



Stiftung Hospizdienst
Oldenburg

2020

Jahresrückblick

- Ambulanter Hospizdienst
- Ambulanter Kinder- & Jugendhospizdienst
- Jugend-Onlineberatung
- Trauerbegleitung
- Bildungsangebote



Wir gestalten Abschied.

Rezept

Jage die Ängste fort
Und die Angst vor den Ängsten.
Für die paar Jahre
Wird wohl alles noch reichen.
Das Brot im Kasten
Und der Anzug im Schrank.

Sage nicht mein.
Es ist dir alles geliehen.
Lebe auf Zeit und sieh,
Wie wenig du brauchst. Richte dich ein.
Und halte den Koffer bereit.

Es ist wahr, was sie sagen:
Was kommen muss, kommt.
Geh dem Leid nicht entgegen.
Und ist es da,
Sieh ihm still ins Gesicht.
Es ist vergänglich wie Glück.

Erwarte nichts.
Und hüte besorgt dein Geheimnis.
Auch der Bruder verrät,
Geht es um dich oder ihn.
Den eignen Schatten nimm
Zum Wegefährten.

Feg deine Stube wohl.

Und tausche den Gruß mit den Nachbarn.
Flicke heiter den Zaun
Und auch die Glocke am Tor.

Die Wunde in dir halte wach
Unter dem Dach im Einstweilen.

Zerreiß deine Pläne. Sei klug
Und halte dich an Wunder.
Sie sind lang schon verzeichnet
Im großen Plan.
Jage die Ängste fort
Und die Angst vor den Ängsten.

Mascha Kaleko, 1966

Inhalt

■ Vorwort, Veränderungen und Statistiken.....	4
■ Ambulanter Hospizdienst - Rückblick 2020.....	14
■ Ambulanter Kinder- & Jugendhospizdienst - Rückblick 2020.....	34
■ Jugendonline-Beratung da-sein.de - Rückblick 2020	44
■ Trauer - Rückblick 2020.....	52
■ Fortbildungen - Rückblick 2020.....	64
■ Öffentliche Veranstaltungen und Spenden - Rückblick 2020.....	76
■ Hauptamtliches Team und Netzauftritte.....	86

Impressum

Herausgeber:	Stiftung Hospizdienst Oldenburg
Redaktion:	Theresa Korte und Renate Lohmann
Layout:	Tom Steffens
Fotonachweis:	Sammlung ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitende, pixabay.com, unsplash.com

Nah sein - trotz allem!

Viele Menschen suchen die Gemeinschaft und tragen dazu bei, dass diese gelingen kann. Sie tragen mit und fühlen sich getragen. Andere ziehen sich zurück, ziehen Kraft aus sich selbst, dem eigenen Gewordensein und dem noch Werden. Die meisten Menschen werden wohl sowohl das eine, als auch das andere leben. Den Lebens- und Zeitumständen angepasst oder auch gestaltend.

Wie wir ins Leben kommen, müssen wir vertrauensvoll anderen überlassen, da haben wir keine Wahl. Wie wir aus diesem Leben kommen, wirft uns auch in die Gemeinschaft zurück. Auch wenn Bestrebungen dahin gehen, das eigene Leben zur eigenen Zeit und Art zu beenden,



ob es dann und wie genau geschieht, das obliegt letztendlich wieder nicht uns selbst. Selbstbestimmt sterben ist genauso utopisch wie selbstbestimmt leben. Leben geschieht in der Wechselwirkung mit dem, was in uns und um uns ist. Und Sterben ist eine Zeit des Lebens, ein kostbarer Vorgang, der nicht zu wiederholen ist. Genau wie die Geburt. Einmal auf dieser Welt, ist auf dieser Welt. Und einmal von dieser Welt, ist von dieser Welt. Die enger oder weiter gefasste Gemeinschaft kann viel dazu beitragen, dass eine Geburt für Gebärende und für Geborene höchstmöglich gut verläuft. Doch wer mag sagen, was gut ist und für wen? Und genau so kann ich auf das Sterben schauen. Viel kann Gemeinschaft in der Wechselwirkung mit dem Einzelnen für und mit dem Sterbenden tun,

damit diese Zeit des Lebens höchstmöglich gut ist. Doch wer kann sagen, was gut ist. Die gerade Geborenen können nur begrenzt Auskunft geben, wir müssen uns auf die Aussagen der Gebärenden verlassen. Und bei Sterbenden? Doch, die könnten wir fragen und mit den Bedürfnissen der nahen Gemeinschaft abgleichen und vielleicht sogar dazu beitragen, das für alle das Gute geschieht. Die Hospizarbeit, also auch die Oldenburger Stiftung, will genau das. Die Menschen fragen, was sie brauchen und dabei unterstützen, genau diese Bedürfnisse zu erfüllen und zu begleiten. 25 Jahre Erfahrung haben in Oldenburg die Ehrenamtlichen mit diesem Ansinnen und tätiger Hilfe.

2020 war alles anders. Kontaktbeschränkung bis hin zum Kontaktverbot war und ist geboten. Das Grundkonstrukt von Gemeinschaft wurde auf den Kopf gestellt. Es galt, den Körper zu schützen. - Kein Kontakt - Das ist gut gemeint und auf den ersten Blick auch sinnvoll. Doch sterben kann ich nicht aufschieben, bis die Krise vorbei ist. Sterben kann ich nicht einfach ein- oder aussperren. Gestorben wird ohne und mit einer Pandemie. Einmal den Vater, den Ehemann oder die Tochter nicht mehr gesehen haben, da die Krankenhaus- oder Altenheimtüren geschlossen sind und ein Betreten verboten ist, bedeutet für Menschen ein nicht zu wiederholendes Ereignis. Sowohl für die, die gestorben sind, als auch für die, die mit dem Verlust lernen müssen, weiter zu leben.

Die Hospizarbeit mit den vielen engagierten ehren- und hauptamtlich Mitarbeitenden hat diesem Geschehen nur sich selbst entgegen zu setzen. Nähe, Zeit, Zuwendung und zuhören können – das ist hospizliche Begleitung. Und diese Begleitung durfte, darf und wird weiterhin sein dürfen. Manche Begegnungen brauchten Kreativität und das Einlassen auf neue digitale Begegnungsformen. Auch das Karten und Briefe schreiben, wurde wieder entdeckt. Doch die bedeutendste Begegnung im Sterben und im Begleiten von Sterbenden ist der direkte Kontakt! Insbesondere gilt dies für die An- und Zugehörigen. Dieses grundlegende Bedürfnis zu unterstützen ist uns ein wichtiges Anliegen, denn Leben und Mensch sein ist kein Ding, und menschliche Nähe ist nicht zu verdinglichen.

Zu der Unterstützung durch die Stiftung Hospizdienst gehört auch die Beratung zu Patientenverfügungen. Ein grundlegendes Element der eigenen Willensbekundung und Kommunikation mit Bevollmächtigten und Betreuer*innen. Gerade in der gegenwärtigen Zeit ist eine Auseinandersetzung mit den eigenen Wünschen zu Behandlungen am Lebensende unumgänglich, nur so kann für sich selbst und für An- und Zugehörige eine Handlungssicherheit in einer hochsensiblen Lebensweise annähernd erreicht werden.

Der Rückblick auf das Jahr 2020 gibt Ihnen, liebe Lesende, einen Einblick in die verschiedenen Bereiche, in denen sich die Stiftung Hospizdienst Oldenburg engagiert. Einige Texte sind schon früh im Jahr geschrieben worden, als noch nicht abzusehen war, wie gravierend die Auswirkungen und Verordnungen zur Pandemie in unser aller Leben eingreifen würden. Trotz allem, oder gerade jetzt, setzen wir uns weiter mit Themen des Lebens und Sterbens auseinander und wollen für Sie da sein.

Weitere Exemplare erhalten Sie im Haus der Stiftung. Wir freuen uns, wenn Sie die Schriften in Ihrem Netzwerk weiterreichen. Auf diesem Weg können weitere Interessierte von der Hospizarbeit erfahren, die Unterstützungsangebote nutzen und/oder selbst Unterstützer*in werden.

Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf. Wir sind zeitnah für Sie da und besprechen mit Ihnen zusammen, wie wir Sie unterstützen können. Für Rückmeldungen aller Art sind wir sehr dankbar.

Gemeinschaft entsteht durch gemeinsam sein.

Ihnen allen ein lebendiges Jahr 2021 mit Begegnungen, die Sie stärken und halten!

Ihre Renate Lohmann

Hospizarbeit will das Sterben nicht optimieren!

Hospizarbeit will dazu ermutigen, die Banalität des Alltags

in der Lebenszeit des Sterbens

leben zu können und zu dürfen.

Veränderungen im Team 2020

Zum Abschied alles Gute!



Im Laufe des Jahres 2020 haben einige ehrenamtlich Mitarbeitende ihre Tätigkeit für die Stiftung niedergelegt. Die Gründe sind individuell verschieden, z.B. eine selbstgesetzte Altersgrenze, berufliche oder familiäre Veränderungen, Krankheit oder auch veränderte Prioritätensetzungen im Leben.

Ihre ehrenamtliche Tätigkeit haben beendet:

Astrid Manßen, Antonia Schöpker, Lydia Marlen Sirek, Sarah Steingräber, Jara Claus, Philipp Penningbernd, Hilde Schaumberg, Lisa Weeber, Antonina Sorokin

Im hauptamtlichen Team gab es ebenfalls Veränderung: Christiane Schierholz ging nach 13 Jahren Hospizarbeit in den Ruhestand. Simone Dunai hat sich nach siebenjähriger Tätigkeit in der Stiftung neuen beruflichen Herausforderungen gewidmet.

Allen an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön im Namen der Stiftung für ihr Engagement für andere Menschen und alles Gute auf den neuen Wegen.

Herzlich Willkommen!

Im Laufe des Jahres sind auch neue ehrenamtlich Mitarbeitende dazu gekommen. Einige waren schon vorher in anderen Hospizdiensten tätig. Wie jedes Jahr, fand auch dieses Jahr - wenn auch unter erschwerten Bedingungen - wieder der Vorbereitungskurs statt. Einige Kursteilnehmer*innen entschieden sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit in der Stiftung Hospizdienst Oldenburg.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und begrüßen in unserer Gemeinschaft:

Ina Weißenborn, Uthe Timm-auf dem Garten, Alena Albers, Zeynep Özel, Jessica Schütz, Tabea Stracke, Alwin Krause, Giovanna Fassio, Gabi Pinnekamp-Harich, Christine Wulf, Barbara Schilz-Bösing, Birgit Zechner, Barbara Lenwerder, Uwe van der Ploeg, Janne Biermann, Beate Jonas

In das Team des Ambulanten Erwachsenenhospizdienstes ist Julia Narosch dazu gekommen.

Auch im Vorstand gab es Veränderungen. Wir verabschieden uns von Dr. Martin Groß und bedanken uns herzlich für sein Engagement. Wir begrüßen Dr. Thomas Demmer und wünschen ihm einen guten Start als Vorstandsmitglied der Stiftung.

Ermöglichung durch Engagement und Förderung

Der hospizliche Auftrag, die Begleitung von Menschen auf so vielfältige Weise zu erfüllen, wird ermöglicht durch das hohe Engagement der Ehrenamtlichen. Sie schenken ihre Zeit und das jeweils Eigene, das sie zu geben in der Lage sind. Wir freuen uns sehr über die vielen Menschen, die das umfangreiche Angebot ermöglichen, in den Bereichen Sterbe- und Lebensbegleitung, Trauerbegleitung, Öffentlichkeitsarbeit, Rufbereitschaft, Empfang, Bürodienst, Bibliothek, Statistik, Kuchen backen und vieles mehr. Dieses ehrenamtliche Engagement ist das tragende Fundament der ambulanten Hospizarbeit.

Ein weiterer zunehmender Bereich ist die Beratung durch Fachkräfte. Damit dies ermöglicht wird, hat der Gesetzgeber 2002 einen Zuschuss über die Krankenkassen im Sozialgesetzbuch etabliert. Ein jährlicher Zuschuss für das Gehalt der Koordinator*innen und für einen geringen Sachkostenanteil kann beantragt werden, nach Erfüllung bestimmter gesetzlicher Vorgaben und innerhalb einer leistungsabhängigen Obergrenze.

Mit diesen drei Aspekten, Ehrenamtlichkeit, Fachlichkeit und finanziellem Zuschuss kann ein Basisbereich der Sterbe- und Lebensbegleitung ermöglicht werden.

Ihre Förderung

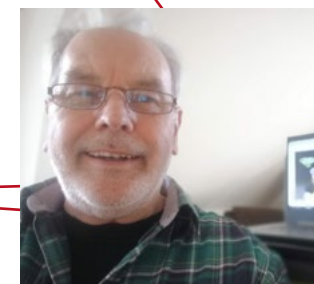
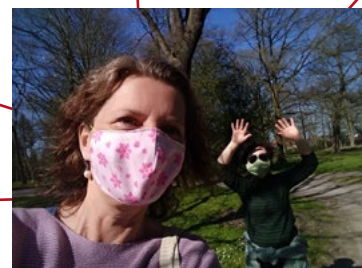
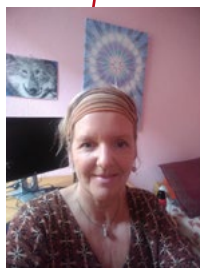
Zur Realisierung der Unterstützungsmöglichkeiten bilden Spenden und weitere Zuschüsse die Grundlage und Voraussetzung. Eine zukunftsorientierte Sicherung der Begleitung von Menschen am Lebensende können Sie sichern helfen, durch Zustiftungen und Vermächtnisse.

Nur mit diesen Zuwendungen von Bürger*innen der Stadt Oldenburg und dem Umland, von Firmen, Unternehmen und Stiftungen auf Landes- und Bundesebene ist die Arbeit der Stiftung Hospizdienst Oldenburg möglich.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn auch Sie die Ambulante Hospizarbeit unterstützen und damit die Begleitung von Menschen am Lebensende und in Trauer mit sichern möchten.

“Eine zukunftsorientierte Sicherung der Begleitung von Menschen am Lebensende können Sie sichern helfen, durch Zustiftungen und Vermächtnisse.”

Auf dieser Seite ist normalerweise die Collage mit Fotos von Ehrenamtlichen auf den zahlreichen Gemeinschaftsveranstaltungen zu sehen. Da keine gemeinschaftlichen Feierlichkeiten stattfinden konnten, veröffentlichen wir dieses Jahr eine Collage mit den vorliegenden "HomeOffice" Fotos unserer ehrenamtlich Mitarbeitenden :).



2020 begleitete die Stiftung Hospizdienst Oldenburg...

...im Erwachsenenbereich

154 Menschen und deren An- & Zugehörige



Verteilung der Erkrankungen

30... Krebs-erkrankungen ...24

2... neurologische Systemerkrankungen ...5

6... internistische Erkrankung ...9

22... sonstige Gründe ...5

 zu Hause 56

 auf Palliativstation 13

 im Heim 31

 Einrichtungen für Menschen mit Behinderung 2

...im Kinder und Jugendbereich

19 Familien

3 Begleitungen wurden 2020 abgeschlossen

Alter in Jahren	Begleitungen
0 - 2	1
3-5	3
6-8	5
9-11	5
12-14	0
15-17	1
18-20	3
21 -23	0
24-26	1

...auf der Jugendonline-Beratungsplattform da-sein.de

100 Jugendliche & junge Erwachsene

davon

lebensverkürzend erkrankt ...12

trauernd ...88

mit **1.165** geschriebenen Mails.

Den größten Teil machte die Trauer um ein **Elternteil** aus. Verstorbene **Geschwister** waren der zweithäufigste Grund.

2020 begleitete die Stiftung Hospizdienst Oldenburg...

...im Trauerbereich

96 Menschen in Einzelbegleitungen.

Das entspricht ca.

300 h persönlicher Begleitung.

Es fanden insgesamt **7** Trauergruppen

mit **50** Teilnehmenden statt.

Das beliebte Trauercafé musste länger pausieren und konnte Anfang 2021 auch noch nicht wieder eröffnet werden.

Zahlen aus den Bereichen Bildungsangebote und Öffentlichkeitsarbeit...

Eine Ausstellung im Haus mit **35** Besucher*innen zur Eröffnung.

2 Death Café mit insgesamt **44** Teilnehmenden

1 Vortrag in Kooperation mit OLDENBURG EINS TV, **1** Präsenz-Vortrag unter Corona-Bedingungen, mit **9** ehrenamtlichen Gästen und **3** interessierten externen Gästen

Insgesamt haben **48** Ehrenamtliche und **166** Interessierte an den durchführbaren, analogen öffentlichen Veranstaltungen teilgenommen

18 Fortbildungen, Teilnehmende: **89** intern, **96** extern

4 Supervisionen für Trauerbegleiter*innen

2 Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem LSHP e.V.

Darüber hinaus fanden Seminare für Fachkräfte in Einrichtungen für Menschen mit Förderbedarf, Altenpflegeeinrichtungen, Familienbildungsstätte, Kliniken, Kranken- und Kinderkrankenpflegeschulen statt.

Arbeit an Schulen in Form von Unterrichtsgestaltung, Trauersprechstunden und Fortbildung von Lehrer*innen

AMBULANTER HOSPIZDIENST

RÜCKBLICK
2020



Appell - Zu Hause bleiben dürfen

von Renate Lohmann

Wieso überhaupt bleiben dürfen?

bleiben? Im Sinne von Leben?

Dürfen? Im Sinne von fragen müssen? Gibt es eine höhere Instanz, die erlaubt, nach fachlichen Abwägungen, dass ich bleiben darf - hier auf Erden? Hier in meinem Leben? Hier in meinem Zuhause?

Und wer bitte sehr sollte das wohl sein? Wer hat Bestimmungsrecht für meinen Bleibestatus - oder nur geduldet sein?

In meinem Zuhause! Im Sinne von

Gewohnheitsrecht, Biographie, Besitz, Erlebnissen, Erfahrungen, Investitionen, Heimat, Sicherheit, Gewöhnung, Statik, Selbstbestimmtheit, Liebe, Trauer, Träumen, Bewahrung, Veränderung...

Im Angesicht der Endlichkeit - Leben und Sterben in dem von mir gewähltem Raum.

In meinem Zuhause sein!

Bitte nimm mir das nicht weg!!! Unter dem Mantel, mich schützen zu müssen/wollen.

Nimm mir das nicht weg!!! Unter dem Mantel, Verantwortung für mich zu haben.

Nein, das nimmst du mir nicht weg!!! Unter dem Mantel, das sei besser für mich.

Bleibe bei mir, wenn du kannst!

Geh, wenn du gehen musst!



Erfahrungen im Alltag mit Covid-19 in stationären Einrichtungen

von Petra Raaf-Doudou

Wörter, die uns im Jahr 2020 täglich in unserer Arbeit im Ambulanten Erwachsenenospizdienst im Zusammenhang mit Covid-19 und Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen begegneten. Diese Wörter stehen für zum Teil elementare Lebenserfahrungen, die uns sehr berührt und auch erschüttert haben. In erster Linie ging es um einzelne Pflegeheime, in denen Menschen alleine gestorben sind, ohne dass Angehörigen die Möglichkeit zum Abschiednehmen gegeben wurde. Nach den Verordnungen des Bundes und Landes war und sind Besuche zur Sterbebegleitung erlaubt. Woran lag es nun, dass trotzdem Besuchskontakte erschwert oder vehement untersagt wurden? Antworten darauf werden noch gefunden werden müssen, um in der Zukunft eine vertretbarere Vorgehensweise abstimmen zu können.

Für viel Verwirrung hat auch gesorgt, dass die Verantwortlichen der Einrichtungen so unterschiedliche Regelungen hatten. In einem Haus gab es eine*n Pförtner*in, wodurch die Mitarbeitenden des Hauses unterstützt waren. Finanziert wurde dies über den § 150a SGB 11, Sonderleistung während der Coronavirus-SARS-CoV-2-Pandemie. Es waren täglich Besuche möglich, auch am Wochenende. In einem anderen Haus war es verboten, das Gelände ohne ausdrückliche Erlaubnis zu betreten, und am Wochenende waren keine Besuche möglich.

Wir erlebten Angehörige, die sich im verzweifelten Kampf mit Pflegeeinrichtungen befanden, um ihre Angehörigen besuchen zu können, hatten aber gleichzeitig die Furcht, dafür mit noch mehr Kontakteinschränkungen „bestraft“ zu werden.

Wir wünschen uns für das Jahr 2021 mehr Transparenz in der Kommunikation mit Angehörigen, mehr Verständnis füreinander, mehr Begleitungen bei Menschen, die sonst einsam sterben müssen.

Es gibt gute Beispiele für menschliches und verantwortliches Handeln in Pflegeeinrichtungen, in denen Besuche möglich waren und sind. Deshalb ist einer unserer ganz großen Wünsche: Vernetzung der Pflegeeinrichtungen. Vernetzung, um voneinander zu profitieren.

