



Gib mir deine Hand

Ich werde sie halten, wenn du einsam bist.

Ich werde sie wärmen, wenn dir kalt ist.

Ich werde sie streicheln, wenn du traurig bist.

Ich werde sie wieder loslassen, wenn du frei sein willst.

LEBEN bis zuletzt - wir begleiten Sie

Liebe Freunde und Förderer

für das Neue Jahr 2010 wünschen meine Vorstandskollegen und ich Ihnen alles Gute, Gesundheit, Glück und die Erfüllung Ihrer persönlichen Wünsche.

Das vergangene Jahr 2009 war für den Hospizverein trotz aller Turbulenzen (wir haben Ihnen darüber berichtet) ein gutes Jahr. Wir können mit Freude und auch ein wenig mit Stolz berichten, dass immer mehr Menschen im Hamburger Süden unsere Angebote nachfragen. Da geht es zum Einen um Vorträge in Vereinen, Kirchengemeinden oder im Ethikunterricht in Schulen, zum Anderen um Präsentationen bei Stadtteilfesten oder auf Märkten. Die Nachfrage nach Sterbegleitungen hat weiter zugenommen. Unsere ehrenamtlichen Begleiter/innen haben den Kranken und ihren Familien wieder mit viel Zeit und Liebe zur Seite gestanden. Im Januar hat ein neuer Begleiterkurs begonnen. Elf Damen und Herren werden dann das Team vergrößern. Auch unser Trauercafé hat immer mehr Gäste. Wir sehen daran, wie groß der Bedarf ist, in geschützter Atmosphäre Gedanken und Gefühle auszutauschen. Deshalb werden die Fortbildungen für unsere Mitarbeiter dieses Jahr vor allem die Themen Trauer und Trauerbegleitung sein. Trauer und Trauerbegleitung im Märchen ist zum Beispiel das Thema eines Vortrages von Frau Prof. Bödiker am 9. März (s.S. 4).

Für das Neue Jahr 2010 wünsche ich mir weiter Ihre treue Unterstützung, damit die Hospizarbeit für die Menschen im Hamburger Süden auf diesem guten Weg weitergehen kann.

Ihre

Heike Buck (1. Vorsitzende)



Jede Trauer ist anders

von Heike Buck

Der Verlust eines nahen Angehörigen, eines geliebten Menschen, stürzt uns in Tiefen, in Einsamkeit und Verzweiflung, die wir vorher so nicht kannten. Und wie wir darauf reagieren oder auch wann dies geschieht, kann sehr unterschiedlich sein.

Vielleicht liegt der Tod eines Angehörigen oder Freundes erst kurze Zeit zurück, und möglicherweise lehnt sich alles in uns gegen den Verlust auf. Man kann und will es noch gar nicht wahrhaben.

Oder die lange Pflege, der Tod, die Beerdigung liegen hinter uns. Wir dachten, das Schwerste hinter uns zu haben. Aber nun verstehen wir erst wirklich, was geschehen ist.

Oder aber der Verlust liegt schon Wochen und Monate zurück. Die ersten großen Schmerzen sind vorüber, aber immer wieder kommen Wellen der Trauer, vielleicht der Wut und Verzweiflung manchmal ganz plötzlich und unerwartet, und wir fragen uns, ob denn das noch normal sei.

Jeder wird die Erlebnisse, die durch Sterben und Tod ausgelöst werden, unterschiedlich erleben und mit der Erschütterung anders umgehen. Dem einen ist es eine Hilfe, gleich wieder zu arbeiten, sich in Aktivitäten zu stürzen, dem anderen ist dies unmöglich. Er ist wie gelähmt.

Es gibt kein richtiges oder falsches Trauern. So unterschiedlich die Menschen sind, so unterschiedlich wird ihre Trauer sein. Jeder darf so trauern, wie es für ihn möglich ist. Der Eine wird Geselligkeit brauchen, der Andere ist lieber allein. Der Eine räumt die Wohnung um, der Andere lässt alles, wie es ist. Der Eine findet Trost in der Musik, dem Anderen ist sie, die früher so hilfreich war, nur ein belastendes Geräusch.

