



## *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*



Vielleicht haben Sie letzts auch den Film „Ruhe! Hier stirbt Lothar“ im Fernsehen gesehen? In dieser Tragikomödie wird auf humorvolle Art und Weise die Verwandlung eines missmutigen, sozial isolierten Einzelgängers in einen dem Leben zugewandten, warmherzigen Menschen gezeigt. Dies geschieht durch seine Konfrontation mit der eigenen Endlichkeit. Mich hat dieser Film bewegt – gerade in diesen Zeiten. Wer ihn sehen möchte, findet ihn in der Mediathek.

Die Corona-Pandemie führt uns vor Augen, wie nahe Gesundheit und Krankheit, Leben und Sterben beieinander liegen, eine Verletzlichkeit, die unseren Alltag bestimmt – dies war auch schon vor Corona der Fall – nur nicht so präsent. Vielleicht nehmen wir deshalb im Moment jeden Spaziergang ohne Maske und jeden warmherzigen Kontakt zur Familie und zu Freunden besonders wahr.

Bewusst wahrnehmen, achtsam gehen, sich erinnern. Darum geht es auch bei unserem neuen Projekt auf dem Langenbeker Friedhof. Das Bezirksamt Harburg stellt dem Hospizverein eine Grünfläche zur Gestaltung eines „Erinnerungsgartens“ zur Verfügung. Über die Fortschritte der Entstehung dieses Gartens werden wir Sie auf dem Laufenden halten.

Außerdem wollen wir Ihnen berichten, wie wir derzeit ambulante Hospiz- und Trauerbegleitung unter den gegebenen Bedingungen realisieren können: Nämlich mit viel Empathie, Fantasie, Motivation, Optimismus und dank Ihrer treuen Unterstützung und der vielen ehrenamtlichen Mitarbeitern, ohne die unsere Arbeit nicht möglich wäre.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit der Lektüre.

*Ihre  
Gabriele Heuschert  
(Vorstandsvorsitzende)*

### Trotz Corona ...

Kerstin Cohrs, Koordinatorin

... haben die Teilnehmenden unseres Qualifizierungskurses im Spätsommer ein Praktikum in Pflegeeinrichtungen absolviert. Es konnte leider nicht so lange dauern wie geplant, da einige Pflegeeinrichtungen im Oktober wieder ein Besuchsverbot aussprachen.

Dennoch konnte unter Auflagen besucht und begleitet werden. Lesen Sie, was unsere Hospizhelfer\*innen in Corona-Zeiten erlebt haben.

### Die FFP2-Maske ist trotzdem schrecklich

Tobias Schulte

Der Herbst kommt mit großen Schritten. Es ist regnerisch und nasskalt. Im Gegensatz zu den vorherigen Terminen bin ich heute nicht am Morgen, sondern am späten Nachmittag da.

Es ist anders. Pflegekräfte wuseln herum und auch die Bewohner sind viel mehr auf den Fluren unterwegs. Wenigstens kann ich jetzt klären, ob ich den Hund mitbringen darf. Darf ich leider nicht. Schade, die Damen hätten sich sehr gefreut über den Hund.



Mit meiner neuen FFP2-Maske (seit dieser Woche Pflicht im Pflegeheim) mache ich mich auf den Weg zum Zimmer von Frau K. und ihrer Mitbewohnerin. Die beiden sind wach und freuen sich sehr, mich zu sehen.

Bisher hatte ich im Pflegeheim nicht mit unangenehmen Gerüchen zu tun. Heute ist das anders. Es ist halt später am Tag und der Windelwechsel ist wohl schon ein paar Stunden her. Deshalb riecht es etwas streng im Zimmer. Da hat das Masketragen ja mal einen positiven Effekt.

Die FFP2-Maske ist trotzdem schrecklich. Ich bekomme kaum Luft und Frau K. versteht mich auch nicht so gut. Kurzentschlossen nehme ich die Maske ab und setze mir meine gewohnte Maske auf. Jetzt kann ich deutlich besser atmen und kommunizieren.

Frau K. kennt mich ja schon und erzählt gleich munter drauflos. Wir landen thematisch wieder bei ihrer Kindheit, der Flucht und ihrem späteren Leben in Aurich.