Wenn es um Menschen geht, die in einer stationären Einrichtung leben, um Mitarbeitende, um An- und Zugehörige, um Mitarbeitende weiterer Fachbereiche und um Ehrenamtliche, ist Konkurrenz nicht systemrelevant.



Die Stiftung Hospizdienst Oldenburg - ein Teil des Immunsystems dieser Erde

von Cordelia Wach

Im September 2015 hat sich die internationale Staatengemeinschaft auf die Verbesserung und Heilung unserer Erde geeinigt. 17 Ziele für eine bessere Zukunft: Von allen UN-Mitgliedsstaaten unterzeichnet, sollen diese Ziele bis zum Jahr 2030 unter anderem mehr soziale Gerechtigkeit bringen. In Deutschland und weltweit passiert schon eine Menge: Überall sind Menschen mit guten Ideen, viel Engagement und der festen Absicht am Werk, die Welt zum Positiven zu verändern. Der amerikanische Autor Paul Hawken hat dafür ein wunderbares Bild gefunden: Er bezeichnet alle, die sich für eine gerechtere, fairere und gesündere Welt einsetzen als das Immunsystem der Erde.

Für mich ein Anlass, die Arbeit der Stiftung unter diesen Aspekten zu reflektieren. Ein Haus, in dem ein hohes Maß an bürgerschaftlichem Engagement täglich positiv wirkt. Vier Bereiche und Ziele werden in meiner Wahrnehmung besonders fokussiert und umgesetzt:

Ziel 3

Unser aller Beitrag in der Sterbe- und Trauerbegleitung, seit 2013 auch digital, stellt einen grundlegenden Beitrag zum Thema Gesundheit und Wohlergehen dar. Wir denken das Ende von der Seite des Lebens. Mehr denn je ist es notwendig, die Bedingungen für Menschen, die erkrankt sind oder sterben werden, nicht nur in den Blick zu nehmen und zu diskutieren, sondern sich dafür einzusetzen, dass allen Menschen ein angemessenes, würdevolles Sterben ermöglicht wird. Auch die Begleitung von Trauernden unterliegt für uns diesem Ziel, einen Beitrag zu Heilung und Wohlergehen im Trauerprozess zu leisten.

Ziel 4

Hochwertige Bildung. Leben bedeutet Lernen. Durch Bildungsangebote trägt die Hospizarbeit ihr Selbstverständnis nach außen und geht in den Dialog mit der Gesellschaft. Bildung ist auch ein Mittel, um sich mit den eigenen Wahrnehmungs- und Wirklichkeitskonstruktionen auseinander zu setzen. Seit 2019 in einem ansprechenden Jahres-Veranstaltungskalender gebündelt und dargestellt: eine Vielzahl von Veranstaltungen, Vorträgen, Seminaren, Fortbildungen, Workshops und Angeboten, die zeigen, was in unserem ambulanten Hospizdienst passiert und was Hospizarbeit kann.

Das Angebot richtet sich an alle Interessierten, ob Ehrenamtliche oder Fachkräfte und ist auch gedacht für Außenstehende, die sich von unseren Themen angesprochen fühlen und die Auseinandersetzung mit Verlust und Endlichkeit als bereichernden Teil ihres Lebens begreifen. Wer dazu Fragen hat, möge unser Jahresprogramm 2021 lesen. Nehmen Sie daran teil und empfehlen Sie uns gerne weiter!



Ziele 16/17

Starke Institutionen und Partnerschaften zur Erreichung der Ziele. Die Stiftung Hospizdienst ist in viele Bereiche der Gesellschaft sowie des Gesundheits- und Sozialwesens involviert. Vor diesem Hintergrund bestehen zum Teil seit 25 Jahren Kooperationen, Beteiligungen an Arbeitsgruppen und diverse Mitgliedschaften:

Wir kooperieren mit 17 Pflegeeinrichtungen, 6 Krankenhäusern und angeschlossenen Zentren sowie Hausärzt*innen im Rahmen der besonders qualifizierten und koordinierten palliativmedizinischen Versorgung.

Im Rahmen des Netzwerks Ambulante Kinder- und Jugendhospizarbeit Weser-Ems arbeitet unser Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst mit 12 Hospizdiensten in der Region eng zusammen.

Es gibt 14 Mitgliedschaften und/oder regelmäßige Mitarbeit in Arbeitsgruppen, des weiteren Vorstandstätigkeit in 3 Verbänden bzw. Stiftungen.

Schließlich einige Kooperationen mit weiterführenden Schulen.

Wer gerne mehr erfahren möchte, kann die Jahresschrift von 2019 nochmal in die Hand nehmen, in der Renate Lohmann zu diesem Thema einen detaillierten Einblick gibt.

Aktuelles aus der Hospizarbeit in Niedersachsen

von Hendrik Looke, Spencer Schmaeck, Susanne Kuper

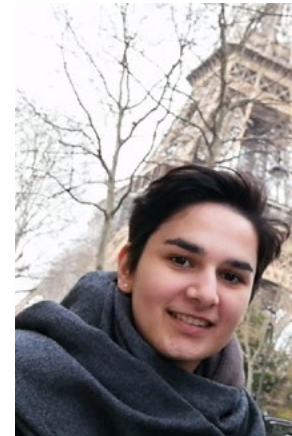
Im April 2019 gab es in Berlin, ausgehend vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, eine Auszeichnung jungen Ehrenamtes in der Hospizarbeit. Alleine aus dem Oldenburger Hospizdienst wurden vier junge Ehrenamtliche ausgezeichnet, wobei zwei im Erwachsenen hospizdienst und zwei in der Jugendonlineberatung da-sein.de tätig sind.

Während der Veranstaltung im letzten Jahr wurden wir dazu angehalten, uns Gedanken darüber zu machen, wie sich mehr junge Menschen unter 30 Jahren für ehrenamtliche

Hospizarbeit engagieren würden. Und nun, da wir hier zu dritt sitzen und uns überlegen, wie es dazu kam, dass wir alle mit gerade Mitte zwanzig im Hospizdienst angefangen haben, fallen uns wichtige Gemeinsamkeiten auf: Es begann mit Verena Gerdes (Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Carl von Ossietzky Universität) und einem Praktikum im Rahmen des Pädagogikstudiums der C. v. O. Universität. Dieses Praktikum ist für alle Studierenden verpflichtend und wird in Form von Blockveranstaltungen intensiv vorbereitet. Dafür zuständig und außerdem verantwortlich dafür, dass sich unterschiedliche Einrichtungen direkt in der Uni vorstellen, ist Verena Gerdes. Aber auch ihr eigenes Interesse an der Hospizarbeit wird deutlich, wenn ihr in Seminaren zugehört wird. Jede Person, die also aufmerksam genug ist, wird wenigstens teilweise über Hospizarbeit aufgeklärt. So kam es, dass wir drei

uns nacheinander, aber innerhalb der letzten zwei Jahre als Praktikant*innen im Hospizdienst wiederfanden.

An dieser Stelle deckten wir weitere Gemeinsamkeiten auf: Die zeitliche Flexibilität und die Freiheiten, die uns innerhalb des Praktikums eingeräumt wurden, sind ein großer Vorteil gewesen, denn dadurch konnten wir ohne zeitliche Probleme neben dem Studium regelmäßig erscheinen und an unseren Aufgaben arbeiten, die uns einen tiefen Einblick hinter die Kulissen gegeben haben, indem wir mit den Koordinierenden an den Schreibtischen saßen, zu Erstbesuchen mitgefahren sind, an den vielen Fort- und Weiterbildungen teilnahmen und auch eine Sterbebegleitung übernehmen konnten. Einig sind wir drei uns außerdem, dass wir bereits während des Praktikums festgestellt haben, dass wir nicht



wieder gehen möchten. Dieses Empfinden beginnt mit der freundlichen, lockeren und warmen Atmosphäre, die wir erfahren. Aber auch die enge Zusammenarbeit zwischen den Koordinierenden und den Ehrenamtlichen unter sich hat dazu beigetragen. Der Hospizdienst tut ungemein viel dafür, dass sich die ehrenamtlich Mitarbeitenden wohl fühlen und lädt zudem auch die aktuellen Praktikant*innen zu den Aktivitäten ein. Dadurch ist nie eine Situation aufgekommen, in welcher eine*r von uns den Eindruck gehabt hat „nur“ Praktikant*in zu sein, sondern gleich dazuzugehören. Wegen der Atmosphäre, der Gemeinschaft und nicht zuletzt wegen der Arbeit, die teilweise gar nicht bedrückend ist, haben wir alle entweder während oder nach dem Praktikum am Vorbereitungskurs teilgenommen und sind seither unterschiedlich ehrenamtlich tätig, denn die Wertschätzung, die uns von der Koordination und den Familien entgegengebracht wird, empfinden wir als

sehr wertvoll. Darum lässt sich festhalten, dass Schnittstellen zu Universitäten ein guter Einstieg für Hospizdienste sind, das Interesse von jungen Menschen zu wecken. Und später kann die positive Zusammenarbeit im Dienst als ausschlaggebend dafür gesehen werden, dass eben diese jungen Menschen mit Freude ehrenamtlich tätig bleiben.

Wir können nur sagen, dass die Stiftung Hospizdienst und die Art, wie besonders Verena Gerdes die Einrichtung in die Universität implementiert, ein Paradebeispiel ist, um junge Leute mit ins Team zu holen.



“Einig sind wir drei uns außerdem, dass wir bereits während des Praktikums festgestellt haben, dass wir nicht wieder gehen möchten.”

Bedeutung der Hospizarbeit für mich

von Christiane Schierholz

Begegnet bin ich 2005 - indirekt - der Idee der Hospizarbeit in der Uni Oldenburg bei einem Seminar von Renate Lohmann über Unterstützungsmöglichkeiten für ältere Menschen. Sie schilderte engagiert Situationen, die deutlich machten, dass oft "gut gemeint das Gegenteil von gut" sein kann. Wenn nämlich andere Personen unterstützungsbedürftigen Menschen Hilfen angedeihen lassen, die diese nicht wollen bzw. nicht brauchen. Schon damals beeindruckte mich der radikale Ansatz, einer Situation und den beteiligten Menschen von Anfang an bedingungslos mit Wertschätzung zu begegnen, davon auszugehen, dass allem Handeln eine für die aktive Person logische Erklärung zugrunde liegt. Der Ansatz, das Zusammenleben der Menschen als systemisch begründet zu sehen, also als Ergebnis der eigenen Wahrnehmung innerhalb der relevanten Bezüge, hat mich überzeugt. So kann eine bestimmte Reaktion für die jeweils handelnde Person sinnvoll und logisch und aus ihrer Biographie erklärbar sein, für andere aber nicht. Praktisch kann das bedeuten, auf z.B. medizinisch oder pflegerisch notwendige Maßnahmen verzichten zu müssen, weil die betroffene Person diese nicht annehmen will. Um mehr über die Umsetzung dieses Ansatzes in der Hospizarbeit zu erfahren, machte ich dann bei Renate Lohmann ein Praktikum und nahm an einem Vorbereitungskurs für ehrenamtlich Mitarbeitende in der Hospizarbeit teil.



Nach dem Studium hatte ich die Chance, als Koordinatorin im Ammerland tätig zu werden und war dort fast 11 Jahre tätig, danach noch 2,5 Jahre wieder in Oldenburg, in der Stiftung Hospizdienst Oldenburg.

Mein Rückblick auf die (hauptamtliche) Hospizarbeit fällt für mich und meine persönliche Entwicklung sehr positiv aus. Hospizarbeit nicht nur als Sterbebegleitung, sondern viel umfassender, als Lebensbegleitung wahrzunehmen, verändert die Sicht auf Vieles. Ich bin in den Jahren wirklich reich beschenkt worden durch Begegnungen mit Menschen, die ich ohne diese Arbeit nicht getroffen hätte, die sich geöffnet haben und mich an ihrem Denken und Fühlen haben teilhaben lassen - ehrenamtlich Mitarbeitende, Kursteilnehmende, Kolleg*innen, Menschen, die ihr Leben und den bevorstehenden Tod in der ihnen eigenen Art begegneten, Fragende, Suchende, Sichere...

Auf eine andere Entwicklung kann ich auch zurückblicken: auf die zunehmende Professionalisierung in der Hospizarbeit, die mit einer größeren öffentlichen Wahrnehmung einher geht, aber auch mit dem Größer- und vielleicht anonymen Werden der Organisationen, vermehrter Bürokratie, mit dem Blick auf das "liebe Geld", mit persönlicher Profilierung, mit dem Ringen darum, wo und wie besser gestorben wird.

Hospizarbeit steht fest im Leben, verändert sich, reflektiert ihr Tun und Lassen, ringt um den richtigen Weg - und verändert die Gesellschaft. Und das ist gut so! Und immer wieder gibt es Menschen, die sich auf den Weg der Lebensbegleitung machen, die darin Erfüllung finden, wachsen und sich verändern. Danke dafür!

Alt Bekanntes aus neuer Perspektive

von Julia Narosch

Das Haus der Stiftung Hospizdienst Oldenburg habe ich zum ersten Mal 2013 betreten. Damals befand ich mich noch im Studium und hatte im TV einen Bericht über den Start der Online-Beratung da-sein.de gesehen. Daraufhin meldete ich mich kurzerhand beim Dienst und absolvierte ein Praktikum, anschließend ein studentisches Projekt, und nun gehe ich bereits ins sechste Jahr der hauptamtlichen Tätigkeit. Meine Arbeitsschwerpunkte lagen in der Koordination von da-sein.de sowie der Ausgestaltung von Kooperationen mit weiterführenden Schulen in Oldenburg. Mein Hauptaugenmerk galt also insbesondere der Zielgruppe der Jugendlichen und jungen Erwachsenen.



Seit April 2020 bin ich nun auch für den Ambulanten Erwachsenenhospizdienst tätig. Ich trat damit rein formal die Nachfolge von Christiane Schierholz an und befinde mich seitdem in der interessanten Rolle der „Neuen“, die alt bekannt ist, jedoch vor anderen Aufgaben steht. Als hauptamtliche Mitarbeiterin erlebe ich seit Jahren aus nächster Nähe, was den inhaltlichen Kern der ambulanten Hospizarbeit in allen Bereichen des Hauses ausmacht. Die Auseinandersetzung mit den Themen rund um abschiedliches Leben, Sterben, Verlust und Trauer ist immer wieder außergewöhnlich und doch auch vertraut. Die digitale Sterbe- und Trauerbegleitung sowie die Koordination der ehrenamtlich Mitarbeitenden von da-sein.de folgt der konzeptionellen Ausrichtung des Dienstes. Unsere Haltung und unser Menschenbild ist es, was uns alle eint und miteinander verbindet. Und dennoch macht es einen Unterschied, ob ich über etwas rede, was ich durch Praxisberichte von anderen miterlebe, oder ob ich selbst in der Situation bin, es aktiv mitzugestalten. Es macht auch einen Unterschied, ob ich im Rahmen eines Hausbesuchs dem/der zu Begleitenden mitsamt den An- und Zugehörigen persönlich begegnet bin oder seine/ihre Geschichte ausschließlich in schriftlicher Form erfahre. Und so habe ich derzeit ein abwechslungsreiches Arbeitsprofil mit einer spannenden Bandbreite, was die Verschiedenheit der Zugänge und Auseinandersetzungsformen und auch die Lebenswelten der zu Begleitenden sowie der ehren- und hauptamtlichen Kolleg*innen angeht.

Keinen Unterschied gibt es übrigens hinsichtlich des vielfältigen Engagements der ehrenamtlich Mitarbeitenden, das mich schon von Anfang an immer wieder bewegt und inspiriert.

Neben dem Dazulernen in meiner erweiterten Rolle ist der Start für mich im Ambulanten Erwachsenenhospizdienst auch in eine spannende Zeit für uns alle gefallen. Der Lockdown und die damit einhergehenden Begleiterscheinerungen einer weltweiten Pandemie, wirken sich nicht nur auf jede*n Einzelne*n von uns aus, sondern sind auch in den Begleitungen und der Koordination spürbar. Veranstaltungen, Netzwerktreffen und Kooperationen finden nicht mehr wie gewohnt statt. Und gleichzeitig zeigt sich hier für mich in den vergangenen Monaten auch immer wieder die Stärke der Hospizarbeit: Solidarität, Mitgefühl, Da-Sein, Möglichmachen - vor allem jetzt. Die kreativen - manchmal auch umständlichen Wege - die ehren- und hauptamtlich Mitarbeitende gehen, um dies zu ermöglichen, beeindruckt und ermutigt mich fortwährend. Es zeigt auch: es kommt auf uns alle an. Und so liegt am Ende nicht nur für mich Neues im Altbekannten.

Eine wunderbare „akademische“ Begleitung!

von Gerd Herken

S tellen Sie sich vor, Sie seien schwer erkrankt und Sie wünschen sich eine Begleitung durch den Ambulanten Hospizdienst. Es kommt auch jemand zu Ihnen. Es ist – ein alter Gymnasiallehrer a.D.! Diese Typen kennt jeder, es sind diese notorischen Besserwisser, bei vielen Menschen können sie noch immer Albträume auslösen. Lesen Sie jetzt bitte weiter, denn auch einige der alten Männer sind – auch wenn es kaum zu glauben ist – noch lernfähig.

Meine dynamische Koordinatorin rief mich an, es gäbe eine neue Begleitung. Vom Alter würde es gut passen und auch eine naturwissenschaftliche Grundbildung wäre durchaus erwünscht. Dieses bemerkenswerte Anforderungsprofil machte mich neugierig, zum Glück hatte ich ja ein zweites Staatsexamen und jahrelange Berufserfahrung an einem Gymnasium.

Wir trafen uns zum Erstkontakt in einer Oldenburger Hundehütte. Die Ehefrau, die ihren schwerkranken Ehemann seit längerer Zeit pflegt und ich als zukünftiger Begleiter. Meine Funktion wurde von dem Ehepaar gut nachvollziehbar definiert; Entlastung der Ehefrau und ein humanistisches Gespräch über Wissen und Gewissen im Bereich der Naturwissenschaften und Politik. Die Coronathematik wurde situativ angemessen erörtert, ohne Maske aber mit größerem Abstand sitze ich wöchentlich am Bett.

Wir haben in den letzten sechs Monaten eine riesige Themenpalette bearbeitet, zuerst die Biographiearbeit. Hier fanden wir viele familiäre Übereinstimmungen, aber auch einige Brüche wurden analysiert. Eine breite Vertrauensbasis ergab sich, mögliche Problemlösungen wurden besprochen. Über die Nachkriegsjahre, den Radikalenerlass, den Brexit, die AFD und Trump haben wir intensiv und faktenbasiert diskutiert. Ganz besonders haben mich aber die Gespräche über Naturwissenschaften fasziniert, es war für mich wie ein drittes Staatsexamen. Über die Dichteanomalie des Wassers zu den Grundlagen der Geothermie, dann zum Driftverhalten des Schiffs Polarstern, zur Trennung von Zellorganellen, zur ökologischen Bedeutung von lebenden Fossilien (Gingko, ...) und dann die Dendrologie. Ich habe soviel über Geologie, die Antarktis, Eisbrecher, ökologische Chemie und Hühnergötter gelernt. Einer dieser Steine mit zwei Löchern (!!)) wurde mir sogar geschenkt, er soll Glück und Zufriedenheit bringen. Es zählten die Fakten, gegoogelt wurde nicht. Auch die gesundheitliche Problematik wurde umfassend erörtert, er ein atheistischer Fatalist, während ich mit dem lieben Gott befreundet bin. Die bedingungslose Liebe des langjährig verheirateten Paares fängt fast alle Sorgen auf, Klagen gibt es sehr, sehr wenige – trotz der sehr schwierigen Situation! Die Ehefrau hat meine wöchentlichen Besuche zur Erholung genutzt, diese Freiräume taten ihr gut.

Als Gymnasiallehrer mit solider naturwissenschaftlicher Bildung habe ich erfahren, dass es sehr bemerkenswerte, empathische und hoch gebildete Menschen gibt, mit wirklich brillantem Kopf. Hospizarbeit kann wahrlich bereichern und bilden! Es soll sogar Lehrer geben, die aktiv und passiv zuhören können und auch keine „Alleswisser“ sind!!!



“Die bedingungslose Liebe des langjährig verheirateten Paares fängt fast alle Sorgen auf, Klagen gibt es sehr, sehr wenige – trotz der sehr schwierigen Situation!”

Begleitung in Zeiten von Corona

von einer ehrenamtliche Begleiterin

Ihr Name war mir genannt worden, dazu ein paar grundlegende Informationen, mehr brauchte es nicht. Ich konnte Frau L. im Seniorenstift direkt anrufen. Sie hatte ein Telefon im Zimmer. Wir verabredeten uns für Mittwoch. Dann aber, von einem Tag auf den anderen hieß es: Besuche nicht mehr möglich. Schutz vor Corona.