Dies sind nur ein paar Beispiele dafür, dass jeder Trauernde seinen eigenen Weg geht. Jede Trauer ist anders, und auch wenn Menschen nach außen hin

gar keine Trauer zeigen, heißt das nicht, dass sie nicht auf ihre Art trauern. Das hat nichts mit Härte oder Gefühlskälte zu tun.

Trauer ist eine normale Reaktion, ein Bemühen der Seele, das Geschehene zu begreifen.

Dafür braucht jeder seine eigene Zeit. Auch hier gibt es kein Richtig oder Falsch. Dort, wo wir uns erlauben, Zeit zu haben, können sich die Dinge langsam wandeln. „Wie lange werde ich noch trauern? - Solange, wie ich die Trauer brauche.“ (Rainer Haak) Nur dann kann der Schmerz des Verlustes sich wandeln in etwas Hilfreiches und Tröstliches und es kann ein Gefühl der Dankbarkeit dafür entstehen, dass der Andere einen Teil des Lebensweges mit uns gegangen ist.

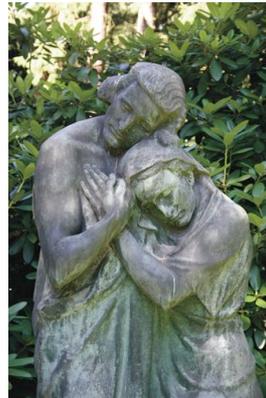
Auf das Loslassen möchte ich hier nicht eingehen. Vielmehr möchte ich noch von der Liebe sprechen.

Was bleibt, ist die Liebe. Da ist ein Land der Lebenden und der Toten, und die Brücke zwischen ihnen ist die Liebe - das einzige Bleibende, der einzige Sinn. (Thornton Wilder)

Unsere Trauer zeigt uns, wie sehr wir den Verstorbenen geliebt haben und immer noch lieben. Die Trauer hilft uns, diese Liebe in eine neue innere Beziehung zu verändern, ihr eine neue Ausdrucksweise zu geben.

Zwar kann die Liebe nicht mehr konkret gelebt werden, aber sie geht nicht ins Leere. Der Verstorbene bleibt eine wichtige, geliebte Person im Leben des Hinterbliebenen. Er gehört auch weiterhin zu uns, zu unserer Familie, zu unserem Leben.

Dieses Miteinander-Verbunden-Weiterleben ist in Ordnung und hilft uns, weiterzuleben und mit unserer Trauer umzugehen.



Neugraben erleben

Immer wieder ist es für unsere Arbeit wichtig, in der Öffentlichkeit wahrgenommen zu werden. So



war es klar, dass wir uns beim Stadtteilstfest „Neugraben erleben“ am 6. September mit einem kleinen Stand präsentieren würden. Mit Hilfe Ehrenamtlicher und Vorstandsmitglieder wurden viele Gespräche mit Interessierten geführt.

Hospizwoche 2009

Die Hospizwoche Anfang Oktober gab Gelegenheit, die guten Beziehungen zwischen der Palliativstation Groß-Sand und dem Hospizverein zu vertiefen. Am 3. Oktober, dem Welthospiztag, stellten wir unsere Arbeit auf einem Stand zusammen vor.

Ausführlichere Informationen über die jeweilige Arbeit erhielten die interessierten Harburger auf einer gemeinsamen Vortragsveranstaltung am 9. Oktober in St. Johannis.

„Männer trauern anders.“



Heike Buck staunt über Uwe Sannacks Werkzeug für Trauerarbeit

... und wie - das erzählte auf höchst temperamentvolle Weise Uwe Sannack vom Kinderhospiz Sternbrücke am 26. Oktober.

Adventsfeier

Als Dank für das gelungene Sommerfest, zu dem der Vorstand die Ehrenamtlichen und die Mitarbeiterinnen des Ambulanten Hospizdienstes in den Garten der Lutherkirche eingeladen hatten, richteten diese nun das adventliche Zusammensein am 7. Dezember aus und



luden den Vorstand dazu ein.