Sie hätten direkt hinter dem Sportplatz in Holzbaracken gewohnt. Diese seien extra für die Flüchtlinge aus den Ostgebieten gebaut worden. Aber die schäbige Baracke habe ihre reinliche Stiefmutter immer sehr sauber gehalten. Sie hätten auch etwas Gemüse vor dem Haus angebaut. Es sei die ärmste Ge-

*Fortsetzung S. 4*

## Hospizwoche in Harburg trotz Corona – mit AHA-L



Jan Keßler (Gitarre) - Reiner Regel (Saxofon) - Lars Hansen (Bass)

unter Auflagen! Ein anderes Problem war das eine A = Abstand halten; denn es sollte natürlich Publikum geben. Hier halfen großzügig und verständnisvoll die Kirchengemeinden Petrus in Heimfeld und Apostel in Eißendorf mit ihren großen Räumen.

Wunderbar! Danke!

Vom 2. Lockdown wussten wir noch nichts, aber es gab genügend Auflagen, genannt AHA-L, die es schwer machten unsere Veranstaltungen für die Hospizwoche 2020 zu planen und auch zu realisieren. Zu besonderem Dank sind wir daher den Künstlern verpflichtet. Sie waren schon lange vor den Terminen im Oktober bereit mitzumachen – auch



Nele Koch

Irene Enzlin

### 15. Oktober 2020

Und so konnten uns die berührenden Geschichten – von Nele Koch gesammelt und vorgelesen – doch direkt erreichen. „Und wie geht es eigentlich dir?“\* Fragen mal nicht an die Sterbenden sondern ihre Angehörige gerichtet, die ja meist nicht im Mittelpunkt stehen, sondern möglichst „funktionieren“ sollen. Und umrahmt wurden die Worte auf eindringlichste Weise durch das Cello von Irene Enzlin. Wir haben vieles mit nach Hause nehmen dürfen – an Gedanken und Empfindungen.

\* Books on Demand, 2019, 176 Seiten, ISBN: 978-3743193291

### 16. Oktober 2020

Zum wiederholten Male haben uns die großartigen Künstler von SacreFleur geholfen, Hospizarbeit in Harburg erklingen zu lassen. Kirchenmusik auf moderne Weise dargeboten läßt uns begreifen, dass die alten Melodien alles andere als altbacken sind. Die drei Musiker ließen die Kirchenräume swingen. Jazz und Jahrhunderte alte Melodien werden zusammen gebracht und verschmelzen zu etwas Neuem.

([www.sacrefleur.de](http://www.sacrefleur.de)).

## Ich lass Dich nicht allein!

Martina Jürgs-Erler

Menschen in der letzten Phase ihres Lebens zu begleiten, habe ich mit zwei Personen in dieser von Corona geprägten Zeit erlebt. Eine ist inzwischen verstorben. Beide lebten und leben in ihrer häuslichen Umgebung. Was hat sich nun durch Corona geändert? Zeitweise war nur telefonischer Kontakt möglich. Ohne Sicht- und Körperkontakt ist es sehr ungewohnt und erschwert die Begleitung. Wie wichtig ist es doch, an der Mimik Emotionen und Reaktionen zu erkennen, einzuschätzen und darauf zu antworten.

Und Körperkontakt trägt Wärme, liebevolles Streicheln, Halten in sich. Durch Corona ist all das sehr begrenzt, fast nicht ausführbar. Doch Möglichkeiten finden sich. Durch achtsames Zuhören lassen sich Zuwendung und Anteilnahme schenken.

Bei den Besuchen war es fremd Maske zu tragen. Aber es gibt die Chance, bei ausreichendem Abstand z.B. bei der Verabschiedung die Maske abzunehmen, das

ganze Gesicht lächeln zu lassen und damit Zuversicht zu geben.

Oder hinter den Menschen zu treten und für einen kurzen Moment die Hände auf den Schultern ruhen zu lassen und Nähe spüren zu lassen. Meine Botschaft: „Ich bin bei Dir. Ich lass Dich nicht allein“.

Natürlich alles nur, wenn die begleitete Person es wünscht. So geht man zusammen neue Wege, lässt sich ein, lernt miteinander und voneinander.

