



Harburger Hospizbrief Nr. 3 Juli 2009

Hospizverein Hamburger Süden e.V.

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

die vergangenen sechs Monate waren für den Hospizverein eine sehr besondere Zeit. Am 1.

Februar sind wir in die neuen Büroräume in der HELIOS Marienhilf Klinik umgezogen. Dank tatkräftiger Hilfe unserer handwerklich begabten Mitglieder war das Büro schnell Einsatz bereit. Wir haben in der Klinik eine herzliche und kollegiale Aufnahme gefunden und genießen die hellen freundlichen Räume. Jetzt haben wir auch einen kleinen separaten Raum für vertrauliche Vier-Augen-Gespräche.

Seit März haben wir Vorstellungsgespräche geführt, um eine geeignete Nachfolgerin für die Koordination unseres ambulanten Hospizdienstes zu finden. Wir sind sehr froh, dass wir die Stelle mit Frau Susanne Seelbach zum 15. Juli neu besetzen konnten. Wir wünschen ihr gutes Gelingen und viel Freude an ihrer neuen Aufgabe.

Mein herzlicher Dank gilt den HospizhelferInnen, den Freiwilligen und den Vorstandskollegen, die noch mehr als sonst mit ihrem ehrenamtlichen Engagement im vergangenen Halbjahr die gute hospizliche Arbeit für die Menschen im Hamburger Süden möglich machten. Nicht zu vergessen unser Büro, in dem oft alle Fäden zusammen liefen. Herzlichen Dank!

Wir hoffen, dass auch der 3. Hospizbrief interessant für Sie ist und Sie ihn gerne lesen. Anregungen und Kritik sind uns immer willkommen.

Ihre

Heike Buck
(1. Vorsitzende)

Sterbebegleitung - Was ist das?

von Heike Buck

Wir werden oft gefragt: "Was tut der Hospizverein eigentlich? Was tut der Ambulante Hospizdienst?" Wir antworten dann meist: "Wir begleiten schwerkranke, sterbende Menschen und unterstützen ihre Angehörigen". Der zweite Teil der Antwort ist für die Fragenden meist verständlich, aber der erste? Wie begleitet man einen sterbenden Menschen? Was tut eine Hospizhelferin/ ein Hospizhelfer? Was tut sie/er nicht?

Im letzten Hospizbrief hat Herr Peper aus der praktischen Arbeit berichtet und auch in dieser Ausgabe finden Sie den Artikel einer Ehrenamtlichen über ihre Arbeit. Sie werden leicht merken, wie verschieden die darin erzählten Begebenheiten und Erfahrungen sind.

Und das ist auch schon ein ganz wesentliches Merkmal von Sterbebegleitung. So wie wir im Leben alle einzigartig und individuell sind, so sind wir es auch in der letzten Zeit unseres Lebens. Jeder hat andere Bedürfnisse. Einer möchte nur reden, ein anderer schweigen, vielleicht in dem Bewusstsein, nicht allein zu sein. Einer möchte letzte Dinge regeln, braucht Hilfe bei schweren Gesprächen mit Familie oder Freunden. Andere mögen hören, was in der Welt vorgeht, mögen sich vorlesen lassen, gemeinsam Lieblingsmusik hören oder Fotos ansehen. Wieder andere möchten im Rollstuhl in den Garten oder in den nahen Park gefahren werden, vielleicht auch noch eine Partie Schach spielen oder Mensch ärgere dich nicht.

Die Wünsche und Bedürfnisse der Angehörigen sind ähnlich vielfältig. Sie sind in dieser Zeit der Pflege und des Abschiednehmens stark belastet und brauchen genauso Zeit und Zuwendung wie der Kranke. Viele haben das Bedürfnis über ihre Sorgen und Nöte zu sprechen. Beim Reden und Zuhören merken sie, es geht jetzt nur um sie, und einmal nicht um den Kranken. Oft ist es schon eine Entlastung, während der Besuchsstunden Zeit für sich zu haben, einmal die Verantwortung abgeben zu können. Die Angehörigen empfinden es als große Wertschätzung, dass Menschen freiwillig und kostenlos ihnen ihre Zeit schenken und ihre Probleme mittragen. Diese Wertschät-

zung gibt Kraft und hilft in dieser schwere Zeit.

