeit, sondern auch in unseren Reihen ausgelöst. Wir beschäftigten uns an zwei Fortbildungsabenden mit dieser Thematik, wobei die Diskussion noch nicht abgeschlossen ist. Das BVG hat der Selbstbestimmung und Autonomie des Menschen Verfassungsrang zugesprochen, der auch die Freiheit umfasst, sich das Leben zu nehmen und hierfür Hilfe von Dritten zu beanspruchen. Dieses Grundrecht stehe jedem Menschen jeden Alters zu jeder Zeit ohne jede Begründungsnotwendigkeit zu. Damit geht das BVG weit über entsprechende Regelungen in anderen Ländern hinaus. Wenngleich nach meiner Überzeugung die ethische Verantwortbarkeit eines assistierten Suizids in Extremsituationen letztlich eine Gewissensfrage der unmittelbar Betroffenen bleiben sollte, ist und bleibt die Ökumenische Hospizhilfe dem Leben im Sterben und somit der Hilfe im Sterben und nicht der Hilfe zum Sterben verpflichtet.

Dieses kurze Grußwort darf nicht enden, ohne Ihnen allen, die unsere Arbeit mit Wohlwollen begleiten und mit materieller wie ideeller Unterstützung ermöglichen, für Ihre Hilfe zu danken. Bleiben Sie uns gewogen. Wir brauchen Sie für unseren Dienst. ■

Prof. Dr. med. Ulrich Abshagen
1. Vorsitzender der Ökumenischen Hospizhilfe WNB

AM ÜBERGANG

Will man in die großartige Bergwelt der inneren Schweiz gelangen, muss man in der Regel einen Pass überwinden. Als ich einmal auf dem Weg ins Engadin war und den Julier-Pass überquerte, überraschte mich kurz vor der Passhöhe ein Abzweig zum „Julier-Hospiz". „Hier soll ein Hospiz sein?" wunderte ich mich, „hier, in dieser Abgeschiedenheit?"

Nein, natürlich nicht, zumindest kein Hospiz, wie wir es aus unserer Region und im 21. Jahrhundert kennen. Und dennoch: nicht umsonst standen diese alten Herbergen Pate für unsere modernen Hospize. Hier fanden früher Reisende und Pilger Aufnahme, wurden verköstigt und bekamen ein Nachtlager. Ein Ort zum Auftanken also, zum Kraft sammeln für den weiteren Weg. Solche Herbergen standen gerne auf Pässen, an Übergängen also. Auch das Sterben ist solch ein Übergang, ein einmaliger, vom Leben zum Tod.

Nun sind wir ja als Ökumenische Hospizhilfe ein ambulanter Hospizdienst, d. h. unsere Arbeit findet nicht in einem Hospiz statt, sondern da, wo die Menschen ZUHAUSE sind, auch im Pflegeheim. „Ambulant" kommt vom lateinischen „ambulare", dem Wort für Spazierengehen, welches sich vom bloßen Gehen dadurch unterscheidet, dass es mit Zeit und Muße geschieht. Und damit ist etwas genannt, was unser größtes Kapital ist: die ZEIT, die wir mitbringen und die wir ganz dem Sterbenden und seinem Umfeld, seiner Familie widmen. Zeit, um einfach da zu sein, für Gespräche, manchmal auch wirklich noch zum gemeinsamen Spazierengehen. Wo keine Möglichkeit zum Gedankenaustausch mehr besteht, kann Musik zum Zuge kommen oder jede Form nonverbaler Kommunikation. Selbst über das geduldige Anreichen von Essen entsteht Verbindung. Und manchmal können wir der Seele Nahrung geben.

Wie gut, wenn so noch einmal Stärkung erfahren wird für die „Letzte Reise", sei es durch eine Würdigung des bisherigen Lebens, durch achtsame Berührung, durch Zuwendung in jeglicher Form. Manchmal ist nur noch eine einzige Begegnung möglich, öfters können wir noch eine geraume Wegstrecke miteinander gehen. Nur selten sind wir beim eigentlichen Sterben, beim letzten Hinübergehen, dabei. Aber im besten Fall konnten wir vorher zurüsten und Kraft geben.