Als Begleiterin gebe ich Gemeinschaft, um am Leben des Anderen teilzuhaben, damit er nicht allein ist.

Ich erfülle Wünsche, zeige Verständnis, plaudere, höre den Erinnerungen des bisherigen Lebens zu. All das kann nicht warten, Corona hin oder her.

Was ist wichtig im jetzigen Moment des Lebens? Alles was da ist, ist wichtig, ist willkommen und dafür braucht es von mir als Begleiterin Mitgefühl, Güte, Mut, Kraft und im Abschied loslassen können. Vor allem die Freude an meinem Tun trägt mich und der Glaube, dass diese Aufgabe richtig ist und von Licht und Liebe gespeist wird.

### Impressum

Herausgeber: Hospizverein Hamburger Süden e.V. – Schwarzenbergstraße 81 – 21073 Hamburg – Tel.: 040-76755043

E-mail: [info@hospizverein-hamburgersueden.de](mailto:info@hospizverein-hamburgersueden.de) – [www.hospizverein-hamburgersueden.de](http://www.hospizverein-hamburgersueden.de)

Redaktion: Dr. Hans-Joachim Roose, Dr. Gabriele Heuschert

Druck: Bobeck Medien Management GmbH, 21149 Hamburg

Wir sind auch auf Facebook!



## TRAUER-ART – im virtuellen Raum?!

Gabi Haramina

Die Begegnung verändert sich seit 2020 stetig – zu mir, zum Gegenüber, zur Welt. Und man fragt sich: „Wie schaffen wir es trotz Distanz in Kontakt zu bleiben?“

Im Sommer changierte das kunsttherapeutische Angebot TRAUER-ART. Das Atelier der Hochschule (Campus Arts and Social Change) eröffnete zwar noch den Blick auf den Harburger Hafen, jedoch fand der Austausch in kleiner Gruppe mit Abstand statt. Und ja, auch ohne physische Berührung wurde emotionale Berührung erfahrbar. Und vielleicht wurde gerade in der Zeit das Experimentieren mit „erwärmendem/verbindendem“ Material interessant. Das Fühlen unterschiedlicher Stoffe und Fäden konnte neue Hoffnungen spin-

nen. Und wie wurde zum wiederholten Lockdown das Up-Down im eigenen Trauerprozess erlebt? Der Herbst verschloss zwar die Tür zum Atelier, aber

öffnete den virtuellen Raum. Die Trauergruppe traf sich erstmalig via Videocall. Ein künstlerischer Austausch wurde sichtbar und hörbar. Wir gingen den Fragen nach:

„Was brauche ich gerade JETZT,

TRAUER-ART – Begegnung via Videocall



TRAUER-ART – Begegnung im Atelier mit Abstand

um voranzuschreiten? Wie bleibe ich lebendig trotz Stillstand im Außen?“

Eine Woche vor dem Treffen lade ich dazu ein, zu Hause auf „Entdeckungsreise“ zu gehen. Alltagsfundstücke zum Beispiel in Form von Verpackungsmüll oder gesammelten Blättern, Steinen beim Spaziergehen werden Mitbringsel zur virtuellen Zusammenkunft. Im Gestalten mit den Fundstücken während des Videocalls kann sich Neues zeigen, das zukünftig hilft. Und auch Menschen außerhalb Harburgs ermöglicht der virtuelle Raum ein Eintreten. Ein Begegnen im Trauerprozess, wo wir uns gegenseitig stärken.

## Mir fehlt ein „E“!

Petra Husmann

Meine Begleitung hat viel Spaß beim Scrabblespielen. Dies erfuhr ich gleich zu Beginn. Um nicht wie ein absoluter Anfänger dazustehen, habe ich mir erst einmal eine Trainings-APP auf mein Handy geladen.

Frau S. und ich verabredeten uns für unser 1. Treffen zu einem Spaziergang. Dies war ihr großer Wunsch. Es schauten mich zwei erwartungsvolle Augen freundlich an. Eine Mütze und ein Mundschutz (ist ja Pflicht) verbargen ihr Gesicht.