Ich rief an bei Frau L. - nicht, dass sie vergeblich auf mich wartete. Sie sagte noch: „Dann melden Sie sich eben wieder, wenn alles vorbei ist.“

Es war aber nicht vorbei, lange war es nicht vorbei. Das konnte aber weder sie noch ich wissen, und weil alles so unsicher war im März, verlegte ich mich ziemlich bald auf andere Formen, in Kontakt zu bleiben. Ich hatte große Freude daran, mich von dem, was mir in den Sinn kam, überraschen zu lassen. Mal war es ein Foto, das mich auf Ideen brachte, mal eine Beobachtung im Alltag, mal die Erinnerung an eine Ausstellung. Oder ein Zeitungsartikel, ein Muster, eine Farbe.

Und immer die Vorstellung: Wie mag sich jemand fühlen, die Tag für Tag nur in einem kleinen Zimmerchen sitzt oder liegt? Wir alle konnten das jetzt, in Zeiten von Corona, sehr gut am eigenen Leib erfahren, wobei wir jederzeit die Gelegenheit hatten, an die frische Luft zu gehen, einen Spaziergang zu machen, Rad zu fahren, den werdenden Frühling zu erleben. Frau L. nicht.

Sie war dabei nicht unzufrieden, im Gegenteil. Sie hat die Gabe, Dinge hinzunehmen, die nicht zu ändern sind. Und trotzdem: angenehm war es auch für sie nicht.

Immerhin hatte sie einen Balkon, und bald schon verabredeten wir uns zu einem Gespräch von dort aus. Es war das erste Mal, dass wir einander sahen. „Gespräch“, na ja: Ich brüllte nach oben, sie brüllte nach unten, wir brüllten beide, so gut es ging. Eigentlich hatten wir uns nichts zu erzählen, kannten einander ja nicht. Aber wir freuten uns beide und lachten über die skurrile Situation. Passanten mischten sich ein mit Kommentaren und Sprüchen, und es gab sogar jemanden, die sich missmutig beklagte, sie wolle „das alles nicht wissen“. Wir haben das Gebrüll dann auch kein weiteres Mal fortgesetzt und sind zu leiseren Formen der Verständigung übergegangen. Was ich aber spüren konnte, auch über drei, vier Meter Höhe hinweg und hinter den Masken: Wir mochten einander. Ich jedenfalls habe Frau L. gesehen und sofort ins Herz geschlossen.

Jetzt legte ich jeden Mittwoch Briefe, Kärtchen, Fotos oder ausgeschnittene Zeitungsartikel auf den Tisch vor der Tür des Seniorenstifts und verständigte über eine Klingel das Personal. Dann wartete ich in drei, vier, fünf Meter Abstand so lang, bis jemand von innen die verschlossene Schiebetür öffnete und das Kuvert zu sich hereinholte.

Einmal gab ich einen frischen Buchenzweig ab, der noch in seinem maigrünen Kleid stand. Ein bisschen Frühling für Frau L., dachte ich. Sie sah von ihrem Balkon aus auf eine Hauswand und konnte nicht direkt mitverfolgen, wie sich die Natur langsam entfaltete. Ein anderes Mal gab ich eine selbstgezogene weiße Kerze für sie ab – gegen düstere Gedanken. Dazu ein Foto von einem Regenbogen. Es sind gängige Symbole, ja. Aber ich versuchte ihnen in dem,

was ich dazu schrieb, das Klischeehafte zu nehmen. Ein anderes Mal inspirierte mich das Bild von winzigen Lebewesen, neben denen ein Wassertropfen sich ausnahm wie ein See. Über diese so genannten Destruktoren hatte ich eine Ausstellung gesehen. Oder ich entdeckte bei einem Spaziergang eine „Oreo“-Kuh mit einer Fellmaserung, die aussah, als sei die Kuh um den ganzen Bauch weiß bandagiert. Aus dem Foto machte ich eine Karte für Frau L.

Oft schickte ich ihr mein eigenes Staunen. Mein eigenes Fasziniertsein von den Wundern im Kleinen. Den kleinen Wundern, die man jederzeit und in jeder Lage wahrnehmen kann, wenn man beschließt, sie sehen zu wollen. Die Lebensgeschichten, mit denen wir uns identifizieren und die uns deshalb oft so viel Leid bringen, durften derweil ruhen. Sie waren nicht wichtig.

Es war auf eine besondere Weise heilsam, die Geschichten voneinander nicht zu kennen. So schickte ich mit den Bildern kurze Text-Häppchen, und Frau L. war es überlassen, sie zu kosten oder zu wiegen oder wegzuworfen. In dieser eigentümlichen Zeit der „sozialen Distanz“ war interessanterweise Kommunikation wahrhaftiger möglich. Es konnte tatsächlich erfahren werden, dass „miteinander sprechen“ niemals etwas anderes sein kann, als die einem Gegenüber zugedachte



Information loszulassen, ohne dessen Lesart beeinflussen zu können. Das war spannend für mich; und es war eine tiefe Freude zu erleben, wie verbunden Menschen sein können, die nichts voneinander wissen. Manchmal haben wir telefoniert, nicht lang, aber so, dass wir einander wahrnehmen konnten. Die Inhalte hatten nichts zu sagen. Umso mehr das Nicht-Inhaltliche.

Als ich Frau L. dann Ende Juni das erste Mal in ihrem Zimmer besuchen durfte, trug ich neben der Maske eine Haarhaube, Plastikhandschuhe und einen weißen, bis zu den Waden reichenden Überziehkittel wie ein Chirurg. Frau L. sah von mir nur Augen hinter Brillengläsern – und Straßenschuhe. Sie schüttelte den Kopf, aber es war nicht zu ändern, und wir beide nahmen es hin. Ich sah, wie sie in ihrem Lehnstuhl vor einem Stück Kuchen saß, sah, wie sie sich eingerichtet hatte, und die Lebens-Geschichten fingen an, erzählt zu werden.

In dieser Geschichte möchte Frau L. anonym bleiben. Und das möchte auch ich als Schreibende. So sind wir nichts weiter als „eine Begleitete“ und „eine Begleitende“, so wie viele von uns. Mehr braucht es nicht.

Meine Begleitung

von Annagret Bohlen

Frau Fortmann ist 82 Jahre geworden, sie ist am 09.11.2020 gestorben. Ich durfte sie 39 Monate begleiten. Seit der Geburt ist sie leicht geistig eingeschränkt. Mein erster Besuch bei meiner zu Begleitenden im Altenwohncentrum Haus am Flöteenteich dauerte nur 5 Minuten. Frau Fortmann war dann müde, und sie schickte mich wieder nach Hause. Sie drehte sich demonstrativ weg, weil sie nun endlich schlafen wollte. Von Woche zu Woche wurden meine Besuche etwas länger. Und unser nächstes Treffen dauerte dann schon 13 Minuten.



Manchmal war sie in der Einrichtung nicht so glücklich. Deshalb freute sie sich immer, wenn wir beide zusammen zum Spazieren nach draußen gingen. Wir machten schöne Ausflüge in die Natur. Einmal waren wir auch am Grab ihrer Eltern; ca. 30 Jahre nach deren Tod. Das Vertrauen wuchs, und sie sah mich irgendwann als ihre Freundin.

Eine kleine Anekdote möchte ich erzählen:

Als ich meine Zubegleitende einmal besuchte, zeigte sie mir das

herausgefallene Glas ihrer Brille. Gemeinsam fuhr ich mit ihr zu einem Optiker, damit der Schaden schnell wieder behoben wurde. Die Brille wurde umgehend kostenfrei repariert. Vor Ort war Frau Fortmann so begeistert, dass sie sich mit folgenden Worten bedankte: ‚Vielen Dank, Herr Fielmann. Meine nächste Brille kaufe ich sicher bei Ihnen, Herr Fielmann‘ Diese herzlichen Sätze ließen sowohl den Optiker als auch die anderen Kunden schmunzeln.

So hatten wir beide manch schönes Erlebnis, und ich erinnere mich gerne daran zurück. Durch Corona entstand eine lange Begleitungspause. Trotz, dass wir regelmäßig telefonierten und ich ihr Karten schrieb, sind wir uns fremd geworden. Als dann Besuche wieder möglich waren, gewann ich ihr Vertrauen mit viel Geduld zurück. Anfang Oktober kam Frau Fortmann dann für ca. 3 Wochen ins Krankenhaus. Als sie wieder zuhause war, durfte ich sie dort besuchen. Irgendetwas war anders. Über die ganze Zeit wollte sie nie, dass ich ihr etwas vorlese. Nun jedoch war es ihr Wunsch. Also las ich ihr eine Geschichte vor, verabschiedete mich und versprach beim nächsten Besuch wieder etwas vorzulesen. Ein paar Tage später ist sie friedlich in ihrem Haus am Flöteenteich gestorben.

Der Betreuer von Frau Fortmann hat sie bis zum Tod begleitet und bedankte sich mit einem herzlichen Brief an die Stiftung für das Engagement von Annagret Bohlen. Dem Abdruck hier hat er zugestimmt.

Sehr geehrte Damen und Herren,

gestern verstarb meine Zubetreuende, die über 3 Jahre lang durch Ihre ehrenamtliche Mitarbeiterin, Frau Bohlen, begleitet wurde.

Es ist mir ein großes Anliegen, meinen Dank und meine Wertschätzung für die geleistete Arbeit auszusprechen. Ganz ausdrücklich auch im Namen von Frau Fortmann. Zwischen der Verstorbenen und Frau Bohlen hatte sich eine wunderbare Beziehung aufgebaut, die meine Betreute immer als Freundin bezeichnete. Und Frau Bohlen war auch mir, grade in den letzten Wochen, eine große Hilfe.

Es ist heute keine Selbstverständlichkeit, sich so rührend, aber auch höchst professionell, für eine hilfs- und schutzbedürftige Person einzusetzen. Dann noch in der derzeitigen außergewöhnlichen Pandemielage, mit allen negativen Auswirkungen auf die uns anvertrauten Menschen.

Frau Bohlen war es wichtig, in Ruhe und in angemessenem Rahmen von Frau Fortmann Abschied nehmen zu können. Dieses konnte realisiert werden.

Seien Sie stolz auf Ihre Arbeit und stolz, so eine großartige Mitarbeiterin zu haben.

Für Ihre wertvolle Arbeit wünsche ich Ihnen von Herzen jederzeit Kraft und Gesundheit.

Herr Martin M.

(gesetzlicher Betreuer von Frau F.)

November 2020

*Foto: Annagret Bohlen; der Veröffentlichung hat die Begleitete Frau Fortmann zugestimmt

Begleitung in einem Sterbefasten-Prozess

Hilfe BEIM Sterben – nicht Hilfe ZUM Sterben

von Ekkea Dohlen

FVNF (freiwilliger Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit) oder FVET (freier Verzicht auf Essen und Trinken) – ziemlich sperrige Kürzel für das „Sterbefasten“ – für die Entscheidung, mit dem Essen und Trinken aufzuhören, um dem Leben selbstbestimmt ein Ende zu setzen.

Meine Begleitung begann schon im Vorfeld des eigentlichen Sterbefastens einer Mitt-Achtzigerin. Ihre Tochter erbat Information, Orientierung und Unterstützung von unserem Dienst. Wir führten erste Gespräche und ich erfuhr:

Die Dame war ein Freigeist und sehr auf Autonomie und Selbstbestimmung bedacht.

Und sie war „leidensatt“. Noch mobil, jedoch über viele Jahre geplagt von immer stärker werdenden Schmerzen und Bewegungseinschränkungen, einem Anfallsleiden, einer beginnenden Demenz und den Nebenwirkungen der Medikamente. Sie war aber nicht sterbenskrank und ihr Wunsch nach Sterbehilfe, nach einem selbstbestimmten Lebensende, rief rechtlich und medizinisch Irritation, Unverständnis und Ablehnung bei den Angefragten hervor.

Dann hörte die Tochter von der Möglichkeit des Sterbefastens, informierte sich und ihre Mutter – und es wuchs ein Entschluss. Das nötige Netzwerk wurde geknüpft, eine Palliativärztin, ein Pflegedienst, die Tochter und ich von der Stiftung Hospizdienst Oldenburg sollten in der Zeit des Sterbefastens begleiten, gestalten und unterstützen.

Die Dame lebte in einer hübschen Seniorenwohnung, die gute Voraussetzungen für eine Begleitung in der Häuslichkeit bot. Trotz aller Entschlossenheit gab es auch viele Fragen, Unsicherheiten und Ambivalenzen bei Mutter und Tochter...

...wie lange dauert Sterbefasten?

...was ist, wenn sich die Entscheidung plötzlich doch falsch anfühlt?

...ist eine Umkehr möglich?

...wie lange?

...wie verzichte ich auf Nahrung, wenn ich immer gerne und gut gegessen habe?

...will ich meiner Mutter die dafür nötige Unterstützung wirklich geben?

...darf ich das?

...kann ich das aushalten?

Vorsichtiges Herantasten und dann, an einem Samstag, die Entscheidung der Mutter, das Essen einzustellen. Etwas später auch das Trinken, um den Prozess zu beschleunigen.

Und AUSHALTEN:

...jemanden, der immer gerne aß nicht mehr essen zu sehen,

...den Durst wahrzunehmen und dann doch nichts anderes zu tun, als die Mundhöhle zu befeuchten und die Lippen zu benetzen,

...die Energie und Körperkraft, die auch mit zunehmender Abmagerung und Bettlägerigkeit erstaunlich groß war, zu sehen und zu lenken, um Stürze und Verletzungen zu verhindern,

...neben viel Freundlichkeit und Dankbarkeit auch Beschimpfungen und Aggressivität hinzunehmen...

Im Prozess des Sterbefastens unterstützte ich Mutter und Tochter durch häufigere Hausbesuche. So hatte die Tochter Gelegenheit, kleine Auszeiten zu nehmen und sich um ihren Alltag und eigene Angelegenheiten zu kümmern. Oder wir nutzten meine Besuchszeit für Gespräche und ein bisschen Entspannung.

Die Mutter blieb konsequent, aß und trank nichts und verabschiedete sich von Tag zu Tag ein kleines bisschen mehr. Sie lag in ihrem wunderschönen „Prinzessinnenbett“, und die Tochter kümmerte sich intensiv um sie. Es war berührend zu sehen, wie eine nicht immer einfache Mutter-Tochter-Beziehung unter diesen Herausforderungen an neuer Qualität gewann. Durch die körperliche Pflege und Zuwendung – das Cremes, Tupfen, Sprühen, Kämmen, Streicheln etc. gab es nun auf ganz anderer Ebene Nähe und Begegnung. Auch wenn die Tochter zunehmend selbst erschöpfte und an ihre Grenzen kam, blieb sie verlässlich an der Seite ihrer Mutter und war fast rund um die Uhr für sie da.



So gewollt und „alternativlos“ die Entscheidung zum Sterbefasten war, der Weg war nicht einfach. Und anders, als mitunter in der Literatur zu lesen ist, auch nicht sanft und mild, sondern dynamisch und anstrengend, fast wie ein Abbild der Lebensgeschichte der Mutter, die am 18. Tag des Sterbefastens endete.

Insgesamt begleitete ich die Beiden etwa 6 Wochen im Frühjahr unter den Bedingungen des ersten Lockdowns – für mich eine sehr ans Herz gehende Erfahrung.

AMBULANTER KINDER- UND JUGENDHOSPIZDIENST

RÜCKBLICK
2020



Und plötzlich geht alles so schnell...

von Claudia Ammer-Bosse



Etwa eineinhalb Jahre schon begleite ich ehrenamtlich, im Rahmen der Familienbegleitung des Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienstes, hauptsächlich die Mutter eines lebensverkürzend erkrankten Jungen. Eigentlich arbeiten wir Ehrenamtlichen in sogenannten „Tandems“, also zu zweit, in einer Familie. Ausnahmsweise begleite ich, zunächst allein, nur die Mutter. Einmal in der Woche haben wir unsere feste Verabredung, die wir meistens irgendwo im Freien verbringen. Nelia ist gerne außerhalb ihrer Wohnung unterwegs. So hat sie ein bisschen Zeit - nur für sich allein. Der Alltag sonst besteht aus der Pflege ihres Sohnes Tichon, mit

Unterstützung von Pflgeteam und Palliativteam, aber auch allein. Eine Aufgabe also, die 24 Stunden des Tages in Anspruch nimmt. Mein hauptsächlichster Auftrag besteht im Zuhören und im Sortieren von Sorgen und Gedanken. Wir sprechen viel. Meistens sind wir dabei draußen in der Natur. Gehen und sprechen, mal am Wasser stehen bleiben. Schauen, still sein. Die Treffen sind immer verschieden - je nach Lebenssituation mit dem Kleinen - mal ausgelassen und fröhlich, mal traurig und aufgewühlt. Alles ist okay. Jedes Gefühl willkommen.

Wir haben schon alle Jahreszeiten miteinander erlebt: Im Frühling haben wir zusammen Kräuter gesammelt. Im Sommer waren wir in Cafés in der Stadt oder sind an der Hunte spazieren gegangen. Im Herbst waren wir im Wald Pilze suchen. Im Winter waren wir Tee trinken, und manchmal haben wir auch zusammen gemalt. Meine ehrenamtliche Arbeit ist vielseitig, ich empfinde sie als bereichernde Aufgabe. Der Austausch macht mir viel Freude. Ich lerne viel: über Kräuter und Pilze, über eine andere Kultur und über das Leben in einer solch herausfordernden Lebenssituation. Und ich lerne zu staunen: darüber, wieviel Mut und Kraft diese Mutter hat, um für ihr Kind da zu sein und ihm das bestmögliche Leben zu ermöglichen. Im Zusammensein mit Tichon, der seit seiner Geburt schwer beeinträchtigt ist und nicht sprechen kann, lerne ich eine ganz feine Kommunikation kennen, die möglich ist, auch wenn es keine Sprache gibt. Kommunikation über Mimik, über Geräusche, über Körperspannung. Die Verständigung zwischen Mutter und Kind hat mich sehr berührt. Es ist so viel möglich - auch wenn man immer wieder hört: „da geht nichts.“ An Tagen, an denen kein Pflegepersonal für den Kleinen da ist, sind wir bei Nelia zu Hause. Wir sitzen zusammen, reden, trinken Tee und Tichon ist einfach dabei. Nelia hat ihn oft auf dem Schoß. Er mag gerne Körperkontakt und von Nelia massiert und bewegt zu werden. Tichon ist unglaublich beweglich - trotz seiner Einschränkung - weil seine Mutter die Bewegungen für ihn macht. Regelmäßig bewegt sie Arme und Beine in alle Richtungen, und Tichon streckt sich behaglich. Ich bin beeindruckt von der Verbindung, die die Beiden zueinander haben. Ein unsichtbares Band scheint zwischen

ihnen zu sein. Das ist berührend. Und Tichon strahlt eine Ruhe aus: wie ein kleiner Buddha. Nelia ist eine kreative Frau, die gerne gestaltet. Und so gestaltet sie ein Bild, das sie „Mein buntes Leben“ nennt. Nach vielen belastenden Situationen und Schicksalsschlägen hat sie die Entscheidung getroffen, auch ihr eigenes Leben zu leben. Sie hat erkannt, dass sie Stärke gewinnt, wenn sie sich auch um ihr eigenes Leben kümmert. Und diese Stärke kommt dann wieder ihrem Kind zugute.



Ja und dann ... geht plötzlich alles so schnell. Tichon ist immer öfter im Krankenhaus. Er wird schwächer. Das Atmen fällt ihm schwerer. Er hat ständig Bauchschmerzen. Wir sprechen darüber, wie man den Kleinen jetzt bestmöglich unterstützen kann und welche Möglichkeiten es von Seiten der Stiftung gibt - falls die Situation eintritt - ein Sterben Zuhause zu begleiten. Seit einigen Wochen ist auch eine weitere Ehrenamtliche in der Familie, die einmal wöchentlich Tichon besucht, um die Mutter zu entlasten. Nelia entscheidet, dass ihr Sohn zuhause bleiben soll und wird in ihrer Entscheidung von einer Palliativkrankenschwester und einer Palliativärztin unterstützt. An einem Donnerstag bin ich bei Nelia und wir stehen zusammen an Tichons Bett. Nelia wünscht sich, dass wir zusammen etwas sprechen, um Tichon gut auf seiner Reise zu begleiten. Das machen wir, und das schafft etwas Ruhe. In Gedanken verabschiede ich mich von dem Kleinen, denn ich fürchte, dass es jetzt einfach passieren kann. Ich habe auch den Gedanken: Hoffentlich passiert es nicht in meinem Urlaub! Denn dieser steht unmittelbar bevor. Da ich schon ein Gespräch mit einer Bestatterin, die sich auf die

Bestattung von Kindern spezialisiert hat, für Nelia verabredet hatte, gebe ich alle wichtigen Informationen an die Koordination weiter. Von der Koordinatorin, Beate Weidewitsch, fühle



ich mich gut begleitet und beruhigt: Nelia ist gut unterstützt von zwei anderen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und von Beate selbst. Auch wenn ich im Urlaub bin, ist die Familie gut versorgt.

