



# Mitgehen

Informationen vom  
Hospiz - Förder- Verein e.V. Itzehoe

Nr. 38    Advent/ Weihnachten 2016





## Advent/ Weihnachten 2016

### INHALT

### Seite

Vorwort.....	3
Vom Umgang mit Tabus in der ambulanten Hospizbegleitung.....	5
Bericht aus der Kindertrauergruppe.....	7
Trau Dich zu trauern.....	9
Verbunden sein (Dietrich Bonhoeffer).....	10
Gedanken einer Trauernden.....	11
Das Celler Modell Sterbende begleiten lernen.....	12
Erster Schnee.....	13
Beitrittserklärung .....	15



#### **„Mitgehen“**

Informationen des Hospiz-Förder-Vereins e.V., ambulante Hospizdienste Itzehoe und Glückstadt.

Mitglied im Hospiz-u.Palliativ-Verband Schleswig-Holstein

Steinbrückstraße 17, 25524 Itzehoe. Telefon 04821-73076 E-Mail: [info@hospiz-itzehoe.de](mailto:info@hospiz-itzehoe.de)

**Vorstand:** Rüdiger Blaschke, Joachim Lang, Dieter Andres, Karin Hansen

**Geschäftsführung:** Ingrid Koplín, **Koordination:** Kirstin Baade

**Redaktion und Layout:** Maren und Joachim Lang,

**Druck:** Gemeindebriefdruckerei

**Spendenkonto:** Sparkasse Westholstein, BLZ 22250020, Kto.-Nr. 1072706

**IBAN:** DE81222500200001072706

**BIC:** NOLADE21WHO

## Vorwort

Liebe Freunde des Hospiz-Förder-Vereins!  
Liebe Leserinnen, liebe Leser!



Zum Ausklingen eines jeden Jahres gehören auch die Rückschau auf das Vergangene und ein erwartungsvoller Blick in die Zukunft.

Das gilt für jeden persönlich aber auch für unseren ambulanten Hospizdienst. Für uns war es ein gutes Jahr. So konnten wir alle an uns herangetragenen Wünsche nach ambulanter Sterbebegleitung erfüllen. Bis zum Jahresende dürften es wieder, wie im Vorjahr, um die 60 Begleitungen werden. Im Trauercafé und in den Trauergesprächskreisen haben wir viele Menschen, auch Kinder, in ihrer Trauer um nahe Angehörige oder Freunde trösten, unterstützen und für ihren weiteren Lebensweg ermutigen können. Unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sei an dieser Stelle für ihr großes Engagement im vergangenen Jahr ganz herzlich gedankt.

Aber auch wir im ambulanten Hospizdienst Tätigen haben im vergangenen Jahr wieder großzügige Unterstützung erfahren. Dank kleiner und großer Spenden aus unserem Förderkreis, aus persönlichem Engagement oder besonderen Aktionen, aber auch als Dank für erfahrene Hilfe, kamen wir ohne finanzielle Sorgen durch das Jahr. Vielmehr wurden wir in die Lage versetzt, für die Trauerarbeit mit Kindern einen eigenen, kindgerechten Raum zu schaffen. Allen Spendern danken wir sehr herzlich für ihre ermutigende Unterstützung.

Unser Ausblick auf das kommende Jahr ist vor diesem Hintergrund sehr hoffnungsfroh. Unser ehrenamtliches Team ist gut eingespielt und unsere Arbeit genießt ein hohes Ansehen über unsere Region hinaus. Im Sozialministerium in Kiel wurde mir im Sommer dieses Jahres versichert, dass die Arbeit, so wie wir sie tun, die beste Basis für die Schaffung eines stationären

Hospizes vor Ort sei. Und auch in dieser Hinsicht befinden wir uns gemeinsam mit dem Arbeiter-Samariter-Bund als potentielltem Träger und der Katholischen Kirche auf einem sehr guten Weg.

Wer dankbar zurückblicken und hoffnungsfroh nach vorne schauen kann, ist in der guten Lage, die Gegenwart frohen Herzens zu erleben. Und dafür bietet die vor uns liegende Weihnachtszeit den richtigen Rahmen. Denn wer wünscht sich das nicht, einmal so richtig „runter zu fahren“, frei nach dem schönen Weihnachtsgedicht Theodor Storms: „Alt und Jung sollen nun von der Jagd des Lebens einmal ruhn“.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen eine frohe und gesegnete Weihnacht

und alles Gute für das neue Jahr

Ihr Rüdiger Blaschke  
Vorsitzender



## Bericht aus der Kindertrauergruppe

Die Kindertrauergruppe gibt es seit Sommer 2015.