Die Sonne strahlte vom Himmel und das Licht erschien plötzlich viel heller und freundlicher als vorher. Wir führten eine lebhaftere Unterhaltung, um uns näher kennenzulernen. Sie erzählte mir von ihrer Krankheit, ihrer Familie, ihren Reisen und ihrem Leben. Es ist schon ein sehr emotionaler Moment, soviel von jemandem zu erfahren, den man vorher noch nicht kannte. Natürlich wollte sie auch einige persönliche Dinge über mich wissen.

Es freute mich sehr zu hören, dass ihre beiden Töchter und Enkelkinder sie am Wochenende regelmäßig besuchen, um etwas gemeinsam zu unternehmen oder zu Weihnachten ein Pfefferkuchenhaus zu bauen oder auch den Schnee zu genießen. Ich spürte, wie es ihr Herz erfüllte.

Umso schöner war für mich ihre Aussage beim letzten Treffen, wie sehr sie sich darauf freut, wenn wir uns innerhalb der Woche sehen. Bei unseren folgenden



Treffen unterhielten wir uns viel über die Natur, Städte, Sehenswürdigkeiten. Seitdem geht es ihr psychisch besser und die Behandlungen kann sie auch besser vertragen. Besteht da ein Zusammenhang?

Bei unseren nächsten Treffen konnten wir bei Sonnenschein spazieren gehen oder uns bei schlechtem Wetter in ihrem gemütlichen Zuhause bei Kaffee und Keksen treffen und uns unterhalten, Fotoalben anschauen oder ihr geliebtes Scrabble spielen. Beim nächsten Mal werde ich mein Lieblingsspiel mitbringen.

Ihr Kater leistet uns oft dabei Gesellschaft und hat immer großes Interesse an meiner Handtasche. Mit ihm sind wir auch bei starkem Schneetreiben zum Tierarzt zum Impfen gefahren. Er hat es mir nicht übel genommen.

Frau S. vermeidet ein Gespräch über ihre Erkrankung, sicher um abgelenkt zu werden. Anfangs habe ich ihr noch ein paar Tipps gegeben, die sie auch wahrgenommen hat.

Ich bin sehr glücklich, für Menschen in so schweren Zeiten da sein zu können, auch unter diesen erschwerten Bedingungen. Es ist für mich eine so erfüllende und herzerwärmende Aufgabe, und ich bin sehr dankbar, diese Entscheidung getroffen zu haben, Zeit und Zuwendung zu verschenken.

## Die FFP2-Maske ist trotzdem schrecklich

Tobias Schulte (Fortsetzung von S. 1)

gend in Aurich gewesen.

Das Schönste sei gewesen, dass ihre Oma und ihr Opa (die Eltern ihrer Stiefmutter) auch dort gewohnt hätten. Vor allem ihr Opa sei sehr nett gewesen. Ihre Augen strahlen bei den Erinnerungen an ihre Großeltern.

Ihre Stiefmutter sei erst nach dem Tod der Großeltern so richtig böse geworden und hätte sie oft geschlagen und getreten. Die Jungs nicht. Das waren ja ihre leiblichen Kinder und Ulla auch nicht, weil die schon älter und größer war und sich wehren konnte.

„Wage es nicht, die Mädchen zu schlagen!“, habe ihr Vater der Stiefmutter gedroht. Aber sie hätten sich nie getraut, ihm von den Schlägen zu erzählen.

„Es gab wenig zu essen. Wir wurden losgeschickt, Steckrüben vom Feld eines Bauern zu klauen,“ erzählt sie mir. „Ulla wurde erwischt. Der Bauer hat sie schwer bestraft. Die arme

Ulla. Aber wir konnten doch als Kinder nichts dafür. Unsere Eltern haben uns doch geschickt ...“ sagt sie mit Tränen in den Augen.

Sie ist tief ergriffen, und ich lege ihr tröstend meine Hand auf den Arm. Frau K. hat heute nah am Wasser gebaut und hat immer wieder traurige Momente.



## Eine noch nicht zu Ende erzählte Geschichte

Bernhard Neumann

**D**iese Begleitung beginnt Ende Januar 2020, als der neuartige Erreger SARS-CoV-2 im fernen Wuhan lediglich eine Randnotiz wert ist. Zu diesem Zeitpunkt ist noch nicht abzusehen, dass sich seine Verbreitung zu einer Pandemie auswachsen wird.