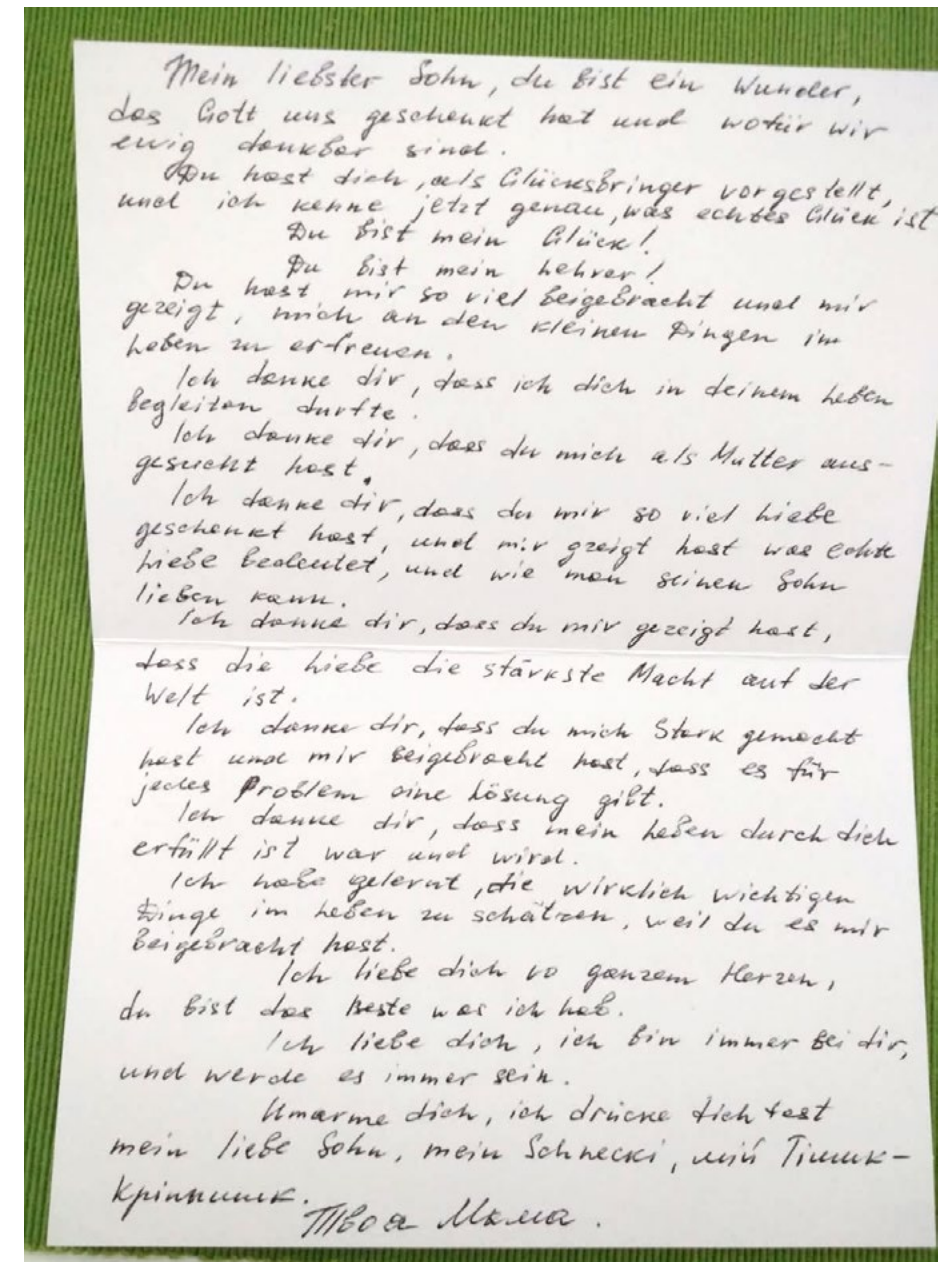
Auf die Nachricht des Todes kann man sich nicht vorbereiten ... Am Montag nach diesem Donnerstag bin ich auf dem Weg in den Urlaub und erhalte die Nachricht: Tichon ist gestorben. Ich bin sehr betroffen! Und sehr froh, dass das Team in Oldenburg so gut funktioniert, um die Familie zu unterstützen. Meine Herausforderung

ist nun, meinen Urlaub zu genießen, und die Gedanken an die Familie und den Kleinen zu integrieren.

Das geht ganz gut. Ich erhalte Informationen und Bilder. Das Abschiedsfest für Tichon findet in den Räumen der Stiftung statt. Ganz persönlich, von Tichons Mutter und ihrem Mann mitgestaltet, wunderschön. Durch die Bilder und ein Video bin ich ein bisschen dabei.

Eine Woche später, zurück aus meinem Urlaub, ist es wie eine Zeitreise: Ich besuche Nelia noch weiter. Ich begleite sie in den Friedwald in Hude, wo sie für Tichon eine kleine Eiche aussucht. Wir sitzen jetzt stiller zusammen, schauen uns Fotos und Videos von Tichon an. Reden und weinen. Nelia gefällt die Metapher von einem Schmetterling, der seinen Kokon verlassen hat und nun ein freies Leben in einer anderen Welt führt. Diesen Gedanken will ich aufgreifen: Lieber Tichon, ich wünsche dir ein gutes und befreites Leben in einer anderen Welt! Danke, dass ich dich kennen lernen durfte! Und deiner Mama wünsche ich, dass sie neben aller Trauer ihr buntes Leben im Blick behalten kann! ... Ich weiß, das hat sie dir schon versprochen. Leb wohl!

Brief von Nelia an ihren im September 2020 verstorbenen 8-jährigen Sohn



Ambulante Kinder- & Jugendhospizarbeit im Flächenland Niedersachsen

Kooperationen sichern umfassende hospizliche Begleitung von Familien

von Beate Weidewitsch

Um die Begleitung von Familien mit Kindern, die lebensbegrenzend oder lebensbedrohlich erkrankt sind, zu sichern, haben sich in Niedersachsen drei Netzwerke gegründet: Löwenherz Ambulant Niedersachsen, Ambulante Kinderhospizarbeit Süd-Ost-Niedersachsen SONne und das Netzwerk der Stiftung Hospizdienst Oldenburg für die Region Weser-Ems.

Im Netzwerk für die Region Weser-Ems kooperiert der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst der Stiftung Hospizdienst Oldenburg mit 12 Hospizdiensten aus der Region. Kooperation bedeutet hier, dass die Stiftung den Ambulanten Hospizdiensten in vielen Fragen zur Seite steht. Durch Unterstützung beim Aufbau eines Angebotes der Kinderhospizarbeit vor Ort, durch Schulungsangebote im Rahmen der ehrenamtlichen Familienbegleitung, durch regelmäßige Supervisionsangebote, Fachberatung, bedarfsbezogene Weiterbildungen, Vorträge zu aktuellen Themen, Weiterentwicklung von Qualitätskonzepten zur und mit Unterstützung der Familien, sowie Koordination überregionaler Begleitungsanfragen.

Seit 2017 werden viermal jährlich Workshops organisiert, um die Qualität der Arbeit im Netzwerk zu prüfen und zu optimieren. Eingeladen sind haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende aus den kooperierenden Diensten sowie betroffene Familien. Als Qualitätsinstrument wird der QuinK Qualitätsindex für Kinder- und Jugendhospizarbeit genutzt. Anfangs nur schleppend besucht, sind diese Workshops inzwischen beliebte Veranstaltungen. Das mag damit zusammenhängen, dass jede Meinung interessiert und zählt. Alle stellen sich der Herausforderung, die Vorstellungen von Qualität in Einklang mit den Ressourcen auch kleiner und kleinster Partner im Netzwerk abzugleichen.

Aus diesen Workshops heraus entstand der Wunsch, eigene Qualitätsstandards und -ansprüche auch mit anderen Hospizdiensten in Niedersachsen auszutauschen und abzugleichen.

Angeregt durch die Stiftung Hospizdienst Oldenburg, wird am 15.07.2021 unter dem Motto „Besser geht immer!“ ein Workshop mit Akteur*innen aus der ambulanten Kinder- und Jugendhospizarbeit Niedersachsen und betroffenen Familien stattfinden. Veranstaltende Organisationen sind die drei genannten Netzwerke.

Mit einem LINK auf die Webseiten der Stiftung Hospizdienst Oldenburg und Löwenherz können Sie sich schon jetzt auf der kreativen digitalen Plattform über den QuinK informieren. Eine besondere Attraktivität: Die niedersächsischen Hospizdienste haben auf der Plattform die Gelegenheit, sich einander mit einem „Amateur-Mini-Clip“ vorzustellen.

Schauen Sie selbst, wie viel Einfallsreichtum und Phantasie hier entwickelt wird! Und beteiligen Sie sich gerne selbst!

<https://hospizdienst-oldenburg.de/quink2020>

Wir nähen Mund-Nase Masken – ein Corona Kreativprojekt

von Simone Dunai

Entstanden ist die Idee Mitte März, eigentlich wollten wir nur ein paar bunte Mund-Nasen Masken für die Familien nähen, die der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst begleitet. Schnell sprach es sich herum, und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen fragten an, ob wir die Masken auch gegen eine Spende abgeben würden. Eine Idee war geboren, und wir konnten dem Spendenrückgang, der uns in der Krise hart traf, aktiv ein wenig entgegenwirken. Dies motivierte ganz viele Mitarbeitende der Stiftung und auch Menschen von außerhalb, sich an unserem Kreativprojekt zu beteiligen.

Fast täglich bekamen wir Stoffspenden, Gummibänder, Metallbügel und ganz viele selbstgenähte Masken, die in liebevoller Handarbeit mit viel Engagement hergestellt wurden. Gerade zu Beginn der Coronakrise waren die Mund-Nasen Bedeckungen Mangelware, und viele Menschen fanden den Weg in die Stiftung, um sich mit Masken zu versorgen. Die Masken fanden reißenden Absatz, und was morgens gebracht wurde, war am Abend abgegeben.

Bis Ende Mai konnten wir die stolze Spendensumme von 4661€ verzeichnen.

Allen Mitwirkenden herzlichen Dank für ihren Einsatz bei diesem tollen Projekt.



TADEA 2020

ALL INCLUSIVE - da geht noch was!

von Beate Weidewitsch

Am 15.02.2020 veranstalteten wir zum 7. Mal die Tagung zur Ambulanten Kinder- und Jugendhospizarbeit TADEA in Oldenburg, diesmal unter dem Thema „Inklusion“. Zum zweiten Mal fand sie in den wunderschönen Räumlichkeiten des Alten Landtags statt. In unserem Programm hatten wir aus unterschiedlichen Blickwinkeln auf das Thema der Dazugehörigkeit – den sense of belonging – geschaut. Begleitete Familien, ehrenamtlich Mitarbeitende, Menschen mit und ohne Einschränkungen, Fachleute und Alltagsheldinnen teilten in Vorträgen und Workshops ihr Wissen und ihre Erfahrungen.

Wir finden, die Veranstaltung war ein voller Erfolg.

Hier ein paar Stimmen dazu:

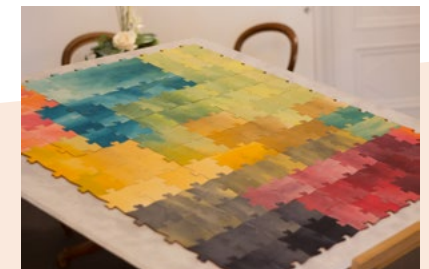
Gedanken

Auch ein gelungenes bestehendes Netzwerk braucht Neubelebung. Wir lernen miteinander und voneinander.

TADEA spiegelt in einem authentischen Rahmen das Thema und die Möglichkeiten der Hospizarbeit.

Die TADEA-Atmosphäre wirkt nachhaltig auf die Besucher (Gäste und eigene Ehrenamtliche usw.) und fördert Netzwerke.

Helga Gardewin, ehrenamtlich Mitarbeitende



Ich erinnere mich gut an die Tagung, in dem schönen Gebäude!

Für mich war die Mischung aus Zartheit und Kraft, die beide zum Thema gehören, eindrücklich!

Neben meinem eigenen Workshop zur Musik durfte ich einen zweiten selbst besuchen und zwar zum auf den ersten Blick scheinbaren Gegenteil, nämlich zum „Hospiz in Gebärdensprache“.

Seither beschäftigt mich die Kombination der beiden Bereiche immer wieder, sei es dadurch, dass Musik auch „sichtbar“ werden kann oder dass sie durch die Vibrationen noch einmal anders erlebt werden kann. Eine wichtige Bereicherung, der Respekt vor Neuem und Anderem ist positiv durch mehr Verständnis gewachsen.

Oliver Schöndube, Dipl.-Musiktherapeut (DMTG), www.musikaufraedern.de

Wie schön, dass TADEA 7 beschränkungsfrei stattfinden konnte!!!

Angenehme, freundliche Atmosphäre, bereichernde Eindrücke und Gespräche, interessierte Teilnehmer*innen, volles Seminar mit vielen Fragen bei funktionierender Technik.

Alexander Daniels, ehrenamtlich Mitarbeitender

„Vielen Dank, dass ich bei der TADEA 2020 als Referentin dabei sein durfte. Ich bin sehr dankbar, Teil dieser wundervollen Arbeit sein zu dürfen.“

Ilka Martin, Ma Vie, Budgetassistentz



JUGEND-ONLINEBERATUNG

RÜCKBLICK
2020



da-sein.de

da-sein.de: digitale Nähe in Pandemie-Zeiten

von Cordelia Wach



Digital nah sein ist zum Leitmotiv für unsere Jugendonlineberatung geworden, und somit waren wir für das Jahr 2020, aus dem das Schlagwort Digitalisierung nicht wegzudenken ist, gut aufgestellt, denn wir konnten genau das, was wir ohnehin machen, weiterhin uneingeschränkt und sogar erweitert anbieten und mussten uns keine Gedanken um „social distancing“ machen. An dieser Stelle möchte ich einen kleinen Exkurs zu der sprachlichen Anregung einer ehrenamtlichen

Kollegin machen, die mir Anfang des Jahres schrieb: „Immer wieder hört und liest man auch bei uns von „social distancing“. Wäre der Begriff „physical distancing“ nicht korrekter und treffender?“

Meine Antwort darauf ist: Ja, genau. Paradoxe Weise äußert sich derzeit Nächstenliebe in Abstandhalten. Aber genau jetzt ist es doch unsere hospizliche Aufgabe, uns sozial nicht zu distanzieren, sondern uns mit allen Mitteln danach auszurichten, soziale Nähe zu sterbenden und trauernden Menschen herzustellen und zu behalten. Die Überlebens-Frage, die uns das Virus so massiv aufzwingt, kann nicht die einzige sein, die uns als Gesellschaft bewegt. Die Frage nach den Bedingungen und der Qualität von Leben, gerade am Lebensende, muss weiter gestellt werden.

Bei da-sein.de müssen wir uns um die physische Distanzierung, das Tragen von FFP-2 Masken und Desinfektion keine Gedanken machen. Ein Luxus in diesen Zeiten. Praxisbegleitungen online durchzuführen war eine neue Erfahrung für das gesamte Team, die sich in diesem Arbeitsbereich der Stiftung Hospizdienst unkompliziert durchführen lässt. Doch auch hier, bei diesem digitalen Angebot gilt: Im Mittelpunkt stehen die jungen Menschen und unser Versuch, Nähe zu ihnen herzustellen.

Im Jahr 2020 wurden auf da-sein.de ungefähr 100 Jugendliche und junge Erwachsene bundesweit begleitet. Die Dauer der Begleitungsprozesse auf der Plattform ist dabei so unterschiedlich wie jeder Trauer- und Erkrankungsprozess selbst; sie reicht von einem Monat bis zu mehreren Jahren, und manchmal geht es auch einfach um die Beantwortung einer einzigen E-Mail.

1.165 Nachrichten wurden zwischen den Klient*innen und Peerbegleiter*innen ausgetauscht. Die Begleitungsanlässe sahen wie folgt aus: 12% der jungen Menschen, die sich an da-sein.de gewandt hatten, waren selbst lebenszeitverkürzend erkrankt. 88% haben sich als Trauernde gemeldet, den größten Teil machte die Trauer um ein Elternteil aus, gefolgt von der Trauer um verstorbene Geschwister.

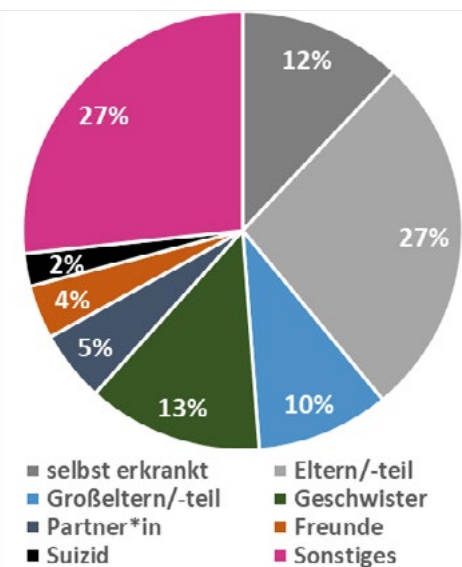
Was aber steht und steckt hinter diesen Zahlen? Eine Vielzahl an bewegten und bewegenden Lebenssituationen, die wir nun mittlerweile seit 8 Jahren bei da-sein.de begleiten dürfen. Auf den folgenden Seiten erhalten Sie Einblick in Begleitungsprozesse aus der Perspektive von zwei Peerberaterinnen.

Das Jahr war auch geprägt von der intensiven Auseinandersetzung mit dem gesamten Internet-Auftritt der Plattform. Kurz vor Jahresende konnten wir dann endlich mit der überarbeiteten und neu gestalteten Seite online gehen. Der hauptamtliche Kollege Tom Steffens zeichnet zusammen mit unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Tabea Stracke verantwortlich für das geschmeidige neue Design.

Und schließlich hat da-sein.de noch einen studentischen Podcast bekommen, der ab Herbst 2020 vorbereitet wurde. Elf Journalistik-Studierende der Jade Hochschule Wilhelmshaven haben im Rahmen ihres Praxis-Medienprojekts im Wintersemester 2020/21 unter engagierter Leitung der Dozentin Carola Schede dieses zeitgemäße Format für da-sein.de auf die Beine gestellt, um – wie sie es selbst nannten – mit den Ohren das Herz zu berühren: „Für uns war das gar kein richtiges Modul, durch das man sich durchhackern musste, sondern ein richtiges Herzensprojekt, dem man auch gerne seine Freizeit widmen würde“, sagt die Studierende Anna-Lena Sprengel. Bei dem neuen Podcast handelt es sich um Beiträge zum Anhören, die seit dem 15.01.2021 serienartig und regelmäßig erscheinen (derzeit alle zwei Wochen) und einer thematischen Struktur folgen. Die Folgen beschäftigen sich mit Menschen und Geschichten rund um da-sein.de: Erkrankung, Trauer, Suizid, Abschied, Verständnis ... Vor allem bewegende Geschichten aus den eigenen Reihen finden hier ihren Platz. Wie ist es zum Beispiel, inmitten einer Pandemie nach Italien zu reisen, um einen guten Freund ein letztes Mal sehen zu können? Die einzelnen Folgen können über die Homepage von da-sein.de, Spotify, YouTube und die meisten gängigen Musikstreaming-Plattformen aufgerufen werden.

Vieles, was im Bereich der Jugendonlineberatung möglich war, ist auch dem Engagement unserer Patinnen und Paten zu verdanken. Obwohl das Pandemie-Jahr 2020 kein gutes für Spendenaufkommen war, ist es uns gelungen, neue Patenschaften zu generieren und bestehende zu festigen. Derzeit zählt die Kampagne „Jung, sterbend, trauernd ... sucht“ ungefähr 50 Patenschaften, was sich der Zielmarke 75, die wir uns gesteckt hatten, schon solide nähert.

Blieben wir uns verbunden, analog, digital und vor allem als Menschen im zugewandten und zuversichtlichen Miteinander als Teil einer mutigen Zivilgesellschaft.