Fleißige Hände hatten den Raum des Gemeindehauses weihnachtlich geschmückt und Leckeres zu Essen und zu Trinken aufgetischt. Es war ein schöner gemeinsamer Abend.

Verabschiedung

Nach nunmehr 3 Jahren der Supervision unserer ehrenamtlichen



SterbebegleiterInnen war der Zeitpunkt für einen Wechsel am Ende des Jahres 2009 gekommen. Dr. Heike Buck verabschiedete im Rahmen der Adventsfeier mit

warmen Worten und herzlichem Dank unsere Supervisorin Frau Annette Hecker. Ihre Nachfolge wird Frauke Narjes antreten.

**Fahrende Werbefläche
das erste Auto für den
Hospizverein**

Freude strahlend präsentierte Vorstand Hartwig Buck das erste



Auto des Vereines auf der Adventsfeier. Es konnte dank des Gewinnes des Bürgerpreises und einer gleich großen Summe, die der Lions Club Harburger Berge dazu gegeben hatte, finanziert werden.

**Benefiz-Konzert
in der Harburger
Klangkirche**

Eine ganz eigene vorweihnachtliche Stimmung ließen die 3 Musiker Reiner Regel, Jan Keßler und Nicolas Faecks im Raum der ehemaligen



Vorstandsvorsitzende Dr. Heike Buck dankt den drei Musikern für ihr wunderbares Konzert zugunsten des Hospizvereines

Dreifaltigkeitskirche entstehen. „Jesu, meine Freude“ oder „Dona nobis pacem“ mit Saxophon, Gitarre und Bass verjazzt - das berührte das Publikum. Trotz eisiger Temperaturen am 19. Dezember erwärmte die Musik die Herzen der über 130 Zuhörer. Und für die Hospizarbeit kamen mehr als 1700 € zusammen.

„... nachts kam nur die Katze!“

Von Helga Lehmann

Der Pflegedienst eines schwerstkranken Herrn hatte unseren Hospizdienst gebeten, ob wir uns um ihn kümmern könnten. Herr Sp. lebte ganz alleine mit einer Katze in einer Schlichtwohnung. Er wurde seit Jahren nur vom Pflegedienst versorgt und eine Stunde in der Woche kam eine Haushaltshilfe.

Ein Lungenkrebs und ein Kehlkopfkrebs waren so weit fortgeschritten, dass keine Krankenhausbehandlung mehr stattfand. Der Hausarzt kam auch nicht mehr. Nur der Pflegedienst war in Kontakt mit dem Hausarzt und besorgte die Medikamente, die Schmerzbehandlung und die Pflege!

Es gab keine Angehörigen oder Freunde. Herr Sp. war seit langer Zeit bettlägerig und hatte sehr viele Wundstellen an Beinen und Rücken. Er konnte kaum sprechen und nur Flüssiges schlucken. Der Pflegedienst hatte einen Chirurgen gebeten, sich die Wunden anzusehen. Die Aussage war, es sei nicht mehr chirurgisch einzugreifen – nur noch zu versorgen. Vier Mal täglich kam der Pflegedienst, nachts nur die Katze. Herr Sp. war dazu noch blind.

Als ich in die Wohnung kam, habe ich zuerst einen Schreck bekommen:

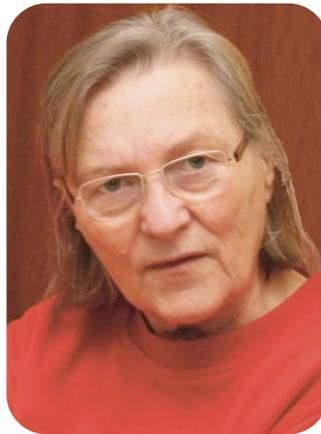
Ist das möglich, dass in einer so verdreckten und ungepflegten Wohnung ein Sterbender lebt, leben muss?

Herr Sp. war sehr ruhig. Die vielen Medikamente gegen die Schmerzen wirkten wohl. Bei der Pflege hatte er Schmerzen.