Und gar nicht so selten nehmen wir selbst etwas mit, was für den eigenen Lebensweg hilfreich ist. Eine Begleiterin drückte es kürzlich so aus: „Die Reflexion über das Erlebte justiert unsere eigene Sicht auf die Welt immer wieder neu und hält sie lebendig!" ■

Brigitte Rufer
2. Vorsitzende, zuvor langjährige Begleiterin

DEN LETZTEN TAGEN MEHR LEBEN GEBEN …

Die neue Koordinatorin stellt sich vor

Seit Juli 2020 bin ich als Sozialarbeiterin Teil der Hospizgemeinschaft und an der Seite von Monika Leistikow zuständig für die psychosoziale Beratung in der Ökumenischen Hospizhilfe WNB. Wir führen Erstgespräche mit schwerstkranken Menschen und ihren Angehörigen und koordinieren den Einsatz und die Ausbildung der ehrenamtlich tätigen Hospizbegleiter*innen.

Besonders wichtig ist mir … die Haltung in der Hospizarbeit. Der zu begleitende Mensch steht mit seinen körperlichen, seelischen, sozialen und spirituellen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Unsere Begleitung soll, wie Cicely Saunders (die Pionierin der Hospizbewegung) so treffend formuliert hat, dazu verhelfen, „den Tagen mehr Leben zu geben". Wenn wir uns dem Sterben widmen, ist es immer auch die Beschäftigung mit dem Leben. Wer war der Mensch, was sind seine Ressourcen und was bewegt ihn gerade? Welche Bedürfnisse haben er und seine Angehörigen? Das versuchen wir herauszufinden, um die Menschen ganz individuell zu begleiten. Gemeinsam überlegen wir, wie die Lebensqualität erhalten oder verbessert werden kann.

Ich hätte nicht gedacht, dass … es in der Sterbebegleitung so bereichernde Momente gibt, die mich tatsächlich glücklich machen und mit Dankbarkeit erfüllen. Dankbarkeit und Liebe gegenüber den Menschen, die wir verabschieden müssen, den Angehörigen, die sich oft unglaubliche Mühe machen, um ihren Liebsten einen würdigen Abschied zu ermöglichen. Dankbarkeit aber auch gegenüber den Ehrenamtlichen. Ich habe sehr großen Respekt vor ihrem gesellschaftlichen Einsatz, einige begleiten schon fast 20 Jahre lang schwerkranke Menschen. Sie bringen einen großen Erfahrungsschatz mit. Andere sind weniger lange dabei, bringen aber viel Lebenserfahrung und Ideen mit. Den Austausch mit allen empfinde ich als sehr bereichernd.

Ich wünsche mir, dass … wir alle möglichst unbeschadet durch die Pandemie kommen und das Leben der Hospiz-Idee bald wieder ohne Kontakt-Einschränkungen möglich ist. Dazu ist Offenheit und Nähe nötig, sein Gesicht zu zeigen, Menschen berühren zu können und sich berühren zu lassen. All diese zentralen Aspekte der Sterbebegleitung stehen im starken Gegensatz zu den jetzigen Umständen.

Meine Arbeit ist … sinnstiftend. Ich stehe im ständigen Austausch mit Kolleginnen und der Hospizgemeinschaft und darf mich mit existenziellen Fragen des Menschseins und der Würde befassen. Das empfinde ich als großes Glück. ■

Petra Kriechel
Koordinatorin & stellvertretende Leitung der Ökumenischen Hospizhilfe Weinheim-Neckar-Bergstraße e. V.