Das Ende immer im Blick - Ein Erfahrungsbericht

von Annika Möhlenbrock

„Wie mache ich mich am besten überflüssig?“

Das ist eine Frage, die man sich normalerweise nicht als erstes stellt, wenn man in Kontakt mit neuen Menschen tritt. Als Gesundheits- und Krankenpflegerin auf der Neurologischen Frührehabilitation sehe ich mich immerhin beruflich häufig mit dieser Frage konfrontiert. Nichtsdestotrotz ist es für mich jedes Mal aufs Neue eine Herausforderung, bei der Übernahme einer neuen Begleitung die Frage zu stellen „Halte ich das Problem per E-Mail für lösbar?“



Als Peerberaterin auf da-sein.de sehe ich mich oft mit dem Thema „Abschied“ konfrontiert. Mit dem Abschied vom Leben, dem Abschied von Verstorbenen. Eigentlich müsste ich doch genau wissen, wie man sich am besten verabschiedet. Aber das tue ich nicht. So individuell wie wir Menschen sind, so individuell gestaltet sich auch jeder Abschied. Das habe auch ich gelernt. Manche Begleitungen haben einfach aus dem Nichts ein Ende gefunden. Oft kam von Seiten der Begleiteten irgendwann keine Antwort mehr, und die Begleitung ist im Sand verlaufen. Ich hoffe dann immer, dass die Plattform ihnen eine Stütze war, aber ganz wissen werde ich es nicht. Das ist manchmal gar nicht so einfach. Immerhin haben auch wir den/die Klient*in in unser Leben und in unsere Gedanken gelassen.

Als es nach eineinhalb Jahren an der Zeit war, das Ende meiner ersten Begleitung einzuleiten, war auch für mich das Thema Abschied auf einmal eine richtige Herausforderung. Tausend Gedanken schwirrten mir im Kopf. Ist es wirklich der richtige Zeitpunkt, um die Begleitung zu beenden? Ist die Begleitete wirklich schon so weit? Wann ist der richtige Zeitpunkt? Lasse ich meine Klientin vielleicht mit dieser Entscheidung im Stich? Ich habe gedacht, dass sich so Eltern fühlen müssen, wenn sie ihre Kinder in die große weite Welt schicken. Das, was sich im Vorbereitungsseminar bei Cordelia Wach und Julia Narosch so selbstverständlich und einfach angehört hat, war praktisch auf einmal dann doch viel schwieriger umzusetzen als gedacht.

Ordnung in das Chaos an Gedanken hat mir die Supervision gebracht. Eine einfache Übung hat mich verstehen lassen, dass die Reflexionsfähigkeit meiner Klientin eine so unheimlich große Ressource für sie selbst ist, dass ich mittlerweile als eine Art „Tagebuch“ überflüssig geworden bin. Und das ist gut so! Meine Klientin hat sich aus dem tiefen Loch, in das sie nach dem plötzlichen Tod ihres Lebenspartners gefallen ist, Stufe für Stufe wieder ins Licht gekämpft. Es war schön, mitzuerleben, wie sie Angeboten offen gegenüber stand, sich langsam wieder ein neues, eigenes Leben aufgebaut und die Hilfe von außen für den Ausbau ihrer psychischen Selbstständigkeit nutzen konnte. Sie hat Zukunftspläne gemacht, diese mit mir geteilt, und die Nachrichten wurden irgendwann immer kürzer. Sie war bereit. Und das fand zum Glück nicht nur ich. Selbst wieder auf eigenen Beinen zu stehen. Sich nicht abhängig zu machen. Das war ihr Ziel und das hat sie erreicht. Und das freut mich mindestens genauso wie es meine Klientin freut. Und sollten doch einmal wieder graue Wolken aufkommen, weiß sie, dass wir nur einen Mausklick entfernt sind.

Diese Begleitung hat mir gezeigt, dass ein Ziel immer wichtig ist, aber der Weg dahin, obgleich er doch so anstrengend sein mag, lehrreich und bereichernd ist.

„Als es nach eineinhalb Jahren an der Zeit war, das Ende meiner ersten Begleitung einzuleiten, war auch für mich das Thema Abschied auf einmal eine richtige Herausforderung.“

Manchem Ende wohnt ein Anfang inne...

von Lucia Christians

Sechs Jahre lang stand ich als ehrenamtliche Peerbegleiterin bei dem Online-Trauerangebot da-sein.de im regelmäßigen Austausch mit lebensverkürzend erkrankten, sterbenden und trauernden jungen Menschen – und dabei auch den größten Teil meiner Studienzeit. Ich hätte mir keinen besseren Lernort für meine künftige Arbeit als Ärztin wünschen können. Denn hier konnte ich viel von dem finden, was mir in meinen Praxiserfahrungen in der Klinik oft fehlte, so sehr, dass zu der Begeisterung für den Beruf immer mehr auch Zweifel hinzukamen.

Wie viele andere im Gesundheitssystem Tätige, befinde ich mich als Medizinstudentin in einem beinahe unüberwindbar erscheinenden Spannungsverhältnis: Zwischen ökonomischen Anforderungen und eigenen Werten. Zwischen dem, was mir selbst sinnvoll und hilfreich erscheint, und dem, was zeitliche und strukturelle Gegebenheiten erfordern. Zwischen dem, wie es ist, und dem, wie es sein könnte. Und nicht zuletzt zwischen meinen eigenen medizinischen Möglichkeiten und den politischen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen, die oft mehr über Gesundheit und Krankheit entscheiden, als meine klinisch-praktische Tätigkeit heilen könnte.

In dieser inneren Auseinandersetzung war es sehr bestärkend und inspirierend, die Hospizarbeit in der Stiftung Hospizarbeit Oldenburg kennen zu lernen. Hier ging es nicht um schnelle Lösungen, sondern um's Da-sein und Zuhören. Hier waren teilnehmendes Schweigen, mitfühlende Traurigkeit und lebensfrohe Leichtigkeit kein Widerspruch – und sogar essentieller Teil der Arbeit. Hier konnte ich eine strukturierte und qualitätsorientierte Herangehensweise erleben, die gleichzeitig durchströmt ist von einer Hinwendung zum Menschen und der undogmatischen Orientierung an dem, was gerade gebraucht wird. Hier wurden tiefgehende Fragen und Spiritualität nicht ausgeklammert, aber auch keine einfachen Wahrheiten oder zu kurz gegriffene Erklärungen gesucht. Hier erfuhr ich Wertschätzung und Anerkennung für Empathiefähigkeit und Sensibilität, und nicht nur für Intelligenz, Lernkompetenz und Schnelligkeit. Hier wurde mir in dem mich fortwährend begleitenden inneren Zwiespalt zwischen professioneller Distanz und zwischenmenschlicher Anteilnahme ein Weg aufgezeigt, der weder über meine Grenzen geht, noch nur in ängstlicher Ferne vom Leid meines Gegenübers verbleibt.

Nun höre ich im Alter von 30 Jahren auf bei da-sein.de, das ja als Angebot von und für Jugendliche und junge Erwachsene von der Idee der Begleitung von gleich (jung) zu gleich (jung) getragen wird. Aber die Hospizarbeit werde ich trotzdem nicht hinter mir lassen, denn ich darf diesen Sommer die Weiterbildung zur Trauer- und Sterbebegleiterin für Erwachsene beginnen und bin sehr gespannt auf neue Anregungen und Herausforderungen.

Aus der Zeit bei da-sein.de nehme ich vor allem Dankbarkeit mit: für die großartige Arbeit, die von den Hauptamtlichen der Stiftung Hospizdienst geleistet wird; für das vielfältige und unterstützende Team; für die vielen lehrreichen, Mut machenden, traurigen, lustigen und schönen Impulse und Erfahrungen, die ich in dieser Zeit erleben durfte. Insbesondere behalte ich auch die eindrücklichen, persönlichen Nachrichten meiner Klient*innen in dankbarer Erinnerung, deren Vertrauen und Offenheit in eine „unsichtbare“ Person am anderen Ende der Internetleitung mich oft erstaunte und berührte und deren immer wieder neu und unvorhersehbare Antworten und Themen mir ein um's andere Mal zeigten, wie wenig eigentlich „feststeht“ und wie vielfältig stattdessen unsere Lebens-, Trauer- und Sterbewege sind.

Eine Erinnerung berührt mich besonders, und zwar ein Brief, den eine Klientin mir kurz vor ihrem Tod geschrieben hatte – und dieses Bild, das sie mir dazu gemalt hat.

Wir hatten gerade einmal ein paar Monate geschrieben. Und doch war in der Zeit so viel passiert, in der Entfernung so viel Nähe entstanden. Der Brief bringt mich jedes Mal zum Weinen. Und ist trotzdem eines der schönsten Geschenke, das ich je bekommen habe.



TRAUER

RÜCKBLICK
2020



Trauerbegleitung

von Renate Lohmann

Der Bereich Trauerbegleitung erfährt jährlich mehr Nachfrage durch Menschen in Trauer. Die gesellschaftliche Entwicklung mit der scheinbar wachsenden Bereitschaft des/der Einzelnen, sich in bestimmten Lebensphasen Unterstützung zu holen und/oder mit gleich Betroffenen in den Austausch zu gehen, wird wohl einer der Gründe dafür sein.

Eine andere Entwicklung kann auch daher leiten, dass der allgemeine Leistungsdruck und Selbstopтимierungsanforderungen dazu aufrufen, schnell nach einem Tod in der Familie wieder leistungsfähig sein zu müssen. Sich Zeit für ein Trauerjahr nehmen zu können, um in eine neue Lebenssituation hinein zu wachsen und eine vergangene Lebensverortung verabschieden zu können, ist im alltäglichen Leben kaum noch vorstellbar. Im vergangenen Jahr sind all diese gesellschaftlichen Ströme scheinbar ausgesetzt und einer gesamtgesellschaftlichen Hab-Acht-Stellung mit Abstandhalten gewichen. Ob diese Haltungen und Handlungen notwendig waren oder nicht, die Umstände der Abschiednahmen haben vielfach zu besonderem Leid geführt. Auch dadurch mag die gestiegene Anzahl von

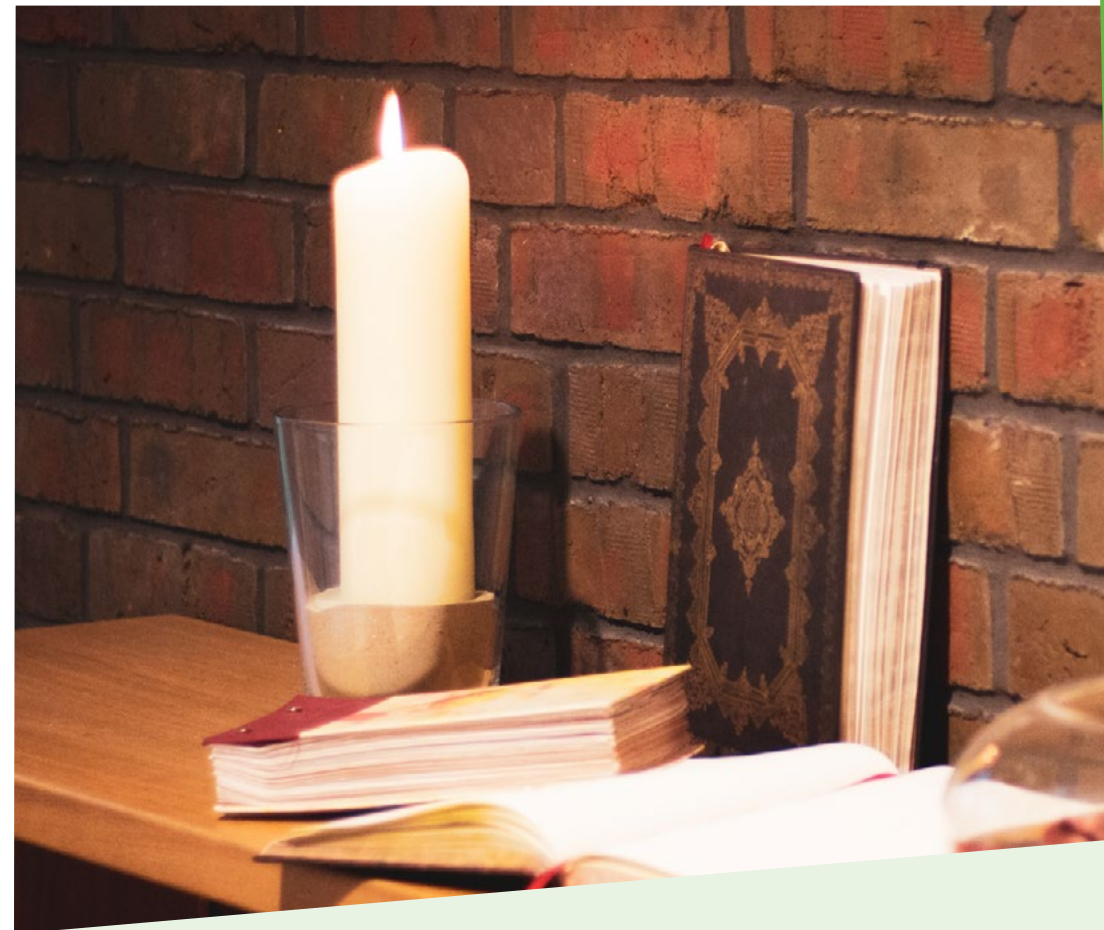
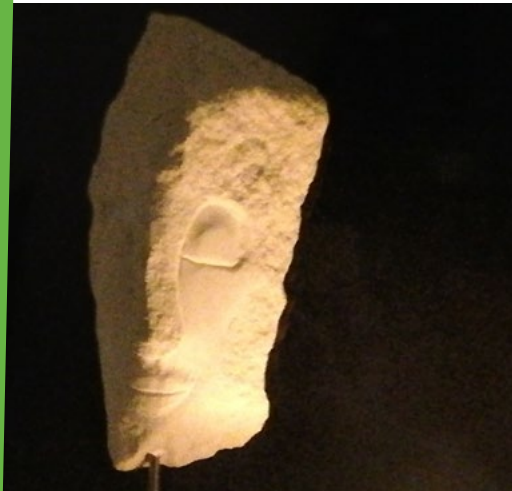
Begleitungen und Beratungen im zweiten Halbjahr erklärt werden können.

Unser Anliegen ist: In Kontakt gehen, einen Ort, eine Zeit und einen emotionalen Raum bereitstellen, dabei keine Vertröstungen verbalisieren, sondern einfach da-sein. Das ist auch in diesem Bereich unsere Basis.

Nach den Einzelgesprächen gibt es die Möglichkeit, in eine der vielen Gruppenangebote zu wechseln. Diese Gruppenangebote richten sich an verschiedene Zielgruppen: verwaiste Eltern, junge Erwachsene, Angehörige nach Suizid und Wochenendangebote für Frauen. Andere sind an eine bestimmte Zeit gebunden, vormittags oder abends oder unterscheiden sich durch die Methode wie Spaziergang, Imagination und Gruppengespräch.

Die Mitarbeitenden im Bereich Trauer, ob Ehren- oder Hauptamt, sind auch 2021 für Menschen in Trauer da.

“Sich Zeit für ein Trauerjahr nehmen zu können, um in eine neue Lebenssituation hinein zu wachsen und eine vergangene Lebensverortung verabschieden zu können, ist im alltäglichen Leben kaum noch vorstellbar.”



Jede*r für sich und trotzdem gemeinsam

von Lucia Loimayr-Wieland

Wo bleiben die Erinnerungen an all die alten und jungen Menschen aus unseren unterschiedlichen Begleitungen? Was bedeuten die Kerzen und Bücher, warum brennen Teelichter in der Schale... und immer frische Blumen? Woher kommen die bunten Kerzen in den Beratungsräumen und was geschieht in der Gedenkstunde?

In der letzten Jahresschrift 2019 habe ich beschrieben, welche Bedeutung der „Tresen“ und die sich darauf befindende große Kerze, die Schale mit den schwimmenden Lichtern und die Bücher für uns haben. Aus gegebenem Anlass beschreibe ich heute unsere Gedenkstunden im Haus. Denn durch die Corona-Pandemie haben wir die Gedenkstunde am 25.03.2020 abgesagt. Es sind gerade ein paar Tage vergangen, da ich die Briefe an alle Zugehörigen weggeschickt habe, mit Grüßen und guten Wünschen, einer schönen Karte und der Bitte um Verständnis.

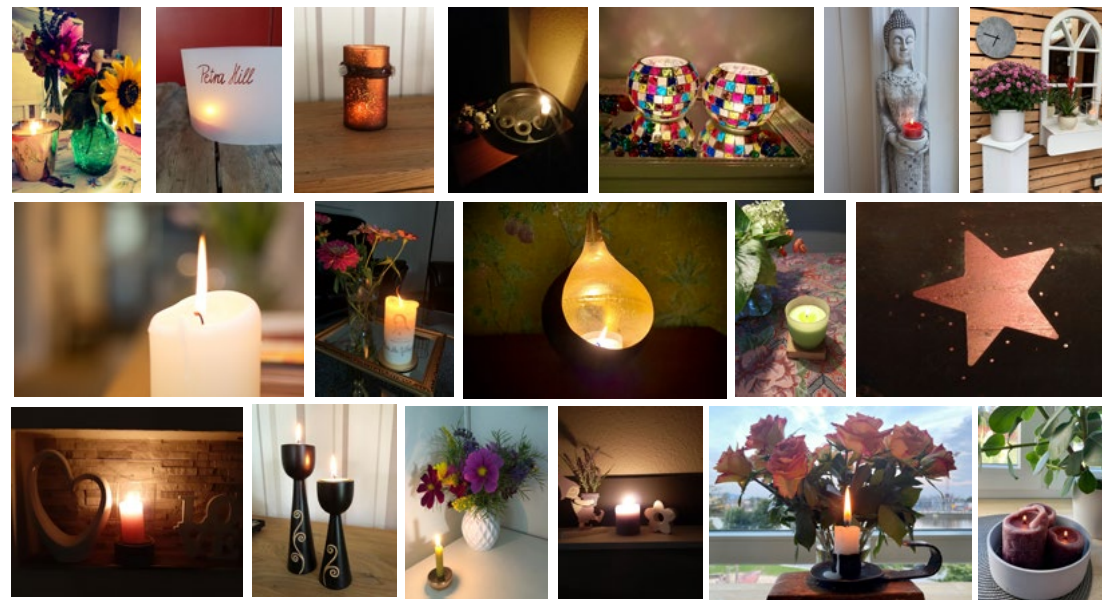
Gedenkstunden machen wir zweimal im Jahreskreis, ein gemeinsames Erinnern der Verstorbenen des vergangenen Halbjahrs. Einmal im Frühjahr, meist März und einmal im Herbst, meist September. Fünf Wochen vor der Gedenkstunde bekommen alle Zugehörigen eine Einladungskarte von uns. Zeitgleich versuchen wir, alle unsere Mitarbeitenden dahingehend zu motivieren, mit den Familien noch einmal in Kontakt zu gehen und auf die Gedenkstunde aufmerksam zu machen, sich vielleicht dort zu verabreden. Für manche Zugehörige kommt diese Einladung zu einem sehr passenden Zeitpunkt, für manche vielleicht nicht. Für uns Mitarbeitende ist es eine zusätzliche Möglichkeit, Begleitungen emotional noch einmal durchzudenken, abzurunden und abzuschließen.

Für die Gedenkstunden ist unser großer Seminarraum im ersten Stock vorbereitet. Die Stühle stehen mit Blick zur Mitte, in Form eines vierblättrigen Kleeblattes ausgerichtet, ein Programmblatt liegt darauf. In der Mitte stehen auf einem großen Messingteller vier unterschiedlich lange, elfenbeinfarbene Kerzen. Sie wurden noch nicht entzündet. Auf einem hohen Kerzenständer steht unsere bunte TADEA Kerze, sie brennt bereits. Die Gäste werden unten an der Eingangstür empfangen, so wie wir gerne unsere Gäste begrüßen, mit einem Händedruck und einigen Worten des Willkommenseins. Die Gäste werden in Ruhe in den ersten Stock geleitet und dort an der Tür noch einmal in Empfang genommen und in den Raum gebracht, der die Menschen dann in seiner Stille empfängt.

Nachdem uns die Pandemiebeschränkungen das ganze Jahr und wohl darüber hinaus beschäftigen, wollten wir allen Familien, die wir begleiten durften und auch uns selber, eine Möglichkeit des gemeinsamen Erinnerns anbieten: „Jede*r für sich und trotzdem gemeinsam“. Alle Familien haben von uns einen persönlichen Brief bekommen, der eine Kerzenhülle aus Pergament enthielt, auf die uns Sabine Kortenhaus mit ihrer schönen Schrift jeweils den Namen der verstorbenen Person geschrieben hat. Alle ehrenamtlich Mitarbeitenden, die in der Begleitung waren und sich von jemanden verabschieden mussten, haben ebenso einen Brief bekommen. Manchmal auch mit einem Namen, stellvertretend für Familienzugehörige.