Hier ein Rückblick und ein kleiner Einblick in unsere Tätigkeit.

Ein Jahr ist um. Eine lange Zeit aus Sicht eines Kindes!

Es war ein anderes Jahr. Viele schöne Ereignisse:

- Der eigene Geburtstag
- Weihnachten
- Silvester mit Knallerbsen und Wunderkerzen
- Ostern
- Ein- und Umschulung
- Sommer, Herbst, Winter, Frühjahr

....doch alles zum ersten Mal ohne Papa.

Auch der erste Todestag und der Geburtstag des Verstorbenen haben ihren Platz eingenommen.

In Gesprächen haben wir auf diese Tage vorbereitet und zugehört, was die Kinder im nächsten Gruppentreffen zu erzählen hatten.

Weihnachten war das erste große Fest. Im Dezember haben wir somit eine kleine Gruppenweihnachtsfeier im Amadeus gemacht. Zur Weihnachtsgeschichte gab es dann auch etwas zum Auspacken. Freude, und zwar bei allen.

Im neuen Jahr trafen wir uns wieder. Neue Schuhe, ein Fahrrad, ein neues Kleid....wurden uns mit großer Freude vorgestellt. Der Weihnachtsmann war da gewesen! Und trotzdem war es diesmal anders als in den vergangenen Jahren.

Das neue Jahr war nun angebrochen. 14tägig fanden unsere Treffen statt. Wir haben gebastelt, gemalt, getobt, Geschichten gelesen und über die eigene Trauer gesprochen. Es gab neben viel Gelächter auch mal die eine oder andere Laune. Zwei der 4 Kinder fühlten sich gestärkt und haben die Gruppe verlassen. Jedes zu seinem selbstbestimmten Zeitpunkt.

Im Spätsommer kam ein neues Kind in unsere Gruppe. Es ist schön zu beobachten, was es den Kindern bringt und bedeutet in einem geschützten

Rahmen über ihre Gefühle zu sprechen. Zu hören, wie es anderen in ähnlichen Situationen ergeht.



Das ist es, was motiviert und antreibt, solch einen Rahmen zu schaffen!  
Aber auch für uns wird gut gesorgt.

Kirstin Baade ist bereits qualifizierte Trauerbegleiterin und auch mir wurde es 2015 ermöglicht die Ausbildung im Hamburger Leuchtfeuer/Lotsenhaus zu besuchen. Somit habe ich nach Abschluss im Juli 2016 ebenfalls dieses Zertifikat erworben.

In Eigenreflexion und Gesprächen miteinander nach den Gruppentreffen gelangen wir immer wieder in eine gute Haltung.

Nicht zuletzt helfen da auch die angebotenen Supervisionen.

An dieser Stelle möchte ich mich bedanken für die Ermöglichung der guten Ausbildung!

Julia von Thun

## Trau Dich zu trauern

Trauern ist ein Gefühl, das in jedem Menschen innewohnt. Wir werden mit diesem Gefühl geboren, wie mit Freude, Wut, Angst... Die Trauer ist eine ganz normale menschliche Reaktion auf einen Verlust und sie möchte gelebt, gefühlt und ausgedrückt werden.



Von vielen Menschen wird sie verdrängt und sie möchten sie nicht fühlen wollen. Doch die Trauer ist eine Kraft, sie ist nötig um etwas loszulassen und den Verlust zu akzeptieren.

Etwas Liebgewonnenes zu verlieren gehört zu den tiefsten Erfahrungen des Lebens. Wenn wir diesen Prozess zulassen, durchleben, erfahren wir Wandlung, Reife, Frieden.

In unseren Trauergruppen erleben wir wie Menschen aus tiefen Schmerz wieder langsam zur Lebensfreude finden. Aber die Seele braucht Zeit und Raum und manchmal braucht es eine sehr lange Zeit.

Es ist wohlthuend Schmerz, Fragen und Kummer zu teilen, Ermutigung und Trost in der Gemeinsamkeit zu erfahren. Denn nur wer Trauer zulässt, wird Heilung erleben. Trauen wir uns, traurig zu sein!