„ICH VERMISSE DIE MENSCHEN…" – TRAUERN OHNE GRUPPE

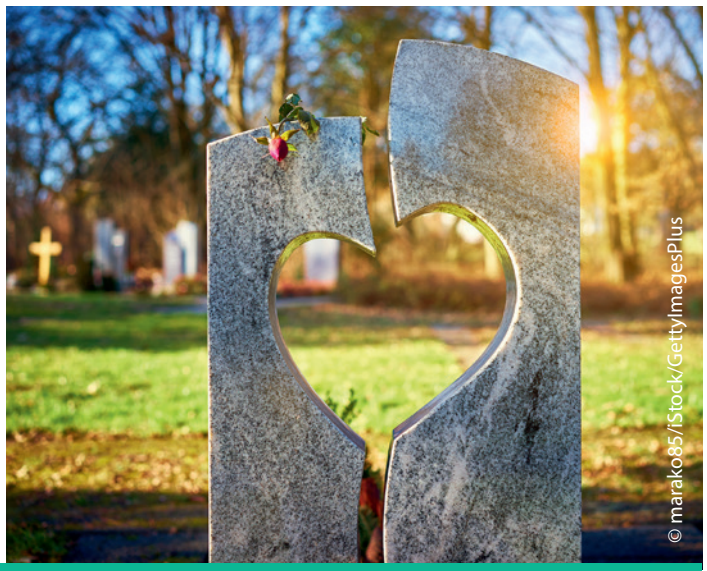
Voller Elan und neuer Ideen startete die Trauergruppe mit ihrem Leiter, Andreas Haug, ins Jahr 2020, ehe dieser Schwung nach wenigen Wochen jäh gebremst wurde. Es gab konkrete Pläne, das seit 2015 bestehende Angebot zu erweitern: Eine neue Gruppe für junge Trauernde sollte im März, ein erster „Trauer-Spaziergang" mit ebenfalls Betroffenen im April stattfinden. Leider musste all das auf unbestimmte Zeit verschoben werden.

Stattdessen galt es, sich ganz individuell und auf neuen Wegen um die trauernden Menschen zu kümmern, die nun nicht mehr zum gewohnten monatlichen Treffen zusammenkommen konnten. Es ist mehr als nachvollziehbar, dass Gäste des Trauercafés unter der Pandemie ganz besonders litten:

„Ich erlebe, dass sich meine Trauer unter den Corona-Bedingungen wieder verstärkt. Die Impulse aus der Gruppe, dieses Gefühl der Zusammengehörigkeit und das Erleben, dass die anderen Anwesenden genau wissen, wovon man spricht – das Verständnis füreinander und das Miteinander fehlen mir sehr", so das Empfinden einer Trauernden.

Durch Telefonate und nach den Lockerungen auch durch persönliche Besuche oder Verabredungen zum Spaziergang versuchten die fünf Trauerbegleiter*innen, hilfreich in Kontakt zu bleiben. Diese Initiativen wurden sehr geschätzt: „Ein großes Dankeschön an die Trauerbegleiter, die sich immer wieder melden und mit unsichtbaren Fäden (Gespräche) versuchen, die Lücke der fehlenden Treffen zu stopfen – ein Loch stopfen, damit es nicht noch größer wird."

Im Frühjahr 2021 stehen zwei weitere Ehrenamtliche bereit, sich zu Trauerbegleitern qualifizieren zu lassen. Um den so wichtigen Austausch untereinander wieder zu ermöglichen, soll demnächst ein digitales Format erprobt werden und die Trauergruppe „online" stattfinden. Aber alle freuen sich schon sehr darauf, endlich wieder persönlich zusammenkommen zu dürfen. ■



NÄHE TROTZ DISTANZ

Über ein Jahr Leben und Sterben in der Pandemie. Anfangs beunruhigende Bilder aus Italien, bald auch bei uns erschütternde Berichte über verzweifelte Menschen, isoliert in Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern, einsam in ihrer letzten Lebensphase. Selbst engsten Angehörigen bleibt der Besuch am Sterbebett verwehrt. Auch für uns Hospizbegleiter*innen eine schwierige Zeit. Tablet, Telefon oder eine Grußkarte können helfen, aber direkte persönliche Zuwendung und menschliche Wärme nicht ersetzen.

Inzwischen besuchen wir wieder schwerkranke und sterbende Menschen in Heimen oder auch zuhause. An die Hygienemaßnahmen haben wir uns gewöhnt, aber sie schaffen eben auch Distanz. Ein Lächeln hinter einer Maske bleibt verborgen, Sprache wird undeutlich, Körperkontakt ist nur eingeschränkt möglich. Dennoch gibt es endlich wieder Wege aus der Einsamkeit. Dabei sind gerade in Zeiten von Corona ganz besonders Kreativität, Einfühlungsvermögen und Verantwortungsbewusstsein gefragt.