Wir haben uns verabredet, am Tag der Gedenkstunde, um 18:00 Uhr an dem Ort, wo jede*r für sich gerne sein wollte, eine Kerze anzuzünden. Viele brennende Kerzen zum selben Zeitpunkt. Jede*r für sich und trotzdem gemeinsam. Wer Musik dazu hören wollte, konnte das über unser Website tun. Das Duo Intrada hat einige Musikstücke aufgenommen und zur Verfügung gestellt. Der Einladung, ein Foto der brennenden Kerze zu schicken, sind einige Menschen nachgekommen. Zu sehen sind die schönen Bilder auf Facebook.

Nach einer kurzen Begrüßung hören wir Musik. Der musikalische Beitrag wird vom Duo Intrada gestaltet, mit Manfred Deinert an der Klarinette und Olaf Drewes am Klavier. Einfühlsam und wunderschön sind ihre Beiträge. Wir sitzen fast in der Musik, und sie rührt bis an die Knochenhaut und an unterschiedlichsten Emotionen. Mitarbeitende aus dem Haupt- und Ehrenamt lesen zwei Texte über die vielfältigen Möglichkeiten des Erinnerns. Mut machend, Schmerz beschreibend, Texte wo jemand in der Lage war, zu beschreiben, was viele fühlen. Als zentrales Element werden in vier Abschnitten die Namen der Verstorbenen gelesen. Jeder Abschnitt ist in das Entzünden einer Kerze und stiller Musik eingebettet. Zum Abschluss singen wir gemeinsam Bonhoeffers wunderschönes Lied, Von guten Mächten. Die Einladung zum anschließenden Zusammensein bei Kaffee, Tee und Butterkuchen wird wiederholt, die großen Flügeltüren werden geöffnet, und an der Tür wird noch eine kleine Karte als Erinnerung an diesen gemeinsamen Abend ausgeteilt. Viele bleiben noch, erzählen, kommen miteinander ins Gespräch, suchen ihre Angehörigen in den Gedenkbüchern am Tresen, freuen sich an den frischen Blumen und am süßen Kuchen. Es ist ein großes gemeinsames Durchatmen zu spüren. Wir sind im Leben und tragen gemeinsam. Alle sind wir in diesen Augenblicken unmaskiert und berührbar. Das ist eine sehr besondere Stimmung.



Raum schaffen für Begegnung

Trauerforum bei den Gemeinnützigen Werkstätten

von Antje Wagner

Da ist jemand traurig...

Da ist jemand sehr krank oder sehr alt...

Da ist auf einmal ein Platz frei...

Ich bin gerade selbst ergriffen...



Das sind ein nur paar Situationen, die wir alle kennen und die uns bewegen. Oft fragen wir uns, ob wir richtig handeln oder ob wir die richtigen Worte finden. Mit diesen Fragen und Gedanken wollten wir nicht mehr alleine sein. Aus diesem Grund haben sich Interessierte aus dem Arbeits- und Wohnbereich sowie vom Werkstatttrat und der Frauenbeauftragten zusammengetan, um diesen Fragen nachzugehen. Auch wenn sich herausstellte, dass wir gemeinsam über einen großen Erfahrungsschatz verfügen, bemerkten wir dennoch schnell, dass wir zusätzliche Informationen benötigen. Nach einer Fortbildung bei Loimayr-Wieland begann eine für uns sehr wertvolle Zusammenarbeit mit der Stiftung Hospizdienst Oldenburg. Hieraus entstanden Angebote wie die inklusive Trauergruppe „Auf eigenen Spuren“, welche von Frau Loimayr-Wieland begleitet wird. Einige Mitarbeitende besuchten Fachtagungen, stellten Materialien zusammen, welche uns in Gesprächen hilfreich sein können und entwickelten gemeinsam einen Leitfaden mit Ideen, wie wir mit bewegenden Situationen umgehen können. Wir sind neugierig

geworden und möchten unsere Möglichkeiten gut kennen. Wir möchten Situationen gut gestalten und Raum schaffen, um über die Dinge zu sprechen, die uns traurig oder hilflos machen. Darüber hinaus wünschen wir uns, ein Angebot wie ein Trauercafé zukünftig bei uns in der Werkstatt anbieten zu können. Auch wenn sich durch die Pandemie einige Projekte etwas verzögern, halten wir an unseren Plänen zuversichtlich fest, damit keine*r mit seinen Fragen und Gedanken alleine bleibt, denn gemeinsam lässt sich alles besser tragen. Wir freuen uns sehr auf die weitere Zusammenarbeit mit der Stiftung Hospizdienst Oldenburg und auf bereichernde Augenblicke in unserem Alltag.

Bericht einer Angehörigen

von Frau Erburt



Der 24. Mai 2020 war ein Albtraum für meine Kinder - und ist mir ein Tag voller Sorgen geworden. Morgens habe ich meinen Mann wegen Bluthochdruck und Schmerzen ins Krankenhaus gefahren. Da er schon lange (6 Jahre) starke Schmerzen in den Knochen hatte, machte ich mir eigentlich keine großen Sorgen. Er war ja im Februar 2020 beim Röntgen. „Alles in Ordnung“ sagte der Arzt, nur Verschleiß an den Knochen. Aber alles kam viel schlimmer. Im Krankenhaus stellte sich heraus, dass mein Mann Knochen-, Leber- und Lungenkrebs hatte. Metastasen überall, Knochenbrüche an Brustwirbel und Rücken, eigentlich überall. Wir wollten den Kampf aufnehmen, aber alles lief ganz anders.

Ich habe meinen Mann die ganze Zeit begleitet. Seinen Wunsch, nach Hause zu kommen. Die Kinder und ich haben die ganze Wohnung umgestellt, um seinen Wunsch zu erfüllen.

29. Juni, endlich 16.00 Uhr, er kommt nach Hause. Am 01. Juli um 18:56 Uhr ist er eingeschlafen. Weckt mich bitte auf aus diesem Albtraum. Ich konnte nicht mehr klar denken, nicht weinen, essen oder jemanden um mich haben. Nur niemanden zeigen, dass du trauerst, stark sein für die Kinder. Eine Woche nach der Beerdigung bin ich wieder arbeiten gegangen, alles lief wie in Zeitlupe ab. Nur niemandem zeigen, dass deine Seele trauert. Alles lief perfekt bis zum 1. September. Eine kleine Berührung an meiner Hand, und ich konnte nur noch weinen. Ich wusste, ich brauche Hilfe, ich schaffe es nicht alleine, mich zu befreien.

Meine Arbeitskollegin erzählte mir von der Trauerbegleitung. Ich bin Gott dankbar, dass ich diesen Schritt gemacht habe und angerufen habe. Die liebevolle Art und das freundliche Miteinander haben mir sehr geholfen. Die lieben Gespräche, ich kann jemandem alles erzählen, und man hört zu und versteht mich. Ich bin dankbar. Dankbar, weinen und wieder lachen zu können. Ich weiß, dass der Schmerz und die Trauer nie vergehen, aber ich lerne, damit umzugehen. Ich mache jeden Tag einen Schritt weiter und versuche, mein Leben neu zu gestalten. Ich hoffe, dass ich wieder der Mensch werden kann, der ich mal war. Meine Fröhlichkeit habe ich noch nicht wiedergefunden, aber mit meiner Trauer kann ich etwas besser umgehen.

05. Oktober 2020

Die Sprachlosigkeit mit Worten füllen

Begleitet - Verstanden - Gehalten

von Maria

Jannes wurde 41 Tage alt. Zwar wussten wir schon während der Schwangerschaft, dass er neben einer Trisomie 21 einen Herzfehler und sehr wahrscheinlich eine Speiseröhrenproblematik haben würde – die Möglichkeit, dass er sterben könnte, haben wir aber bis zuletzt weitestgehend verdrängt. Im Nachhinein ist es offensichtlich: es war zu viel... Mit 3 Tagen eine sechsstündige OP an der Speiseröhre, Thoraxdrainagen, fast durchweg beatmet und ernährt über die Magensonde, Diskussion über Dialyse bei Nierenversagen usw... Und trotzdem war die Hoffnung bis zuletzt für uns grösser, als der schmerzhaften Wahrheit ins Gesicht zu sehen. Wir hätten gekämpft für ihn, auch wenn es für unsere knapp zweijährige Tochter, für uns als Eltern, als Paar und als Familie ein sehr schwerer Weg geworden wäre. Aber wir haben ganz bewusst schon in der frühen Schwangerschaft JA zu ihm gesagt.

Jannes war durchweg auf der Kinderintensivstation, und durch Corona waren die Bedingungen zusätzlich schwer. Ich habe ihn durch die Schläuche und Geräte erst kuscheln dürfen, als er tot war. Er hat uns nur mit Mundschutz kennengelernt, die Gerüche und Geräusche eines Krankenhauses waren sein Alltag. Und doch hat er sich uns als Familie ausgesucht, wir durften ihn von der ersten bis zur letzten Sekunde seines kurzen Lebens begleiten, und er ist friedlich zwischen uns eingeschlafen.

Heute bin ich froh, dass ich sehr schnell die Kraft hatte, Hilfe zu suchen. Knapp 3 Wochen nach Jannes Tod hatte ich das erste Trauergespräch bei Frau Loimayr-Wieland, gefolgt von weiteren Einzelgesprächen und mittlerweile auch alle 2 Wochen die Trauergruppe für Eltern, deren Kinder sehr früh verstorben sind, bei der Stiftung Hospizdienst. Die Kraft, morgens aufzustehen - trotz des Wissens, dass unsere Tochter mich braucht - fehlte mir rund 6 Wochen nach Jannes Tod nämlich fast. In den Gesprächen wurde mir vieles klar und trotz sehr unterschiedlicher Verluste der anderen Eltern ist das gegenseitige Verstehen und der offene Umgang in dem geschützten Rahmen der Trauergruppe sehr hilfreich. Endlich fühlte ich mich bedingungslos verstanden, viele Selbstzweifel konnten als „ganz normale Trauerreaktion“ relativiert, Fragen zu Bedenken beantwortet werden und vor allem gibt es einen Ort und eine Zeit nur für unser kleines Sternchen. Gerade mit einem zweijährigen Flitzebogen zu Hause und einem Mann, der vollkommen anders trauert, bleibt nicht viel Raum für die Trauer um Jannes. Es tut gut, mich ausschließlich mit unserem kleinen Prinzen zu beschäftigen. Die Erzählungen über ihn helfen mir, vieles bewusster zu sehen. Daher sind die Treffen mit Frau Loimayr-Wieland und den anderen Eltern ein Ziel, auf dass ich hinsteuern und auf das ich mich sogar freuen kann. Ich bin sicher, dass sie eine große Rolle spielen werden, wenn ich hoffentlich eines Tages sagen kann: Es ist schlimm, aber es ist ok und hatte seinen Sinn, dass Jannes so früh gehen musste. In unserem Herzen wird er immer seinen festen Platz haben!

Herbst 2020

Trauerbegleitung bei der Stiftung Hospizdienst

von Willi K.



Wir begegneten uns beim OTB. Ich hatte einige Wochen gefehlt. Meine Frau war gestorben, und ich erzählte es meinen Sportsfreunden, wo auch Christa hinzu gekommen war in unsere Gruppe. Sie sprach mich an und erzählte mir, dass sie bei der Stiftung Hospizdienst tätig sei, als Trauerbegleiterin. Sie fragte mich, ob ich Hilfe haben möchte. Ich stimmte zu, denn ich war sehr einsam und traurig. Immer nur hörte ich „Du musst stark sein!“ Das wollte ich aber nicht. Trauern und weinen wollte ich. Meine liebe Frau Helga war gegangen.

Das erste Mal mit Christa war ich etwas gehemmt, aber das gab sich sehr schnell, da es mir guttat, mit ihr zu sprechen. Alles löste sich, ich merkte, sie fühlt mir dir, sogar weinen konnte ich. Es sind einige Wochen vergangen, und mir geht es dank Christa sehr gut.

Ich freue mich auf jeden Donnerstag, wenn wir uns treffen.

Danke Stiftung Hospizdienst, danke Christa

Trauercafé

von Marion Büsselmann, Elisabeth Hanken, Gaby Hünnekens & Petra Schlette

*„Wenn oben nicht mehr oben ist
die Mitte nach außen gerückt
wenn gute Wünsche wie eine Farce
und ein Sonntag wie Nebel wirkt
wenn nichts mehr ist wie es vorher war
dann wünsche ich dir Menschen
die wie ein Ring um dich sind
damit du nicht fällst!“*

(Ludwig Kugler)

Das Trauercafé, eine offene Begegnungsmöglichkeit für Menschen in Trauer, findet immer am letzten Sonntag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr in der Stiftung Hospizdienst Oldenburg statt. Dieses Jahr war alles anders! Von März bis Juli durfte unser Café nicht öffnen. Uns vier Ehrenamtlichen hat in dieser Zeit der Kontakt zu unseren Gästen sehr gefehlt. Diese gemeinschaftliche Zusammenkunft wurde aber auch von den Trauernden vermisst. Hierzu ein Zitat aus einem Brief, der uns erreicht hat:

„Wir denken an Sie! Die monatlichen Treffen beim Trauercafé in Oldenburg vermissen wir sehr. Wir waren immer dankbar, kommen zu dürfen, Kontakt zu anderen Trauernden zu finden und von unserer Tochter erzählen zu dürfen.“

Und Corona stellt uns noch vor weitere Herausforderungen. Aufgrund der großen Nachfrage von Trauernden können wir unsere Treffen nicht mehr so wie gewohnt durchführen. Da eine maximale Personenanzahl vorgegeben ist, mussten wir die Gruppe teilen. Diejenigen, die uns schon einen längeren Zeitraum besuchen, werden sich zukünftig in den Räumen der Stiftung selbst organisieren. Die neue Gruppe wird durch uns Ehrenamtliche bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen begleitet. Hierfür nochmals einen herzlichsten Dank an alle Ehrenamtlichen, die ihren Kuchen regelmäßig zu unserem Trauercafé bringen. Wir wünschen uns und Ihnen allen in dieser neuen Situation die Begegnungen, die Sie brauchen, auf Distanz, jedoch mit gefühlter Nähe!



Trauer – Ein ungebetener Gast

von Renate Lohmann



Trauer verhält sich wie ein ungebetener Gast.

Steht unerwartet vor der Tür.

Klingelt oder tritt einfach ein, über die Terrassentür oder ein offen gelassenes Fenster.

Ist da – einfach da!

Dabei bin ich noch in Socken, habe mein Nachthemd noch an und das Haus ist nicht gerichtet. Ich bin noch nicht soweit – nicht vorbereitet – nein, das geht jetzt nicht!

Das macht nichts. Die Trauer ist geduldig und bleibt vor der Tür stehen oder in der Zimmerecke. Wartet. Schaut. Und ist da. Trauer breitet sich aus, ob ich will oder nicht. Egal wohin ich schaue oder mich setzen will, da ist sie schon.

Ich hau auf sie drauf, geh einfach weg, sperre sie in den Keller.

Sie bleibt.

Sie ist flexibel und passt sich an, hält mich fest und schüttelt mich.

Ich will sie nicht! Sie soll gar nicht da sein! Weg! LASS MICH IN RUHE!

Wenn ich' s doch nicht ändern kann. Wenn sie doch sowieso da ist. Wenn sie doch einfach nicht gehen will!

Ja, dann lad ich sie halt ein. Biete ihr einen Platz, Tee und Plätzchen an. Frag sie, wie' s ihr geht. Was sie mir zu sagen hat. Nehme sie in den Arm und weine mit ihr gemeinsam. Erinnerung mit ihr an Zeiten, als sie noch nicht da war und streite mit ihr darüber, wie viel Zeit sie beanspruchen darf.

Und manchmal, ja ganz manchmal malen wir uns gemeinsam die Zeit aus, in der sie nur noch ganz selten da sein wird. Zeiten, in denen sie vorbeikommt, eingeladen und willkommen oder überraschend, einfach kurz mal so.

Trauer – Du stehst jetzt auf meiner Gästeliste!

Begleitung in Zeiten der Trauer durch ehren- und hauptamtlich Mitarbeitende der Stiftung Hospizdienst Oldenburg finden Sie im Veranstaltungskalender 2021 auf hospizdienst-oldenburg.de, da-sein.de und persönlich unter 0441 770 346 0.

FORTBILDUNGEN

RÜCKBLICK
2020



„Sterbebegleitung – Nein, das könnte ich nicht!“

von Renate Lohmann

Sterbebegleitung – Nein, das könnte ich nicht! ist eine Aussage, die viele Mitarbeitende der Stiftung immer wieder hören, wenn sie in ihrem sozialen Umkreis berichten, dass sie sich in der Stiftung Hospizdienst Oldenburg engagieren. Einige haben genau diese Gedanken gehabt, als sie sich auf den Weg gemacht haben und in Kontakt getreten sind, in der Regel über Telefon oder E-Mail mit einer Koordinatorin. Erste Fragen konnten dabei geklärt und vorhandene Zweifel überwiegend ausgeräumt werden. Weitere Aspekte wurden in einem persönlichen Gespräch im Haus der Stiftung besprochen, auch die, ob eine Sterbebegleitung überhaupt möglich ist, wie viel Zeit, Zutrauen und Erfahrungen zur Verfügung stehen und auch, ob und wenn ja, welche Zweifel noch bestehen. Nach diesen Vorgesprächen und verbindlichen Anmeldungen startete im Sommer 2020 der Vorbereitungskurs zur ehrenamtlichen Mitarbeit im ambulanten Hospizbereich.



In den letzten 20 Jahren nahmen meist 16 – 18 Menschen jährlich an diesen Kursen teil. Entsprechend der Verordnungen zur Pandemie konnten in dem vergangenen Jahr nur 12 Interessierte teilnehmen. Auch methodisch musste es Anpassungen geben, die wunderbaren zusammengestellten Mittagbuffets mit viel Nähe, Gesprächen, Ahhs und Ohhs in der Küche durften nicht sein. Handmassagen konnten nur mit Handschuh und abgewandtem Gesicht genossen, praktische Mundpflege nachempfinden, musste auf theoretischen Austausch begrenzt werden, enge Zuwendung und erhellende Diskussionen in kleinen nahen Gruppen mussten mit körperlicher Distanz erlebt werden. Viel Disziplin und Kreativität war von Nöten. Und es ist gelungen!

Nähe erfahren, sich angenommen und wertgeschätzt fühlen, ein Gegenüber haben, erzählen und wachsen können durch Zuhören war und ist möglich, auch mit körperlicher Distanz, allerdings schon in einer räumlichen Anwesenheit. Zoom-Konferenzen haben wir bewusst nicht durchgeführt. Ob das ein Medium sein wird, das wir einbauen müssen, werden wir gemeinsam 2021 erproben.

Das Angebot für Ehrenamtliche der Stiftung Hospizdienst Oldenburg, weitere Hospizdienste im Umland, Fachkräfte und Interessierte wurde auch 2020 sehr gut angenommen. Aufgrund der Verordnungen zur Eindämmung der Pandemie konnten einige geplante Vorhaben nicht in vollem Umfang realisiert werden. Zur Durchführung war es notwendig, auf digitale Wege zu erweitern. Wir haben gemeinsam viel gelernt. Eine besondere Erfahrung war die Kooperation mit dem offenen Kanal O1. Der Diskussionsabend zur Suizidprävention mit Herrn Heilig wurde als Talkrunde gestaltet und hat viel Aufmerksamkeit erreicht. Die Anzahl der Teilnehmenden musste allgemein reduziert werden, damit die Abstände eingehalten werden konnten. Auch hierdurch konnten wir viele neue Eindrücke gewinnen, gemeinsames Arbeiten und Lernen in kleinen Gruppen und in Videokonferenzen.

Auch für 2021 haben wir wieder viele bewährte und auch neue Formate im Veranstaltungskalender für Sie geplant. Wenn Sie das Programm noch nicht kennen, finden Sie es auf unserer Homepage www.hospizdienst-oldenburg.de, oder wir senden es Ihnen gerne zu.

Trotz all dieser Veränderungen blieb die Kernaussage von Hospizpionierin Cicely Saunders das Kernelement des Vorbereitungskurses: „Wir können alle Sterbende begleiten, weil wir sterblich sind und das Können in uns haben!“ Ja, wir alle können Menschen begleiten. Damit wir uns dessen wieder neu versichern und miteinander abgleichen, ist eine gemeinsame Vorbereitung ein guter Weg. Hier gibt es Zeit und die Möglichkeit, die Lebensgeschichte inklusive der eigenen Verlusterfahrungen miteinander zu teilen. Die Möglichkeit, eigene Berührbarkeit und den Halt in einer Gemeinschaft zu erleben, das ist eine der Grunderkenntnisse im Kurs. Ergänzt wird dieser persönliche Blick mit Informationen über die Hospizarbeit, Kommunikation, rechtliche und pflegerische Aspekte und praktische Ablaufinformationen für eine zukünftige Mitarbeit.