Wenn man das Tun oder Nicht-Tun bei einer Sterbebegleitung verallgemeinern wollte, so geht es wohl um das Da-Sein für den Anderen und das aufmerksame und liebevolle Hören und Fühlen auf das, was der Kranke möchte. Das kann wie gesagt sehr unterschiedlich sein. Eins aber ist allen gemeinsam: nicht einsam und verlassen sondern liebevoll begleitet und in Würde sterben zu wollen.

*„du stirbst
aber nicht vereinsamt, nicht unmenschlich
du stirbst
gehüllt in die Wärme derer, die dich begleiten“
(Hans Bourma)*

Nun noch ein paar Worte darüber, was nicht die Aufgabe der Ehrenamtlichen SterbebegleiterInnen ist. Sie sind keine Konkurrenz zum Pflegedienst, sie sind keine Haushaltshilfe, keine Ärzte, keine Seelsorger. Aber sie vermitteln gern zusammen mit der Koordinatorin des Ambulanten Hospizdienstes entsprechende Hilfen.

Ein Letztes zum Schluss: Unser Auftrag ist die Sterbebegleitung, das schließt Sterbehilfe - in welcher Form auch immer - aus. Für die Hospizarbeit, sei sie nun stationär oder ambulant wie bei uns, ist das Leben eines Menschen von der Geburt bis zum Tod ein Ganzes. Sterben ist Leben vor dem Tod. Diese lebensbejahende Grundidee schließt aktive Sterbehilfe aus.

Sicher gibt es zum Thema "Sterbebegleitung" noch Vieles zuzusagen. Wenn Ihnen diese Erklärungen nicht ausreichen, Sie Fragen oder Anmerkungen haben, rufen Sie gerne an oder schreiben Sie uns.

Spendenkonto

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

**Aktivoli - Die Hamburger
Freiwilligenbörse**



Im Januar präsentieren wir wieder unsere Arbeit bei Aktivoli in der Handelskammer und gewinnen neue Mitstreiter.

**Mitglieder
Informationsabend**



Der Raum im Gemeindehaus von St. Johannis reicht am 28. Januar kaum aus. So groß ist das Interesse an der Arbeit des Hospizvereins. Aber es gibt auch Raum für intensive Zwiegespräche.

Hospizverein zieht um in neue Räume

Am 31. Januar ist es soweit. Der Umzug in die neuen, größeren Büroräume in der Helios Mariahilf Klinik kann anlaufen.



Hoffentlich reicht der Laderaum!

**Tanzen für die gute Sache
2. Benefiz-Tanztag
für den Hospizverein**

Schon eine kleine Tradition, die Benefizveranstaltung mit meditativem Tanz von Anke Sohns. Am 22. Feb-



ruar trafen sich Freunde dieser Tanzform in großem Kreis und ließen sich auf Körpergefühl und gute Laune ein. Der Reinerlös von mehr als 1000 € kommt der Hospizarbeit als Spende zu Gute.



Natürlich, auch das Schild muss mit!



... und allen Helfern schmeckt am Ende die Suppe.

**Jonny de Drütte
Theateraufführung von
„De Nedderdütsche“**



Unser ganz besonderer Dank gilt an dieser Stelle Horst Voßberg und dem Theaterverein *De Nedderdütsche*, die mit ihrer Aufführung zu Gunsten des Hospizvereins unsere Arbeit auf äußerst unterhaltsame Weise und mit einer Spende von 1000 € unterstützt haben.

**Hospizverein in der
Helios Mariahilf Klinik**

Herzlich begrüßt der Geschäftsführer der Helios Mariahilf Klinik Martin



Rosebrock die neuen Mieter mit der traditionellen Übergabe von Brot und Salz. (Von li.: Christian Niemeyer, Dr. Ha.-Jo. Roose, Dr. Heike Buck vom Vorstand des Hospizvereins; ganz re. Silke Schuster, komm. Pflegedienstleitung der Klinik)

**Würdigung des Ehrenamtes
Harburger des Jahres 2009**

Dr. Heike Buck erhält am 16. April den



mit 5000 € dotierten von Sparda Bank und Harburger Anzeigen und Nachrichten erstmalig präsentierten Bürgerpreis für ihre ehrenamtliche Tätigkeit im Hospizverein.