Sterbebegleitung kann eine Achterbahn der Gefühle sein: Trauer, Angst und Wut, aber auch Glücksmomente und schöne Erinnerungen. Oft auch berührende Geschichten aus dem Leben, manchmal sogar ein befreiendes Lachen. Ein 91-Jähriger hat mir wenige Tage vor seinem Tod den humorvollen Rat gegeben: „Zu viel grübeln und nachdenken ist wie eine Schaukel. Man ist zwar beschäftigt, aber kommt kein Stück weiter". Begrüßt hatte mich der alte Herr damals mit den Worten: „Mir wär's lieber, wir würden uns in einer Kneipe treffen, als hier an meinem Bett".

Gerade in einer Welt verordneter Distanz tut Nähe gut, auch wenn sie eingeschränkt bleibt. Ein schönes Gefühl für uns Hospizbegleiter*innen, wenn wir – manchmal sehr zart – Signale der Dankbarkeit spüren. ■ Hospizbegleiter **Klaus Eberle**

DER TOD – SO INDIVIDUELL WIE DAS LEBEN

„Warum machst Du das?" …diese Frage begegnet mir immer wieder, wenn die Menschen erfahren, dass ich ehrenamtlich für die ambulante Hospizhilfe tätig bin. Ja, was ist denn eigentlich meine Motivation? Ist es ein Helfersyndrom? Die Suche nach Bestätigung? Die Grenzerfahrung?

Das Thema Vergänglichkeit, Sterben und Tod beschäftigt mich schon sehr lange. Die unumstößliche Tatsache, dass unser Körper so fragil und letztlich nicht verlässlich ist, lässt sich schließlich nicht leugnen. Ich habe darüber gelesen, meditiert, Dokumentationen und Filme gesehen. Und vieles hat mich sehr berührt.

Seit 2018 bin ich in diesem Ehrenamt und jede neue Begleitung habe ich mit Herzklopfen übernommen. Ich habe sehr alte, aber auch jüngere Menschen begleitet. Manche Menschen sind offen mit ihrem bevorstehenden Tod umgegangen, andere waren nicht in der Lage viel darüber zu sprechen oder konnten gar nicht mehr reden. Ähnlich bei den Angehörigen, den Familien, dem Umfeld. Hier ist die Bedürftigkeit und Sprachlosigkeit manchmal groß. Immer ist es wichtig, dass ich mit ganzem Herzen und aller Achtsamkeit da sein und zuhören kann, Fragen stelle und einen Beitrag dazu leiste, ein wenig Sicherheit, Ruhe und Vertrauen in diese wichtige letzte Lebensphase zu bringen.

Seit einem halben Jahr begleite ich eine junge Frau, die während ihrer Krebstherapie hier in der Region im Pflegeheim gelebt hat. Da sie keine Angehörigen vor Ort hatte, habe ich mit ihr auch sehr praktische Dinge geregelt: Vorsorgeplanung und Bestattungswünsche haben wir schriftlich festgehalten. Und wir haben viel zusammen gelacht. Sie ist nun in einem Hospiz in ihrer Heimatstadt. Letzte Woche hat sie geheiratet!

Warum mache ich das also? Ich begleite Menschen in ihrer letzten Lebensphase, weil es auch mir hilft, das Sterben und den Tod besser zu verstehen und weil ich die Erfahrung mache, dass ich keineswegs hilflos und sprachlos bleiben muss. Der Tod ist sehr individuell – das ist die wichtigste Erfahrung, die ich gemacht habe. So individuell wie die Menschen und ihre Bedürfnisse im Leben sind. Darauf kann ich mich gut einstellen. ■
Hospizbegleiterin **Inge Homma**

SOMMERFEST 2020

Ein kleines Highlight in der Corona-Zeit war unser Sommerfest im Juli: Auf der Pfarrwiese von St. Jakobus in Hohensachsen verbrachten wir einen wunderbaren Abend mit Corona-konformem Buffet und einigen sehr lustigen und gemeinschaftsfördernden Spielen.

Unsere traditionelle Adventsfeier mussten wir leider ganz ins Internet verlegen und uns via Zoom treffen. Dank der liebevollen Vorbereitung durch unser Leitungsteam wurde auch das zu einem erstaunlich intensiven und schönen Erlebnis! ■

ERSTE ERFAHRUNGEN MIT LETZTER HILFE

Im November 2019 konnten wir erstmalig einen Letzte-Hilfe-Kurs auch in Weinheim anbieten, der auf großes Interesse stieß. Leider war aufgrund der Pandemie in 2020 nur ein einziger Kurs im Oktober möglich.