Im Sommer 2021 startet ein neuer Vorbereitungskurs. Auch hier werden die Verordnungen zum Verhalten in der Pandemie natürlich berücksichtigt werden. In der Stiftung Hospizdienst Oldenburg sind viele Menschen ehrenamtlich engagiert, und viele Menschen erhalten Unterstützung. Damit das so bleiben kann, sind weitere interessierte Menschen, die in die tätige Hilfe gehen möchten, herzlich willkommen und eingeladen, mit zu tun!

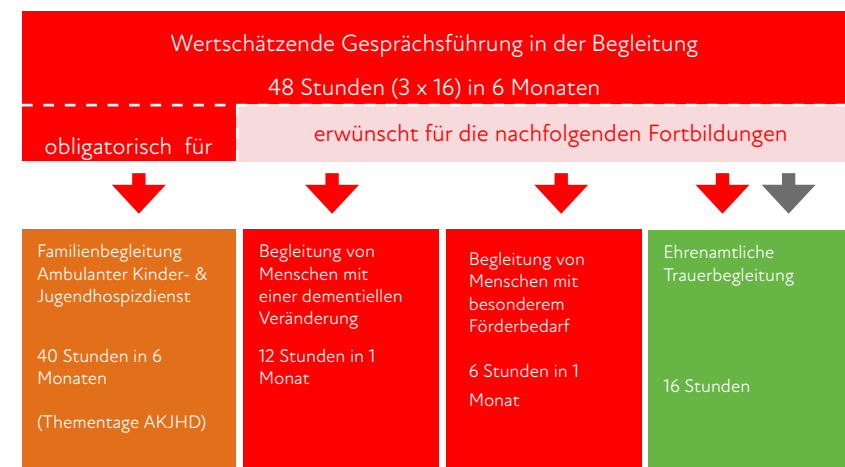
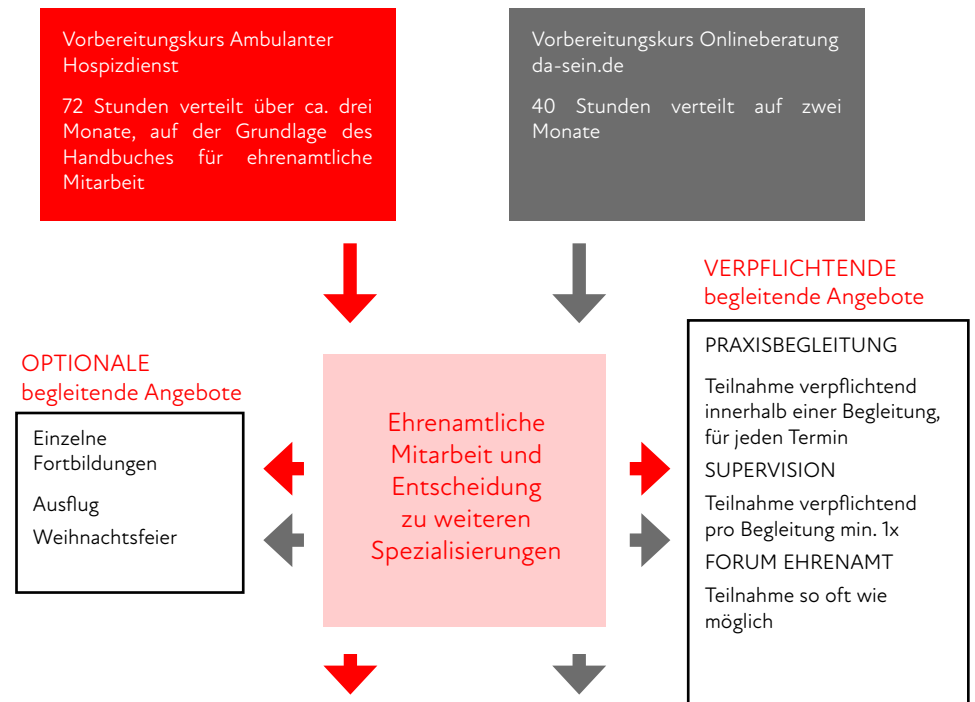
Wenn das für Sie keine Option ist, da das eigene Leben zurzeit andere Prioritäten verlangt, haben Sie dennoch die Chance, daran mit zu wirken, dass Menschen, die schwer erkrankt sind und deren An- und Zugehörige weiterhin durch die Stiftung Unterstützungsmöglichkeiten erhalten können. Sie können die Hilfe finanziell ermöglichen durch Spenden.

Wenn Sie mitarbeiten möchten, ist der Vorbereitungskurs Voraussetzung. Für den Bereich der Onlineberatung wird ein spezifischer Kurs angeboten. Wie aus der nebenstehenden Graphik zu ersehen ist, bestehen während der Mitarbeit weitere Möglichkeiten des gemeinsamen Reflektierens und Lernens. Parallel zu Begleitungen werden verschiedene Formate dargestellt. Das Seminar Wertschätzende Gesprächsführung ist Grundlage für weitere Bereiche der Begleitungstätigkeit. Insbesondere im Kinder- und Jugendhospizdienst und in der Trauerbegleitung ist dieses Angebot eine Notwendigkeit. Das Seminar zeichnet sich auch dadurch aus, das Ehrenamtliche aus ambulanten Hospizdiensten des Netzwerkes Nord-West daran teilnehmen und somit vielfältige Perspektiven ermöglicht werden können.

Lassen Sie uns gemeinsam den Weg des füreinander Daseins gehen!

Auch der Kurs wertschätzende Gesprächsführung hat, pandemiebedingt aufgeteilt in zwei Gruppen, wieder stattgefunden

FORTBILDUNGSPLANUNG für ehrenamtliche Mitarbeit in der Stiftung Hospizdienst Oldenburg



Warum ist der Tod immer noch tabu?

von *Theresa Korte*

Im Mai 1956: Maria (4) und Ludwig (5) spielen Fangen, sie flitzen durch das Haus. Plötzlich hält Maria inne und fragt ihren Bruder: „Sollen wir mal gucken, ob Papa immer noch tot ist?“ Zwei Tage zuvor starb der Vater an Herzversagen. Die Mutter, eine Tante und die Oma hatten ihn umgekleidet und in den Sarg gelegt, der nun in der Stube steht. Nachbarn und andere An- und Zugehörige kommen vorbei, um Abschied zuzunehmen, und die Kinder können sich drei Tage von überzeugen, dass der Vater nun wirklich tot ist.

Seitdem hat sich viel geändert. Die Großfamilie ist in den meisten Fällen der Kleinfamilie gewichen, Frauen sind berufstätig, und die Nachbarschaft ist anonym geworden.

Die Medizin hat viele Fortschritte gemacht, es gibt weniger Säuglingssterblichkeit, und die Wahrscheinlichkeit, an einer Lungen- oder Blinddarmentzündung zu sterben, ist sehr gering. Manchmal scheint es, als suggeriere uns die Medizin sogar einen Unsterblichkeitswahn, weil alles machbar sei.

Wir sind den Tod in den Familien also nicht mehr gewöhnt, und wie bei allen anderen Dingen macht das, was wir nicht kennen, Angst und wird daher verdrängt. So werden Kinder oft nicht mehr in den Verabschiedungsraum oder zu Beerdigungen mitgenommen.

Wir haben das Sterben in der letzten Zeit gern auch den Krankenhäusern überlassen, oft vermeintlich in dem Glauben, dass unsere Kranken und Sterbenden dort besser aufgehoben sind.

Wir wissen nicht, was danach passiert. Diese Ungewissheit kann Angst machen.

Der Tod bedeutet einen Verlust. Verlust von Nähe, Begegnungen oder der eigenen Identität.

All diese Aspekte haben dazu geführt, dass sich in unserer Gesellschaft das Thema Tod zu einem Tabuthema entwickelt hat.

Die Stiftung Hospizdienst Oldenburg stellt im Rahmen verschiedener Projekte fest, dass Kinder meist völlig angstfrei mit dem Thema umgehen. „...der Tod ist nicht schlimm..., ...irgendwann stirbt man eben..., ... aber traurig sein, ist okay...“. Aussagen von Kindern verschiedenen Alters.

Eine Enttabuisierung des Themas ist der einzige Weg, die eigene Angst vor dem Sterben und dem Tod zu bewältigen. Mit den Angeboten der Stiftung versuchen wir deswegen, den Tod mehr in unsere Mitte zu holen. Wir sollten uns die Unbefangenheit der Kinder zu Herzen und als Vorbild nehmen.



Sollte auch ich eine Patientenverfügung verfassen?

von *Elke Frommberger*



Vielleicht stellen Sie sich ebenso diese Frage? Dann lesen Sie gerne weiter. In der Stiftung Hospizdienst Oldenburg beraten wir rund um die Patientenverfügung. Seit der Corona-Pandemie beobachten wir eine Häufung der Beratungsanfragen. Wir nehmen wahr, dass Menschen sich verstärkt fragen, wie sie in Zeiten einer schweren Erkrankung behandelt werden möchten. Sie haben das Bedürfnis, sich im Kreise ihrer Familie zu besprechen, für den Ernstfall vorzusorgen und etwaigen Unsicherheiten zu begegnen.

Vor diesem Hintergrund erweist sich die Patientenverfügung als eine gute Grundlage, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Patientenverfügung bietet die Möglichkeit, gemeinsam grundsätzliche Überlegungen zum Leben und Sterben zu wagen. Allein die Frage Was ist für mich Lebensqualität? kann zu einer abendfüllenden Konversation beitragen und uns gemeinschaftlich zu den Themen tragen, die unser Dasein ausmachen und uns als Menschen miteinander verbinden.

Falls Sie Fragen haben und eine erste Annäherung wagen, sind wir gerne für Sie da. Sie können von uns Vordrucke zur Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung erhalten. Darüber hinaus bieten wir Ihnen die Patientenverfügung in leichter Sprache an. Diese unterstützt die Teilhabe und den Zugang zu Informationen rund um die Patientenverfügung für Menschen mit Beeinträchtigungen.

In verschiedenen Formaten widmen wir uns diesem wichtigen Thema auch in der Seminararbeit.

Rufen Sie uns einfach an. Wir vereinbaren zeitnah einen Termin bei uns im Haus oder kommen auch gerne zu Ihnen. Für Seminare können wir uns auf die Anforderungen ihrer Einrichtung einstellen.

Unsere Beratungs- und Begleitungsangebote werden hauptsächlich durch Spenden finanziert. Daher unterstützen auch Sie diese Möglichkeit der Hilfe für Andere durch Ihre persönliche Spende.

Spiritualität gemeinsam thematisieren

von Christiane Schierholz

Spiritualität speist sich aus drei Fragen oder Aspekten unseres Daseins:

Wer bin ich? (Identität)

Wozu (für wen) lebe ich? (Sinn und Beziehung)

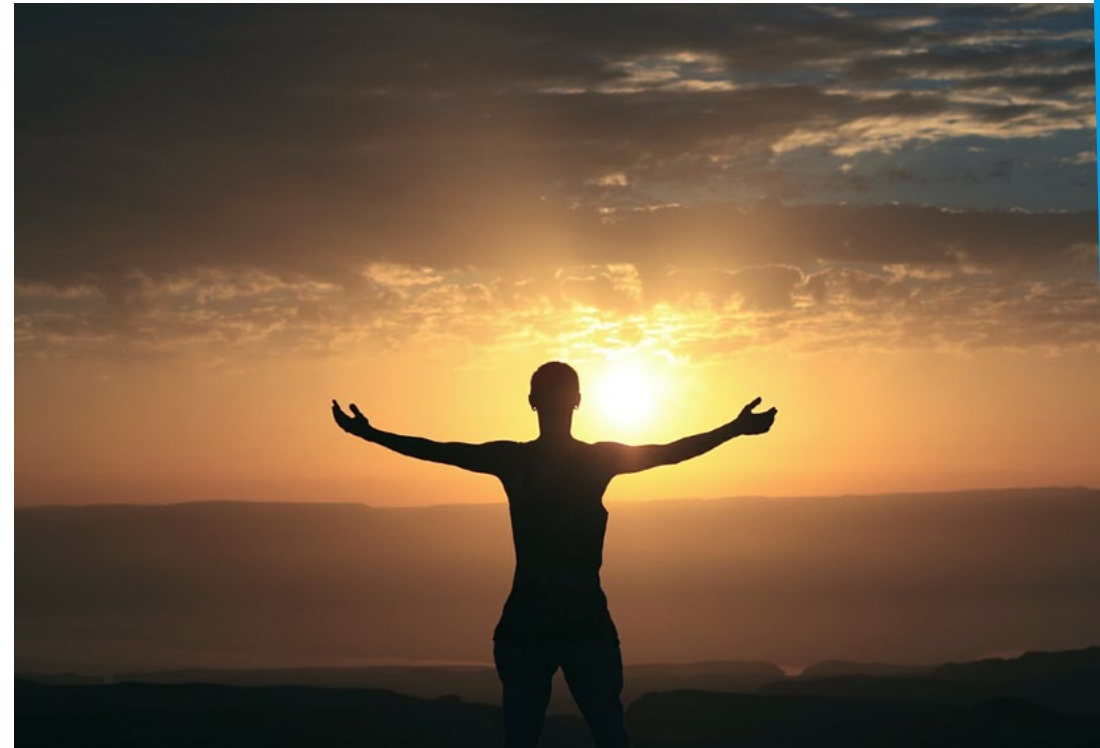
Wo komme ich her? Wo gehe ich hin? (Transzendenz)“

Diese kurze Definition aus der Broschüre zu Spiritualität, herausgegeben von Traugott Roser, beschreibt ein Thema, mit dem sich Menschen häufig, oft in Krisen, bewusst oder unbewusst beschäftigen. Weil wir als Menschen denken/nachdenken können, fragen wir nach diesen Themen. Besonders in der größten, existentiellen Krise unseres Lebens, dem Sterben, kann uns als Betroffene und/oder Begleitende diese Frage begegnen. Um sich darauf vorbereiten zu können, nicht vollkommen überrascht oder überfordert zu sein, habe ich mich mit ehrenamtlich Mitarbeitenden unserer Stiftung einige Male auf den Weg nach persönlichen Antworten gemacht. Und dabei auch immer betont: Spiritualität ist das, was ich (im Moment) dafürhalte, was mir - jetzt - hilft, mein Leben zu meistern.

Eine Antwort kann ich in unterschiedlichen Religionen finden, aber auch in meinen eigenen Erfahrungen der Natur, in und durch besondere Menschen, in der Kunst oder Musik. Und: Spiritualität ist zwar immer da, aber nur eher zufällig, unbeabsichtigt erfahrbar. Sie ist geprägt durch das Leben, durch Erfahrungen, Begegnungen, durch bewusstes Suchen und beglückendes Finden. Sie verändert sich, wie auch ich mich verändere.

Vielleicht gelingt es, zaghafte, vorläufige Antworten auf die anfangs gestellten Fragen zu finden: Wer bin ich - oder bin ich auch nicht? Welchen Sinn hat meine Existenz auf dieser Welt? Was bleibt von mir? Welche Spuren hinterlasse ich? Bei wem? Und: will und kann ich an der einen oder anderen Stelle noch etwas verändern? Vielleicht auch entdecken, dass Schweres, falsche Entscheidungen, Verletzungen zu meinem Leben gehören und mich mit ihnen aussöhnen. Dazu hilft nach meiner Erfahrung, auch mit Anderen ins Gespräch zu kommen, sich zu öffnen und sich den eigenen Fragen zu stellen.

In unseren Fortbildungen haben wir alle - hoffe ich zumindest - die beglückende Erfahrung gemacht, Gemeinschaft, Vertrauen und Mut für neue Wege zu entdecken.



“Vielleicht gelingt es, zaghafte, vorläufige Antworten auf die anfangs gestellten Fragen zu finden: Wer bin ich - oder bin ich auch nicht?“

„Supervision macht glücklich!“

von Julia Narosch und ehrenamtlich Mitarbeitenden

Die Überschrift ist ein Zitat einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin der Stiftung, das mich sehr zum Schmunzeln gebracht und wiederum auch ein bisschen glücklich gemacht hat. Im Rahmen einer Praxisbegleitung unterhielten wir uns über Sinnhaftigkeit und Funktion von Supervision im Zusammenhang der Sterbe- und Trauerbegleitung. Das Für und Wider hinsichtlich Supervision ist ein Thema, das immer mal wieder aufkommt und beleuchtet werden darf. So verschieden wie die vielen Mitarbeitenden der Stiftung sind, so verschieden sind auch der Blick, die Motive und Anlässe, diese aufzusuchen oder eben nicht wahrzunehmen.

Supervision dient der Selbstfürsorge, der Prävention von Mitgeföhls- oder Kontakterschöpfung, und dem Erhalt der Handlungsfähigkeit in den verschiedenen Herausforderungen der Begleitungen von Menschen, die sich oftmals in belasteten und nahegehenden Situationen befinden. Es handelt sich um einen Schutzraum, in dem eigene Befindlichkeiten und die Reflexion von Haltungen und Werten ihren Platz finden. Aus meiner Sicht müssen weder Leidensdruck noch eine wie auch immer geartete Problemkonstellation vorliegen, um die Teilnahme zu legitimieren. Vielleicht liegt der Gewinn darin, sich auf Kolleg*innen und Themen einzulassen, sich überraschen zu lassen und offen dafür zu sein, was im Inneren passiert. Vielleicht geht es gar nicht immer darum, sich aktiv zu beteiligen, sondern da zu sein und Eindrücke auf sich wirken zu lassen, ein Gegenüber, Spiegel oder Resonanzboden für andere zu sein.

Wenngleich es sich unterschiedlicher Beliebtheit erfreut, eines ist klar: das Format stellt einen unablässigen Qualitätsstandard in der Hospizarbeit dar. Und so finden im Haus der Stiftung Hospizdienst Oldenburg jährlich an die 60 Supervisionstermine statt, die von 10 externen Supervisor*innen angeboten werden. Sie richten sich an ehren- und hauptamtlich Mitarbeitende gleichermaßen.

Ich bin übrigens ein großer Fan von Supervision. Ich persönlich finde: Supervision fördert Offenheit.

„Supervision dient der Selbstfürsorge, der Prävention von Mitgeföhls- oder Kontakterschöpfung und dem Erhalt der Handlungsfähigkeit in den verschiedenen Herausforderungen der Begleitungen von Menschen, die sich oftmals in belasteten und nahegehenden Situationen befinden.“

Gedankenschnipsel von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen:



Supervision ist anders.

Supervision ist für Probleme da.

Supervision macht glücklich.

Supervision ist Stärkung durch Gemeinschaft.

Supervision ist Lernen von anderen.

Supervision bedeutet Aufmerksamkeit.

Supervision ist gelebte Freiheit.

ÖFFENTLICHKEITS- ARBEIT UND SPENDEN

RÜCKBLICK
2020



Death Café - Tabus brechen und Worte finden

Wir feiern das fünfjährige Bestehen des Oldenburger Death Cafés

von Gesine Geppert, Leitung Sparte 7 Oldenburgisches Staatstheater

Ausgelassenes Lachen, Herzlichkeit und große Lebensträume bei einem DEATH CAFÉ? Ist der Name nicht eigentlich Programm?

Ja das ist er, aber unser „Programm“, den Tod betreffend, braucht schon länger ein Update. Denn der Tod, der in anderen Kulturen viel selbstverständlicher Teil des Lebens ist und einst auch in unserer war, gehört zu einem der letzten großen Tabus unserer Gesellschaft. Genau dieses wollte der Soziologe Bernard Crettaz mit seinen CAFÉ MORTAL brechen, das er seit 2004 in Kaffeehäusern abhielt. Er wollte mit dem Sprechen über den Tod ein Stück Leichtigkeit zurückgeben und die Menschen ermächtigen, ihm unabhängig von einem individuellen Trauerfall wieder den gesellschaftlichen Stellenwert zurückgeben, den er einst hatte. So soll der Tod als Teil des Lebens, ebenso wie das freudige Ereignis der Geburt, enttabuisiert werden und nicht mehr nur von Expert*innen wie Mediziner*innen, Therapeut*innen oder Bestatter*innen besprechbar sein.