Dann schlief er viel. Ich versuchte immer wieder, ins Gespräch zu kommen. Doch nur vereinzelte Worte und Sätze hörte ich manchmal.

Da der Pflegedienst und ich einen Schlüssel hatten, konnte ich zu jeder Zeit den Patienten besuchen. Er konnte noch hören und so meldete ich mich immer an der Wohnungstür. Dann fragte ich, ob es ihm recht sei, dass ich komme. Ja, das wollte er. Mehrfach fragte er nach seiner Katze, die jederzeit raus und rein konnte und vom Pflegedienst mit versorgt wurde.

Mir war es sehr schwer zuzuse-



hen, wie er so mutterseelenallein war. Auf meinen Vorschlag, ins Hospiz zu gehen, wollte er wissen, ob die Katze mit könne. Da ich dazu keine klare Auskunft geben konnte, meinte er, hier bei ihm in der Wohnung wäre es für ihn gut. Auf Angebote wie: Singen, Vorlesen oder Gebete wollte er nicht eingehen.

So saß ich oft ein bis zwei Stunden bei ihm und sprach und betete in meinem Herzen mit ihm.

Als es deutlich wurde, dass es bis zu seinem Tod nur noch wenige Tage dauern würde, wurden wir (der Hospizdienst) gefragt, ob wir Nachtwachen übernehmen

könnten. Das habe ich dann auch zuerst mit einer Kollegin gemacht, dann alleine. Nach vier Tagen musste ich verreisen. Ich sagte es Herrn Sp. und er entließ mich: „Ja, das können Sie machen, es ist gut so.“

Zwei Tage später ist er gestorben.

Leider konnte ich ihn nicht mit beerdigen, weil es niemanden gab, der sich um eine Beerdigung kümmerte. Wir vermuten, dass er anonym eingäschert wurde.

Ich möchte noch einmal darauf hinweisen, dass die beiden Damen vom Pflegedienst ganz besonders fürsorglich zu Herrn Sp. waren. Sie haben sich sehr um ihn bemüht und immer war er sauber, ein sauberes Bett und gute Luft. Sie redeten mit ihm und versuchten, es ihm so leicht wie möglich zu machen.

Diese Begleitung hat mich sehr erschüttert, und ich muss immer noch trauern, wenn ich an diese Trostlosigkeit denke.

Inzwischen kenne ich auch andere Sterbefälle und bin dankbar, dass es auch fürsorgliche Angehörige gibt. Dennoch hat mir diese Geschichte gezeigt, wie nötig der ambulante Hospizdienst und die Sterbebegleitung für viele Menschen ist.

*Jede Spende
von Ihnen ist für unsere Arbeit
eine Hilfe!*

Spendenkonto
Hospizverein Hamburger Süden e.V.
Kto.-Nr.: 1000 85 22
BLZ 207 500 00
Sparkasse Harburg-Buxtehude

Termine 2010**28. Februar****TANZEND UNTERWEGS****Am Anfang des Neuen Jahres**

mit Anke Sohns

14:00-19:00 Uhr

Villa Meyer, Helios Mariahilf Klinik,
Stader Straße 203 c,
21075 HamburgAnmeldung über das Beratungsbüro
erforderlich**9. März****Wenn guten Menschen Böses widerfährt * Trauer und Trauerbegleitung im Märchen**Vortrag von Frau Prof. M. Bödiker
(siehe Kasten oben)

18:00 Uhr

**St. Johanniskirche,
Bremer Str. 9**Weitere Veranstaltungen entnehmen
Sie bitte der Tagespresse oder unserer
Internetseite: www.hospizverein-hamburgersueden.de**Danke**

Wann immer wir 2009 eine Veranstaltung organisierten, bedurfte es zahlreicher Hände zur Hilfe. Sei es, das Eintrittsgeld zu kassieren, Kuchen zu backen, das Büfett zu bedienen oder zu tun, was sonst noch erforderlich war.

Für die beinahe unerschöpfliche Bereitschaft unserer Ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen, sich hier neben ihren eigentlichen Aufgaben einzubringen, sagen wir, der Vorstand, von Herzen Dank!