Unsere Treffen sind von intensiven und lebhaften Gesprächen geprägt – Bewirtung inklusive. Ende März dann die erste coronabedingte Unterbrechung. Begleiter und zu Begleitende gehören zum Kreis der Risikopersonen. Eine Zeit der Reserviertheit und Verunsicherung. Unsere Freikarten für den gemeinsamen Besuch bei Cirque du Soleil verfallen.

Im Sommer schließlich ein langer Spaziergang durch die Fischbeker Heide. Der Rollator wird über unzählige Baumwurzeln geschoben, notfalls gelüpfert. Eine anstrengende Herausforderung, aber voller Freude über die geschaffte Leistung.

Später, jetzt selbstgenähte Stoffmasken tragend, mit Bus, S-Bahn und Fähre zur Elbphilharmonie. In der S3 fahren wir vor lauter Quatschen an der Haltestelle Landungsbrücken vorbei, müssen also von Altona aus wieder zurückfahren – begleitet von der Suche nach dem nächstgelegenen Aufzug an den Haltestellen wegen des mitgeführten Rollators. Für mich eine ganz neue Erfahrung, wo doch meine Krankenkasse auffordert keine Treppe auszulassen. Das Büro für den erhofften Vorverkauf von Konzertkarten öffnet leider erst in einer Woche.

Nach dem erneuten Lockdown kommunizieren wir über das Telefon. Dazwischen schicken wir uns immer wieder Karten zu – eine auch zum 80. Geburtstag.

Was bleibt trotz der Klagen über Schmerzen, über Einschränkungen durch die Krankheit, über die coronabedingte Abschottung, über abgesagte Urlaube, zuletzt über den Frust einen Impftermin zu ergattern?

Dass es bei unseren Gesprächen immer wieder sehr positive und fröhliche Momente gibt und dass diese Begleitung eine Geschichte hat. Eine, die noch nicht zu Ende erzählt ist.

## Letzte Hilfe geht online ...

Lucie Kehn

.... auch bei uns im Hospizverein. So hat am 22. Januar der erste Letzte-Hilfe-Kurs mit rund 15 Teilnehmenden online stattgefunden. Vier Stunden arbeiteten wir konzentriert zu Themen wie körperlichen Symptomen, hospizlicher Haltung, den unterschiedlichen Institutionen palliativer Begleitung, Vollmachten und dem Trauerprozess.

Natürlich ist es angenehmer sich persönlich zu begegnen, doch hatten wir online die Möglichkeit nicht nur Harburger\*innen, sondern auch Menschen z.B. aus Berlin oder Aachen erreichen zu können. Deshalb planen wir weitere Letzte Hilfe-Kurse nicht nur in Präsenz, sondern auch wieder online, um weitere Menschen für die Themen Trauer, Tod und Sterben zu sensibilisieren.

Die Termine lassen sich auf unserer Internetseite einsehen. Wir wollen noch einmal betonen, dass sich diese Kurse an alle Menschen richten und keine medizinischen Vorkenntnisse notwendig sind.

**Ambulanter Hospizdienst, Beratungsbüro, Schwarzenbergstr. 81, 21073 Hamburg, Tel.: 040/76 75 50 43**

**E-mail:** [info@hospizverein-hamburgersueden.de](mailto:info@hospizverein-hamburgersueden.de), **Website:** [www.hospizverein-hamburgersueden.de](http://www.hospizverein-hamburgersueden.de)

**Wegen Corona:** Alle Informationen zu Terminen und Veranstaltungen z.Zt. bitte über Internet oder das Beratungsbüro



**Hospizverein**  
Hamburger Süden e.V.  
(ambulant)

Spendenkonto: Sparkasse Harburg-Buxtehude  
IBAN: DE50 2075 0000 0010 0085 22  
BIC: NOLADE21HAM

**Wir stehen für  
Hospizarbeit  
im Hamburger Süden**

**Hospiz für Hamburgs Süden**  
(stationär)



Spendenkonto: Hamburger Sparkasse  
IBAN: DE 5720 0505 5012 6220 8208  
BIC: HASPDEHHXXX