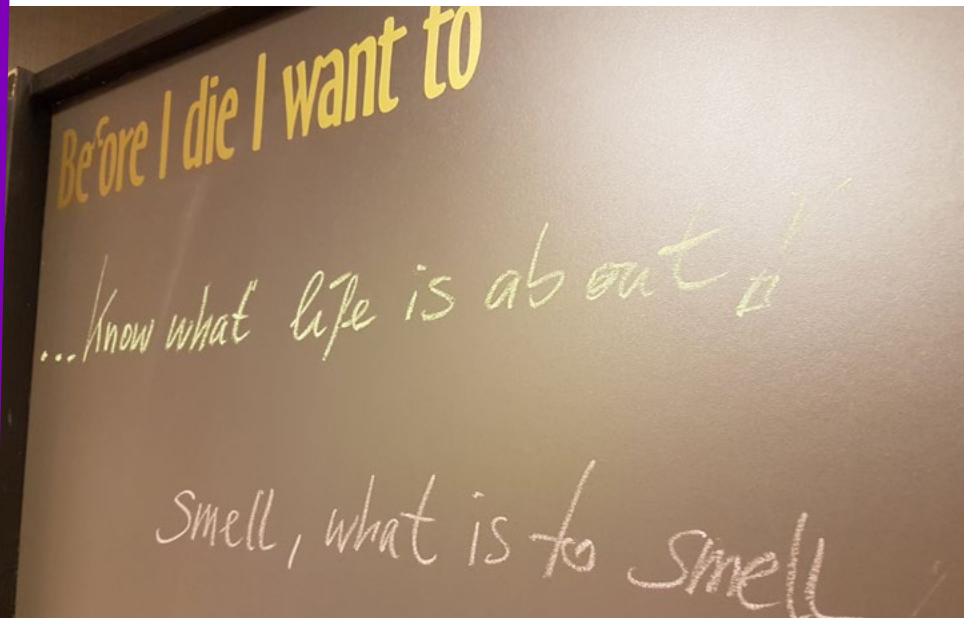
der 2011 sein erstes Death Café in London veranstaltete und dafür allgemeingültige Regeln erarbeitet und eine Website erstellt hat, auf der sich inzwischen Weltweit 11552 Death Cafés in 73 Ländern registriert haben. Diese Regeln sind einfach und sollen eine Grundlage für alle Death Cafés schaffen. Bei einem Death Café muss es sich um eine kostenfreie Veranstaltung handeln, bei der keine Werbung zum Beispiel für einzelne Trauerbegleiter*innen, Therapeut*innen, Bestatter*innen oder Steinmetz*innen gemacht wird, dass es immer Kaffee und Kuchen gibt, um eine gemütliche Atmosphäre zu schaffen und dass keine akute Trauerbegleitung geleistet wird.

All dies bildet die Grundlage für die vielen wundervollen Termine, zu denen



bislang in der Exerzierhalle gemeinsam von der Stiftung Hospizdienst Oldenburg und dem Oldenburgischen Staatstheater eingeladen wurde. Bereits an der Tür herzlich und persönlich begrüßt, fühlt man sich von den Ehrenamtlichen der Stiftung Hospizdienst, die gemeinsam mit dem Staatstheater diese Veranstaltung ins Leben gerufen hat und durchführt, gleich warm empfangen und gut aufgehoben. An den im Raum verteilten Tischen sitzt je ein*E Ehrenamtliche*r des Hospizdienstes und leitet fachkundig durch die Gespräche, zu all den Themen, die die Besucher*innen mitbringen. Und genau hier wird in dem Moment, in dem über den Tod, das Sterben, die Trauerbegleitung oder die harten Fakten um Beerdigung und Bestattungen gesprochen wird, auch das Leben gefeiert. Denn zu dem Sprechen über den Tod gehört das Sprechen über das Leben, gehören Erinnerungen, Wünsche an das Leben, Ziele, die erreicht werden wollen und Erlebnisse, die geteilt werden, selbstverständlich dazu.

Am 22.11.2020, dem Totensonntag, der immer der erste Termin von Dreien pro Spielzeit ist, sollte das Jubiläum unter freiem Himmel gefeiert werden, musste dann aber aufgrund der Auflagen verschoben werden. Dementsprechend freuen wir uns sehr, alle Besucher*innen, sobald es wieder möglich sein wird, herzlich einzuladen, mit uns das Jubiläum zu feiern, sich bei Heißgetränk und Kuchen umzuschauen, sich auszutauschen und so gemeinsam das Leben und damit auch den Tod - als Teil dessen - zu feiern, zu thematisieren und zu besprechen.



Das Oldenburger DEATH CAFÉ, das am 22.11.2020 sein fünfjähriges Jubiläum feiern wollte, basiert auf der Weiterentwicklung dieses Konzeptes durch dem Briten Jon Underwood,

Ich.wollte.dir.noch.so.viel.

Eine sehr besondere Ausstellung der LilaWolke im Haus der Stiftung

von Vera Schröder und Annemarie Schröder

Die Gruppe LilaWolke, das sind sieben Mitarbeitende der Gemeinnützigen Werkstätten Oldenburg. In einem langen und intensiven Prozess haben sie sich in ihrer Unterschiedlichkeit dem Thema Abschied gewidmet. Die Ausstellungsvorbereitung dauerte ein knappes Jahr und lässt sich in einigen Schritten beschreiben.

Im Rahmen unserer wöchentlichen Zusammenkunft begann die Gruppe, sich über ihre Erfahrungen zum Thema Sterben, Tod und Abschied auszutauschen. Stück für Stück begannen wir, uns unsere Gefühle zu erzählen und diese in einer Textsammlung festzuhalten. „Ich musste immer weinen“, „Ich hatte immer Bauchschmerzen“, „Ich hatte zu nichts mehr Lust“, „Ich hätte mich am Liebsten versteckt!“

In diesem ersten Schritt haben wir besonderes Augenmerk darauf gerichtet, die bewegenden Aussagen und Gefühlsmomente jede*r Einzelnen festzuhalten. So fand jede*r seine Geschichte in seiner Textsammlung wieder. Im Laufe der Zeit gewannen alle zunehmend mehr Vertrauen, um sich auf ihre eigene Ausdrucksmöglichkeit einzulassen und sich vor den anderen zu zeigen. All diese vielen Momentaufnahmen, Erinnerungen, Wünsche an die Zukunft, zu den großen Themen Leben und Tod, Trauer und Angst, Leid und Weiterleben, ließen bewegende, individuelle Landkarten entstehen. Es entstand eine Erinnerungspoesie, die sehr abwechslungsreiche Bilderwelten wachrief.

Im nächsten Schritt haben wir für alle Teilnehmenden dichten und hellen Baumwollstoff vorgesehen, groß genug, um für den eigenen Körper Platz zu finden. Der Stoff wurde auf den Boden ausgebreitet und jede*r ließ den eigenen Körperumriss von einer anderen Person nachzeichnen. Diese Bildträger wurden zur „individuellen Insel“, und von dieser

ausgehend, konnte die Berührung mit den inneren Gefühlen intensiviert werden.

Unterschiedlichste Materialien standen zur Verfügung, um frei zu zeichnen und zu malen, zu kleben, zu nähen, zu sprechen. Es war uns wichtig, zu vermitteln, dass das scheinbar ziellose Malen und Zeichnen eine Möglichkeit ist, den Zugang zu emotionalen Erlebnissen zu ermöglichen und vielleicht sogar zu erleichtern. So gingen wir alle auf innere Erkundungstour,

und was immer uns einfiel, wir wollten es mit Stift und Farbe zu Papier bringen. Es entstanden weitere kleinere farbige Bildkollagen als „Inseln“.

Im nächsten Schritt ergänzten wir diese Arbeiten nochmals mit konkreteren Fragen: „Zeichne und male ein Gefühl, das du am besten kennst“. „Gib diesem Gefühl eine Farbe/eine Form“. „Wie sehen Deine Tränen jetzt aus?“ „Wie glaubst Du, werden sie in einem Jahr aussehen?“ „Wie siehst Du Deine Trauer, in welcher Farbe, in welcher Gestalt taucht sie auf?“

Im weiteren Schritt des Entstehungsprozesses benutzten wir selbstgewähltes Bildmaterial in Form von Fotografien und Zeitschriften. Beim Betrachten der Bilder wurde bei einzelnen Teilnehmenden nochmals intensiver Erinnerung aktiviert, die dann ihren Ausdruck fand.

Dieser sehr individuelle Umgang mit dem Thema Abschiednehmen öffnete Wege, sich mit anderen auszutauschen, Berührungängste abzubauen und Antworten zu finden. Aus diesen persönlichen „Räumen“ entstand eine Vielfalt an Bildern, die zu Kompositionen zusammengefügt wurden. Die zahlreichen Textbotschaften und die Fülle an Bildmaterial ließen 2 Zyklen entstehen:

Zyklus1, war zu sehen im Haus H62:

Abschiednehmen. Ich bin unsagbar traurig. Ich habe noch so viel zu sagen.

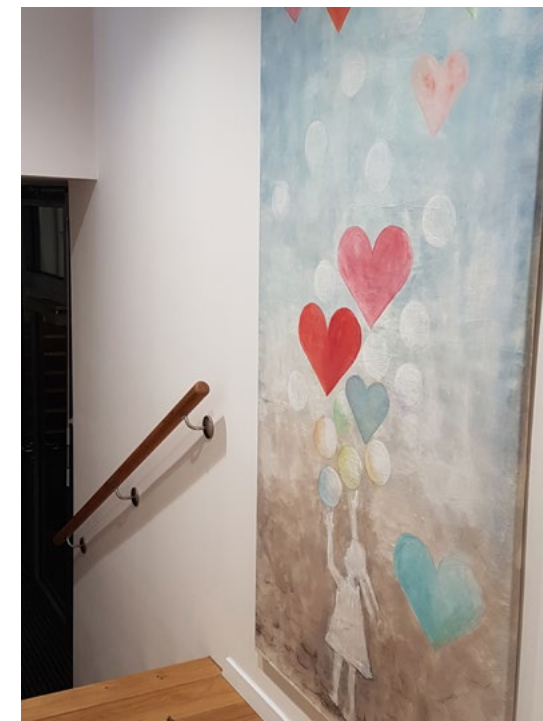
Das körpergroße Format reflektiert den Sitz der inneren Gefühle. Dem gegenüber kommt auf den kleineren Formaten der facettenreiche Ausdruck der Gefühle zum Ausdruck.

Zyklus2, war zu sehen im Haus H60:

Weiterleben. Ich fühle, du bist gut aufgehoben. Vielleicht bist du im Himmel.

Das große Format spiegelt den Ort/Sitz des Verstorbenen wider. Der Himmel wird dabei als ein solcher Ort gesehen. Die kleineren Formate umkreisen diese Orte und zeigen Hoffnungen und Vorstellungen eines Weiterlebens.

Alle Besucher*innen der Ausstellung waren eingeladen, auf und in vorgefertigten Papierwürfeln ihre eigenen Gedanken im Rahmen der Ausstellung zu verorten.



Spendenaktion des „Ollnburger Grönkohlabends“

im Rahmen des 34. Oldenburger Rohrleitungsforums

von *Theresa Korte*

Die same procedure as every year – jedes Jahr werden auf dem „Ollnburger Grönkohlabend“ Lose für gestiftete Preise verkauft. Der Erlös dieser Tombola gilt dabei immer einer anderen gemeinnützigen Organisation. Dieses Jahr hat das Team der IRO (Institut für Rohrleitungsbau Oldenburg) mit Herrn Prof. Wegener im Vorstand die Stiftung Hospizdienst Oldenburg ausgewählt.

Ich durfte diesen Abend mit ca. 900 Menschen aus der Rohrleitungsbranche miterleben. Zunächst gab es einen Empfang, bevor die Tore in die Weser-Ems-Halle geöffnet wurden. Anschließend durften die Plätze eingenommen werden und Herr Professor Wegener begrüßte alle herzlich. Bei einem leckeren Grönkohlménú und musikalischer Untermalung konnte ich nette Gespräche führen und dem ein oder anderen unsere Arbeit ein bisschen näherbringen. Währenddessen sind 12 Student*innen durch die Tischreihen marschiert, um fleißig Lose für den guten Zweck zu verkaufen. Am Ende wurden die gestifteten Preise verlost und die Summe des Verkaufs preisgegeben.



Applaus!

von *Grit Lennig*

Applaus? Ja!

Wir applaudieren und sagen Danke!

Danke an alle, die uns im Pandemie-Jahr 2020 finanziell unterstützt haben.

Danke an die vielen Einzelspender*innen, die regelmäßigen Dauerauftragsspender*innen, die 75x75 Paten und Patinnen (www.75patenschaften.de) und an die verschiedenen Unternehmen.

Danke für die Förderung durch das Bischöflich Münstersche Offizialat, die Hospizstiftung Niedersachsen, die Landeskirchliche Kollekte, die LzO Stiftung, den Penny-Markt Förderpenny, die Robert-Bosch-Stiftung Mitarbeit, die IRO, Netfonds AG, Hildegard Rolfes, Hüssel, Sabine Logemann, die Town & Country Stiftung u.v.m.

Ohne diese Gelder wäre die Durchführung vieler Fortbildungen, generationsübergreifender Aktionen, Supervisionen und Trauerbegleitungen nicht möglich.

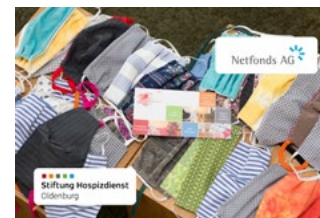
Erst die Gesamtsumme der Einzelspenden befähigt die Stiftung Hospizdienst Oldenburg, sich für die Menschen in Oldenburg und umzu einzusetzen und die Angebote in den Bereichen Ambulanter Hospizdienst, Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst, Jugend-Onlineberatung da-sein.de, Trauerbegleitung und Fortbildung zu realisieren.

Danke!

Applaus!



Für 5573,50EUR wurden Lose verkauft. Ich habe mich sehr über diese Summe gefreut und bedanke mich noch einmal herzlich bei allen Loskäufer*innen.



Einfach mal etwas Neues

von Renate Lohmann

Das Jahr 2020 war über große Zeitspannen geprägt von Appellen und Anordnungen zur Kontaktvermeidung. Das war und ist nicht nur für Begleitungen sehr herausfordernd, auch für die Gemeinschaft der Mitarbeitenden war das eine große Umstellung. Die monatlichen Treffen, die Praxisbegleitungen, Supervisionen und auch die Fortbildungen konnten nur nach Anmeldungen und mit max. 12 Personen stattfinden.

So mussten wir Neues wagen!

Neben kleinen Präsenztreffen haben sogenannte Hybridveranstaltungen stattgefunden. Das heißt, einige Ehrenamtliche haben sich im Haus der Stiftung getroffen und einige haben sich per Zoom dazu geschaltet. Auch das ist möglich, um überhaupt einen Austausch zu gewährleisten. Das wird in 2021 weiter fortgesetzt werden müssen. Der jährlich stattfindende Ausflug als gemeinsames Erlebnis aller haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden und von Ehrenamtlichen organisiert, musste dann doch abgesagt werden. Hier ist weiterhin Kreativität gefragt für 2021.

Eine weitere Feier, ein zentrales und seit zwei Jahrzehnten das größte Element in der Gemeinschaft der Mitarbeitenden, musste im Spätsommer ebenfalls abgesagt werden, da sich abzeichnete, dass es nicht möglich sein würde, eine Weihnachtsfeier mit 110 Menschen zu begehen. Das war keine leichte Entscheidung - und doch war sie notwendig. Dem Team der Hauptamtlichen war es wichtig, eine Alternative zu schaffen. Ein kleines Zeichen der Wertschätzung und Dankbarkeit für das ehrenamtliche Engagement, das die Grundbasis der ambulanten Hospizarbeit darstellt. Und so wurde die Idee geboren, einen Adventskalender zu gestalten. 24 Tage wurden gestaltet von den Hauptamtlichen und von Mitgliedern des Vorstandes, in einen Kalender zusammengestellt und versendet als kleine Überraschung zum 1. Dezember.

Diesen Adventskalender wollten wir dann auch über unseren internen Kreis hinaus in die Welt schicken. Einigen Menschen im Netzwerk haben wir den Kalender vorbei gebracht und ihn für alle anderen jeden Tag vom 1. – 24. Dezember auf unserer Seite auf Facebook eingestellt. Sie kennen den Kalender noch nicht?

Dann schauen Sie mal nach: facebook.com/hospizdienstoldenburg

Wir hoffen, damit eine kleine Freude bereitet zu haben.



Unser Team von hauptamtlichen Fachkräften bei der Stiftung Hospizdienst Oldenburg

Unsere hauptamtlichen Fachkräfte verfügen über umfangreiche Qualifikationen in den Bereichen Alten- und Krankenpflege, Palliative-Care, Trauerbegleitung, Pädagogik und systemische (Familien-)Beratung.

Leitung

Renate Lohmann, Koordinatorin, [Bildungsangebote](#), [Trauerbegleiterin](#)

Finanzen, Stiftungslogistik, Marketing

Grit Lennig, Finanzen, Stifungskoordination
Tom Steffens, Marketing, Stiftungslogistik

Ambulanter Hospizdienst

Elke Frommberger, Koordinatorin
Theresa Korte, Koordinatorin
Julia Narosch, Koordinatorin
Petra Raaf-Doudou, Koordinatorin

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst

Lucia Loimayr-Wieland, Koordinatorin, [Trauerbegleiterin](#)
Beate Weidewitsch, Koordinatorin

Jugend-Onlineberatung da-sein.de

Cordelia Wach, Teamleiterin, [Trauerbegleiterin](#)
Julia Narosch, Koordinatorin, [Referentin für Schulen](#)

Trauerbegleitung Bildungsangebote

Gerne informieren wir Sie über unser breit gefächertes und individuell zugeschnittenes Angebot auf unserer Homepage

www.hospizdienst-oldenburg.de
oder in einem persönlichen Gespräch.

Begegnung

Die Kraft gibt und einen Raum schafft.

Begleitung

Der Menschen beim Abschiednehmen.

Beratung

Um ein individuelles Gehenlassen zu ermöglichen.

Bildung

Um das Sterben ins Leben zu holen.

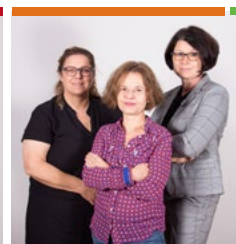
Wir sind für Sie da

Das Haus der Stiftung Hospizdienst Oldenburg, Haareneschstraße 62, ist von Montag bis Freitag von 9:00 - 12:00 Uhr geöffnet. Während dieser Zeit steht Interessierten und Ehrenamtlichen die Bibliothek zur Verfügung.

Die Mitarbeitenden des Ambulanten Kinderhospizdienstes sind Montag 13:00 - 17:00 Uhr und Dienstag 9:00 - 12:00 Uhr für Sie da.

Immer freitags findet von 11:00 - 13:00 Uhr eine Sprechstunde in Wardenburg im neuen Bürgerhaus; am Everkamp 3a, statt.

Für Hausbesuche und Beratungen sprechen wir gerne weitere Termine nach Bedarf ab.



Stiftung Hospizdienst Oldenburg

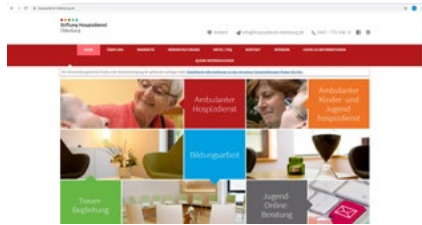
Haareneschstr. 62
26121 Oldenburg

0441 - 770 346 0

info@hospizdienst-oldenburg.de
www.hospizdienst-oldenburg.de

Aktuelles und Lesenswertes finden Sie im Verlauf des Jahres 2021 hier:

Stiftungsseite: hospizdienst-oldenburg.de



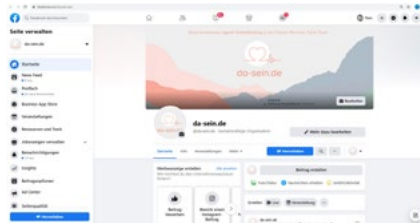
facebook.com/hospizdienstoldenburg



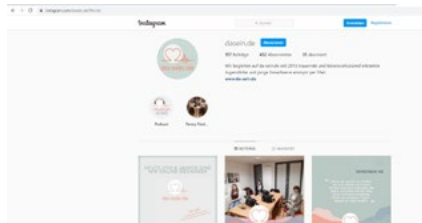
Jugend-Onlineberatung: da-sein.de



facebook.com/da.sein.de



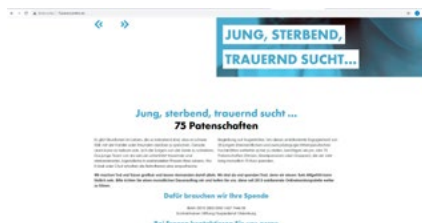
instagram.com/dasein.de



Podcast: da-sein.de/service/podcast



Spendenkampagne: 75patenschaften.de



Trauerblog: www.trauer-teilen.blog





Stiftung Hospizdienst Oldenburg

Stiftung Hospizdienst Oldenburg (Hrsg.)
Haareneschstr. 62
26121 Oldenburg

Tel. 0441 770 346 0
Mail: info@hospizdienst-oldenburg.de
Web: www.hospizdienst-oldenburg.de
www.da-sein.de

Spendenkonto:
IBAN: DE32 2802 0050 1427 7446 00
BIC: OLBODEH2XXX

© 2021 by Stiftung Hospizdienst Oldenburg