## **Verbunden sein** (Dietrich Bonhoeffer)

Zunächst: Es gibt nichts, was die Abwesenheit eines liebenden Menschen ersetzen kann, und man sollte es auch gar nicht versuchen; man muss es einfach aushalten und durchhalten. Das klingt zunächst sehr hart, aber es ist doch zugleich ein großer Trost, denn, indem die Lücke unausgefüllt bleibt, bleibt man durch sie miteinander verbunden.

Es ist verkehrt, wenn man sagt, Gott füllt die Lücke aus, Er füllt sie gar nicht aus, sondern Er hält sie vielmehr gerade unausgefüllt und hilft uns dadurch, unsere alte Gemeinschaft miteinander-wenn auch unter Schmerzen- zu bewahren.



Helga Rademaker-Kofen

## Gedanken einer Trauernden

Danke für den Trost im Trauercafé. Danke für die liebevolle Zuwendung und Unterstützung. Nach dem Tod meines jüngsten Sohnes, der mit 33 Jahren an Krebs starb, bin ich in tiefe Hoffnungslosigkeit und Lethargie versunken.

Davor lag ein Jahr der Hoffnung und Verzweiflung, der Gemeinsamkeit und Unterstützung. Das Haus war voll Leben! Seine Freundin aus Estland, die Schwestern aus England und Frankreich, der große Bruder, die kleinen Nichten und Neffen, viele Freunde..... Und dann war nur noch Lehre, Stille und Trauer.

Mir gab jemand die Nummer vom Trauercafé und ich wählte sie mehrmals, um mich anzumelden. Ich habe es nicht geschafft, immer wieder gezögert, aufgelegt. Wieder ein Datum verpasst. Ich schaffte es nicht, Kontakt nach draußen aufzunehmen.

An einem Mittwoch kam ich zufällig – schicksalhaft – am Gemeindehaus mit dem Hinweisschild zum Trauercafé vorbei und ging spontan hinein. Ohne Anmeldung und Erklärung war ich willkommen, wurde herzlich in die Gemeinschaft aufgenommen und an den wunderschön dekorierten, blumengeschmückten Tisch gebeten. Nie hätte ich erwartet, dass eine fremde Gemeinschaft so viel Hilfe und Unterstützung geben kann. Ich möchte jedem Trauernden nur raten, nehmt diese Hilfe dankbar an. Neben gemeinsamer Trauer, Mitgefühl und Trost, sogar gemeinsame frohe Momente.

Niemand kann uns den Schmerz nehmen aber der Trost, dass Zuhören und die Gemeinsamkeit machen es leichter.

Wenn man – wie ich inzwischen – allein lebt, möchte man die Familie, die durch Kinder und Beruf gefordert sind, nicht mit seiner andauernden Trauer belasten. Bei Außenstehenden stößt man auf Unverständnis und hört gut gemeinte, aber schwer zu ertragene Worte, wie: „Zeit heilt alle Wunden ... denk nicht immer zurück, guck nach vorne“. Da war und ist die Gemeinschaft im Trauercafé ein großer Halt für mich.

Gern hätte ich die Unterstützung im Trauercafé aktiv zurückgegeben und mich in der Hospiz-Gemeinschaft engagiert; aber es ist bisher leider so, dass ich weiß, ich kann nicht helfen und Unterstützung geben, wenn ich vom eigenen Kummer überwältigt werde.

Erika Schöllner



## **Das Celler Modell „Sterbende begleiten lernen“**

Das Gemeindeglied in Neudietendorf bietet einmal jährlich für Leitungsteams, die an ihren Heimatorten Ehrenamtliche in der Sterbebegleitung schulen, spezielle Trainings an.

Auch in diesem Jahr fuhr ich mit großem Engagement ins Zinzendorfhaus, wo ich mit weiteren 18 interessierten Frauen am Seminar „Sterbebegleitung bei Menschen mit demenzieller Erkrankung“ teilnahm. Das Training umfasste 18 Unterrichtsstunden.

Den Schwerpunkt bildete dabei die Kommunikation und Gesprächsführung bei der Sterbebegleitung demenziell erkrankter Menschen, sowie deren Angehörigen. So beinhaltete der Lehrgang die wesentlichen Themen:

- Wie kann ich die Gefühle demenziell erkrankter Menschen aufmerksam wahrnehmen und einfühlsam zurückmelden?
- Wie erkenne ich Symbole und Signale in der Sprache demenziell erkrankter Menschen in der Sterbephase?
- Wie kann ich als Sterbebegleiter Gedanken, Hoffnungen und Wünsche aufnehmen?