„Erfüllend - so erlebe ich eine Begleitung“

Von Heike Rolshoven

Sterbebegleitung – das ist die oft wochenlange oder auch monatelange seelische Begleitung eines Menschen an seinem Lebensende. Also gar nicht in erster Linie nur das Anwesend-sein beim letzten Atemzug (woran viele Menschen denken, wenn von Sterbebegleitung die Rede ist).

Wie es oft im Laufe eines Lebens zu Krisen kommen kann, wenn Veränderungen anstehen, so kann das auch am Lebensende der Fall sein. Es steht eine große Veränderung an, nämlich der Übergang von der physischen, der materiellen Daseinsform in die geistige Welt – eine Veränderung ins Unbekannte.



Heike Rolshoven
Ehrenamtliche Sterbebegleiterin

Mut zu fassen für diese Veränderung und sich bereit machen, zu akzeptieren - das sind häufig die Inhalte dieser letzten Lebensphase.

Oft hat der Mensch an dieser Schwelle das Bedürfnis noch das eine oder andere regeln zu müssen oder auch bestimmte Dinge klären zu wollen.

Als Sterbebegleiterin ist es mein Wunsch beim Ordnen der Angelegenheiten helfend beizustehen. Auch der Rückblick auf die gelebten Jahre – eine Reflexion dieser Lebenszeit, ist eine große Hilfe, um in Frieden Abschied nehmen zu können.

Zur Zeit begleite ich eine 94 jährige Frau, die nun schon das dritte Jahr im Bett liegen muss. Sie hat keine Angst vor dem Tod, sagt sie und ist zufrieden mit ihrem Leben.

Durch die Begegnung mit einem kleinen Kind jedoch kommt nach so vielen Jahren ein großer Kummer ans Tageslicht, nämlich, dass sie selber kein Kind hat gebären können. Ihr lebenslanger Wunsch, Mutter von vielen Kindern zu sein, hat sich nicht erfüllt.

Ich weiß aber aus Erzählungen von ihrer Karriere als Bühnenbildnerin an verschiedenen Theatern und, dass sie bis ins hohe Alter von 83 Jahren am Theater tätig war.

Sie hat mit ihrem russischen Mann einen Fußmarsch nach Frankreich unternommen, hat viele Jahre in Argentinien gelebt, bevor sie über Wien nach Hamburg zurückgekommen ist.

Ein Leben für die Kunst – und mir kommt die Idee ihren Blickwinkel auf diese erlebnisreichen und kreativen Jahre zu lenken, indem ich ihr anbiete ihre Geschichten aufzuschreiben.

Ihre schon immer schlaflosen Nächte haben nun einen neuen Sinn bekommen, nämlich durch das Sammeln von Erinne-

rungen, die sie mir beim nächsten Besuch diktiert. Wir lachen viel über kleine Anekdoten und staunen über all die Erlebnisse. Ich bringe Kreiden mit und Tusche und so gut wie es im Liegen eben geht, schmücken wir das Skizzenbuch mit Bildern zu den entstandenen Texten.

Bei dieser Arbeit wird ihr deutlich, wie erfüllt ihr Leben auch ohne Kind war.

Erfüllend, so erlebe auch ich eine solche Begleitung, wenn ich miterleben darf, wie jemand seinen Frieden findet. Dankbar bin ich für das Vertrauen, das mir von Menschen entgegen gebracht wird, die sich in einer empfindlichen Phase ihres Lebens befinden.

Sterbebegleiterin sein, das heißt Anteil nehmen zu dürfen und das heißt auch unendlich viel lernen zu dürfen aus den Biografien anderer Menschen.

Umgang mit Trauer Fortbildung für Ehrenamtliche

Von Jutta Bonnhoff und Helga Lehmann

Der Vorstand des Hospizvereins hatte die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen zu einer Fortbildung mit Anke Sohns eingeladen.

Zur Vorbereitung trafen wir uns mit Frau Sohns. Sie nahm unsere Wünsche auf und erarbeitete daraus das Konzept für die siebenstündige Fortbildung.

Am 6. Juni war es dann soweit. Wir trafen uns mit Snacks verschiedenster Art für einen gemeinsamen Imbiss, Getränken, Wolldecken, Kissen und warmen Socken vor dem Kindergarten in Dierstorf.