Großer Beliebtheit erfreut sich
nach wie vor an jedem 3. Sonntag
im Monat unser**Trauercafé****Lutherkirche Eißendorf**Kirchenhang 21 a,
Gemeindehaus

Näheres siehe unsere Internetseite

**Wenn guten Menschen Böses widerfährt
Trauer und Trauerbegleitung im Märchen**

Frau Prof. Marie-Luise Bödiker ist Dipl. Psychologin und Pädagogin mit dem Schwerpunktthema Verlust Erfahrung. Sie engagiert sich seit 1975 in der Hospizarbeit.

Märchen bringen Kunde von Menschen zu Menschen.

Kein Grundthema des Menschen, das in unseren Märchen ausgespart bleibt, auch nicht das Abschiednehmen, der Tod und die Trauer.

In ihren Bildern bringen sie uns z.B. die Botschaft:

Dein Leben kann gelingen, wenn du dich darauf einlässt, wenn du den Mut hast, dich dem Leben zu stellen, weiter zu gehen, und nicht erstarrst.

**Besuch des Hospiz
Nordheide in Buchholz**

Von Susanne Seelbach

Am 20.11.2009 trafen sich 12 Ehrenamtliche Hospizhelfer/-innen, um in Fahrgemeinschaften zum Buchholzer



Hospiz zu fahren. Das Leitungsteam Frau Rantze und Frau Fuchs empfingen uns herzlich mit Kaffee und Keksen.

Wir bekamen viele Informationen darüber, wer unter welchen Bedingungen in einem Hospiz aufgenommen werden kann. Wie sich ein solcher Aufenthalt gestaltet und finanziert wird. Besonders beeindruckt waren wir über die vielen Einsätze von ehrenamtlichen Hospizhelferinnen und -helfern, ohne die das Hospiz seinen hohen Standard nicht anbieten könnte. Neben den Besuchsdiensten, die wir auch aus dem ambulanten Bereich kennen, kümmern sich jeden Abend Ehrenamtliche um eine liebevolle Zubereitung des Abendbrotens. Dabei werden sehr individuell größere und kleinere kulinarische Wünsche erfüllt.

SpendenkontoKto.-Nr.: 1000 85 22
Sparkasse Harburg-Buxtehude
BLZ 207 500 00

Eine große Überraschung war für uns, dass wir auch als ambulanter Hospizdienst die von uns zu Hause begonnenen Begleitungen im Hospiz in Buchholz weiterführen dürfen, diese sogar ausdrücklich erwünscht sind.



Die letzte große Frage, wie die Mitarbeiterinnen des Hospizes zu den Plänen eines stationären Hospizes im Süderelbe Raum stehen, wurde zu unserer allgemeinen Freude sehr entspannt und auch als unbedingt notwendig gesehen.

Als es nach ca. 1,5 Stunden wieder nach Hause ging, hatten wir alle das Gefühl, wenn denn ein stationärer Hospizaufenthalt für unsere Patienten einmal unumgänglich werden sollte, dann würden sie im Hospiz Buchholz gut aufgehoben sein.

Ambulanter Hospizdienst**Beratungsbüro**

Stader Straße 203 c

21075 Hamburg

Tel.: 040/76 75 50 43

Fax: 040/32 50 73 19

E-mail: [hospizdienst@](mailto:hospizdienst@hospizverein-hamburgersueden.de)hospizverein-hamburgersueden.de**Koordinatorin**

Susanne Seelbach

Impressum

Herausgeber: Hospizverein Hamburger Süden e.V. – Stader Str. 203 c – 21075 Hamburg - Tel.: 040-76755043 - E-mail: info@hospizverein-hamburgersueden.de - www.hospizverein-hamburgersueden.de - **Redaktion:** Dr. Heike Buck; Hartwig Buck, Dr. Hans-Joachim Roose

Druck und Sponsor: Druckerei Priess GmbH, Dieselstraße 1 a, 21465 Reinbek, Büro: Wilhelmstraße 16, 21073 Hamburg-Harburg