Was ist es nun, was Menschen sich von diesem Angebot erwarten? Da ist zum einen der große Wunsch, Angehörigen oder Freunden in Krankheit und Sterben beistehen zu können und sich dabei nicht hilflos und überfordert zu fühlen. Zum anderen wird aber immer wieder deutlich, wie sehr es auch um uns selbst und unsere eigene Haltung in Bezug auf das Lebensende geht.

Die Kursleiter*innen führen dabei durch die Themenbereiche *Sterben ist ein Teil des Lebens*, *Vorsorgen und Entscheiden*, *Leiden lindern*, sowie *Abschied nehmen*. Sie sprechen über Vorkehrungen, die bereits lange vor einer schweren Erkrankung, spätestens aber dann getroffen werden sollten, über Möglichkeiten und Maßnahmen der modernen Palliativmedizin und wie ein für alle Seiten guter Abschied gelingen kann.

Besonders lebendig wird es in den eher praktischen Einheiten. Da werden ätherische Öle hinsichtlich ihrer beruhigenden oder anregenden Wirkung erschnuppert, Mundpflege mit verschiedenen Materialien an sich selbst ausprobiert, oder erlebt, wie unterschiedlich es sein kann, berührt zu werden.

Einige der Teilnehmenden haben bereits ihre eigenen guten oder schlechten Erfahrungen „mit dem Sterben" gemacht. „Vieles hätte bei meinem Vater besser laufen können", meint eine jüngere Frau, „hätte ich nur mehr dazu gewusst".

Der Letzte-Hilfe-Kurs möchte dazu beitragen, wieder mehr von diesem Wissen um das Lebensende in unserer Gesellschaft zu verankern, vor allem aber das persönliche Zutrauen stärken, mit dem jeder von uns, gemäß dem Motto des Welthospiztages 2020 „Solidarität bis zuletzt", einen positiven Beitrag leisten kann. ■

WIR DANKEN

Es ist für unseren Hospizdienst wichtig, eine breite Unterstützung aus der Bevölkerung zu erfahren – ideell wie auch finanziell.

Darum freuen wir uns sehr über die zahlreichen Spenden im Corona-Jahr 2020. Jeder Beitrag, ob groß oder klein, ist willkommen und fördert unsere Arbeit – **ein ganz herzliches DANKESCHÖN** an dieser Stelle! ■

Julierpass mit Hospiz

EINSATZLEITUNG

v. l. n. r.: **Beate Braune** (Administration), **Monika Leistikow** (Koordination & Leitung, **Petra Kriechel** (Koordination & stellv. Leitung)

TEAMARBEIT

Seit Jahresbeginn 2020 ist Beate Braune (s. o.) in der Administration der Hospizhilfe tätig. Buchhaltung und Förderanträge gehören dabei ebenso in ihren Bereich wie die Mitgestaltung von Feiern und Veranstaltungen. So schätzt sie ihre Arbeit als „eine gute Mischung aus Zahlen und persönlichen Kontakten." Und resümiert nach einem guten Jahr der Mitarbeit: „Den Hospizgedanken durch meine Arbeit in unserem Team unterstützen zu können, ist für mich ungemein bereichernd." ■

Wir sind für Sie da

Telefon: 06 20 1–18 58 00

Sprechstunden

DI und DO 10–12 Uhr
Bahnhofstraße 18 (Eingang Bismarckstraße)
69469 Weinheim

DO 15–17 Uhr
Begegnungszentrum mitten.drin
Kirchstraße 4
69198 Schriesheim

IMPRESSUM

Ökumenische Hospizhilfe Weinheim-Neckar-Bergstraße e. V.
Bahnhofstraße 18
69469 Weinheim
Telefon: 06 20 1-18 58 00
E-Mail: info@hospizhilfe-weinheim.de
www.hospizhilfe-weinheim.de

Spendenkonto IBAN: DE42 6709 2300 0001 2781 00

Verantwortlich für den Inhalt:
Ökumenische Hospizhilfe W.-N.-B. e. V.
Redaktion: Brigitte Rufer, Petra Kriechel, Gerhard Volz
Gestaltung: BRANDZEICHNER | Sabine Rößler
Bildnachweis: Ökumenische Hospizhilfe W.-N.-B. e. V.