Voller Spannung erwarteten wir die Kursleiterin.

Frau Sohns eröffnete den Tag mit einer Mischung aus Reden, Zuhören, Theorie, Entspannung und Körperübungen.

Die Hauptthemen waren:

- ▶Wie gehe ich mit Trauernden um?
- ▶Wie begleite ich sie einfühlsam und hilfreich?

- ▶Wie kann ich Trauernde auch wieder Freude erleben lassen?
- ▶Wie geht es mir selbst bei der Begleitung Trauernder?



Als Höhepunkt der Fortbildung erlebten wir, wie uns Frau Sohns mit Bewegung nach wunderschöner Musik und auch besonderen Texten das Thema nahe brachte.

Wir haben durch das gemeinsame Erleben eine starke Verbindung untereinander gespürt, die uns Kraft für unsere Arbeit mit trauernden Menschen gibt.

Die intensiven Stunden wurden schließlich durch den Kreistanz und die Meditation sanft beendet, und wir konnten mit Freude in unseren Alltag zurückgehen.

Termine 2009**3. Oktober****Zentrale Veranstaltung
zum Welthospiztag**

14:00-18:00 Uhr

**in den Räumen der
Hanse Merkur**

gegenüber Dammtor Bahnhof

siehe auch:

www.welthospiztag-hamburg.de**9. Oktober****Hilfe in schweren Tagen****Hospiz- und Palliativarbeit
im Hamburger Süden**MitarbeiterInnen der Palliativstation
Groß-Sand und des Hospizvereins
Hamburger Süden informieren über
ihre Arbeit.

18:00 Uhr

**St. Johanniskirche,
Bremer Str. 9****26. Oktober****Männer trauern anders****Vortragsworkshop**mit **Uwe Sanneck**,**Kinderhospiz Sternenbrücke**

Eintritt: 8,- €

18:00 - 21:00 Uhr

**St. Johanniskirche,
Bremer Str. 9**Weitere Veranstaltungen entnehmen
Sie bitte der Tagespresse oder
unserer Internetseite:
www.hospizverein-hamburgersueden.de**Jede Spende
von Ihnen ist für unsere
Arbeit eine Hilfe!****Liebevoll geschmückt
sind die Tische in unserem****Trauercafé.**Es findet jeden 3. Sonntagnachmit-
tag im Monat im Gemeindehausder **Lutherkirche Eißendorf**,
Kirchenhang 21 a statt
Näheres s. unsere Internetseite**Neue Koordinatorin
für den
Ambulanten Hospizdienst**Ich heiße Susanne Seelbach und
bin vor 53 Jahren in Fürth in
Bayern geboren. In Geesthacht
habe ich meine Ausbildung zur
Krankenschwester absolviert.
Sehr schnell habe ich mich in
die Elbe und ihre Anwohner ver-
liebt, und so war es nur natür-
lich, dass Norddeutschland mein
neues Zuhause wurde.30 Jahre lang arbeitete ich in
verschiedenen Kliniken und
Fachabteilungen in und um
Hamburg, die letzten 18 Jahre
davon als Stationsleitung.Die Begegnungen mit Sterben-
den und deren Angehörigen ins-
besondere während meiner Zeit
auf der Palliativstation des
Krankenhauses Alten Eichenwaren für mich immer eine be-
sondere Herausforderung. Die
Erfahrung, wie begrenzt die
Möglichkeiten von Medizin und
Pflege am Lebensende sind ha-
ben mich motiviert, mich mit
alternativen Methoden als Er-
gänzung zu beschäftigen. Wei-
terbildungen zur Aromatologin
und zur Pflegefachkraft für Na-
turheilkunde und Traditionelle
Chinesische Medizin eröffneten
mir neue Perspektiven.Daher freue ich mich, dass ich ab
dem 15. Juli als Koordinatorin
die ambulante Hospizarbeit im
Hamburger Süden mitgestalte.**Ambulanter Hospizdienst****Beratungsbüro**Stader Straße 203 c
21075 Hamburg

Tel.: 040/76 75 50 43

Fax: 040/32 50 73 19

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

Susanne Seelbach

Spendenkonto:

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

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, 1. Vorsitzende; Hartwig Buck, Vorstandsmitglied; Dr. Hans-Joachim Roose, Vorstandsmitglied