Geleitet wurde das Aufbautraining von Frau Silvia Aschenberger aus Doritz, langjährige Referentin im Institut für integrative Validation nach Richard.

Mit vielen neuen Erfahrungen, die mich zum Nachdenken anregten, machte ich mich auf den Heimweg ins 460 km entfernte Bokhorst.

Ich bin froh und dankbar an diesem Seminar teilgenommen zu haben. Es wurde mir einmal mehr bewusst, mit wie viel Liebe und Hingabe Sterbende begleitet werden.

**Ich wünsche allen, die unsere ambulante Hospizarbeit mittragen, eine besinnliche Adventszeit und ein friedvolles Weihnachtsfest.**

Kirstin Baade

Koordinatorin



## Erster Schnee

Alt geworden bist du, grünes Jahr,  
Blickst schon welk und trägst schon Schnee im Haar,  
Gehst schon müd und hast den Tod im Schritt.  
Ich begleite dich, ich sterbe mit.  
Zögernd geht das Herz in den bangen Pfad.  
Angstvoll schläft im Schnee die Wintersaat.  
Wie viel Äste brach mir schon der Wind,  
deren Narben nun mein Panzer sind!  
Wie viel bittere Tode starb ich schon!  
Neugeburt war jedes Todes Lohn.  
Sei willkommen, Tod, du dunkles Tor!  
Jenseits läutet hell des Lebens Chor.

Hermann Hesse



## Alt werden – Eine Meditation

O Herr, du weißt besser als ich selbst, dass ich von Tag zu Tag älter werde und eines Tages alt bin. Bewahre mich vor jener fatalen Haltung zu denken, bei jeder Gelegenheit und zu jedem Thema etwas sagen zu müssen. Erlöse mich von der großen Leidenschaft, die Dinge Anderer regeln zu wollen. Mach mich gedankenvoll, aber nicht launisch; hilfsbereit, aber nicht aufdringlich. Für meine große angesammelte Weisheit scheint es bedenklich, sie nicht anzuwenden, aber du weißt, Herr, dass ich am Ende meiner Tage ein paar Freunde haben will. Bewahre meinen Sinn davor, endlose Einzelheiten aufzuzählen, gib mir Flügel, die Dinge auf den Punkt zu bringen. Versiegle meine Lippen wegen meiner Krankheiten und Beschwerden. Sie nehmen zu und die Liebe, sie zu beschreiben, wächst von Jahr zu Jahr. Ich wage nicht um genug Gnade zu bitten, die Erzählungen anderer über ihre Leiden zu ertragen, aber hilf mir, es mit Geduld zu tun. Lehre mich die wunderbare Lektion, dass ich mich hin und wieder irren kann. Erhalte mich in einem vernünftigen Maße liebenswert; ich will kein Heiliger sein – mit einigen von ihnen ist es sehr schwer, zurechtzukommen – aber eine bittere alte Person ist eines der Krönungswerke des Teufels. Gibt mir die Fähigkeit, gute Dinge in unerwarteten Zusammenhängen zu sehen und Talente in unerwarteten Menschen. Und gibt mir, oh Herr, die Gnade, es ihnen zu sagen. Amen.

Franz König



(Quelle: MYSTIK FÜR CHRISTEN – EIN JAHRESLESEBUCH  
von Odilo Lechner und Michael Langer, Gütersloher Verlagshaus)

Bitte einsenden an: Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe,  
Steinbrückstr. 17, 25524 Itzehoe



## Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Freundeskreis des Hospiz-Förder-Vereins e.V. Itzehoe.

Mein jährlicher Beitrag: \_\_\_\_\_  
Jahresmindestbeitrag 30,00 €.

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße PLZ/Wohnort

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum Telefon

Name des Zahlungsempfängers: Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe  
Anschrift des Zahlungsempfängers, Straße und Hausnummer: Steinbrückstr. 17.  
Postleitzahl und Ort: 25524 Itzehoe  
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE75ZZZ00000476732  
Mandatsreferenz (vom Zahlungsempfänger auszufüllen): \_\_\_\_\_

### Einzugsermächtigung

Ich ermächtige den Hospiz-Förder-Verein e.V. Itzehoe widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Kontoinhaber:.....

### SEPA-Lastschriftmandat

Gleichzeitig ermächtige ich den "Hospiz-Förder-Verein e.V." Itzehoe jährliche Beiträge von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, diese Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut des Zahlers \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Ort, Datum) (Unterschrift)