



LEBEN & LASSEN

TITELTHEMA
AUF ZU NEUEN UFFERN

DANKSAGUNG
DIRK MÜNCH

AUFBRUCH -
EINE PILGERERFAHRUNG

EIN INDIANER
KENNT KEINEN SCHMERZ

Auf zu neuen Ufern

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Diakon Dirk Münch, 1. Vorsitzender	4
Dankesworte Diakon Dirk Münch, 1. Vorsitzender	5
Dankeschön an das ehemalige Redaktionsteam	6
Neues aus der Vorstandschaft	7
Farblegende.....	7
Das neue Redaktionsteam stellt sich vor	8
Gedenkrubrik	9
Aufbruch - eine Pilgerreise	10
Steckbrief neuer Mitarbeiter:innen	13
Letzte Hilfe-Kurse für Kinder und Jugendliche	14
Eröffnung des stationären Kinderhospiz Sternenzelt in Bamberg	16
Buchtipp	17
Auf zu neuen Ufern - eine Gedankenreise	18
Die Seite zum Mitgestalten - Elfchen schreiben	23
Teamtage 2023	24
Trittsteine aus der Trauer	26
Ein Indianer kennt keinen Schmerz	30
Terminankündigungen Hospiz-Akademie	32
Gründe für die Ausbildung zum Hospizbegleiter:in	34
Impressum	35



Auf zu neuen Ufern

Mit dieser Überschrift ist der neue Rundbrief betitelt. Aber gibt es denn nach 30 Jahren Hospizarbeit noch neue Ufer? Ist das Thema Hospiz- und Palliativversorgung nicht bereits in allen Köpfen fest verankert?

Ich denke nein – so wie sich die Gesellschaft verändert, geht auch die Hospiz- und Palliativarbeit mit zu neuen Ufern. Eine immer älter werdende Gesellschaft stellt Herausforderungen an die Arbeit. Und ich denke hier nicht nur an die schwierige Situation der älteren Menschen in den Pflegeeinrichtungen. Zu der schweren Corona-Pandemie mit Einsamkeit und Isolation für die Bewohner und Bewohnerinnen kommt die dünne Personaldecke von Pflegekräften, die sich mit aller Kraft bis zur Erschöpfung für die Menschen in ihrer Obhut einsetzen. Aber Menschen werden auch an anderen Lebensorten älter, gebrechlicher und kränker. Eine Gruppe, die mir hier sehr wichtig ist, sind Menschen in den Einrichtungen der Eingliederungshilfe. In der Zeit des Nationalsozialismus als „nicht lebenswerte“ Menschen gebrandmarkt und ermordet, haben sie nach dem Krieg vielerorts in den Einrichtungen ein neues Zuhause gefunden, und als junge Kinder und Menschen den Weg in die Gesellschaft begonnen. Heute, viele Jahrzehnte nach dem Krieg, haben auch sie ein Alter erreicht, in dem Gebrechlichkeit und Erkranken dazugehören. Seit einigen Jahren öffnet sich die Hospiz- und Palliativarbeit für die Bewohner:innen und Mitarbeiter:innen der Einrichtungen. Wir sind an einem neuen Ufer angekommen und müssen alle, Hospizler, Bewohner:innen und Einrichtungsmitarbeiter:innen, lernen, gemeinsam neue Wege zu gehen und das Leben und Handeln des anderen zu verstehen.

Und so gehen wir zu neuen Ufern mit Menschen, die auch vielleicht unsere Hilfe brauchen. Zu Menschen die behindert, gehörlos oder wohnungs-/obdachlos, Kinder oder Trauernde sind. Wir dürfen nicht stehen bleiben an unseren gewohnten Ufern, sondern müssen Brücken bauen um unsere Arbeit dort fortzusetzen, wo die Menschen leben.

30 Jahre Hospiz-Team Nürnberg e.V. sind eine gute Zeit um „Danke“ zu sagen für viel Unterstützung und Begleitung von Menschen um uns herum. Aber 30 Jahre sind auch ein Versprechen nicht aufzuhören, und der Ansporn dazu Ausschau zu halten nach neuen Ufern und Herausforderungen.

Mit hospizlichen Grüßen Diakon Dirk Münch, 1. Vorsitzender

Liebe Leserinnen und Leser,

seit vielen Jahren sind Sie den Rundbrief mit vielfältigen Themen und Gedanken gewohnt.

Wir sind sehr stolz darauf, dass wir immer ein hochmotiviertes und engagiertes Team rund um Frau Pfarrerin Regine Rudert-Gehrke für die Erstellung der vielen Ausgaben des Rundbriefes hatten.

Nun es gibt einen Stabwechsel. Frau Pfarrerin Rudert-Gehrke geht in den Ruhestand, und die Aufgabe der Fortführung geht über in neue Hände.

Sicher dürfen wir uns auch weiterhin auf viele bunte Themen rund um das Hospiz-Team und die Palliativarbeit freuen.

Dem scheidenden Team sage ich herzlich Dank für die vielen Jahre der Arbeit und Gestaltung. Mit dem Rundbrief wart ihr immer ein hervorragendes Aushängeschild für die Vielfalt des Vereins.

Dem neuen Team wünsche ich gute Ideen, kreative Gedanken und viel Spaß bei der Weiterentwicklung des Rundbriefes. Auch hier ein herzliches Dankeschön für die Übernahme der Aufgabe.

Herzlichen Dank

Diakon Dirk Münch, 1. Vorsitzender



Dankeschön an das Redaktionsteam Rundbrief

Es sind große Fußstapfen, die hinterlassen wurden. In diese zu steigen ist immer schwierig. Man verliert unter Umständen den, der das Original möchte, aber die Kopie erhält.

„Wer nichts verändern will, wird auch das verlieren, was er bewahren möchte.“ (Gustav Heinemann)

Gemäß diesem Zitat war uns schnell klar, dass ein neues Team auch ein neues Gesicht braucht, ohne dabei das Bewährte gänzlich hinter sich zu lassen. In vielen Sitzungen haben wir versucht herauszuarbeiten, was uns wichtig ist, was bewährt und von den Leserinnen und Lesern geschätzt wird und an welcher Stelle wir mutig neu beginnen dürfen.

Wir haben auch gespürt, was von unseren Vorgänger:innen über viele Jahre hinweg geleistet wurde, jede Ausgabe auf's Neue und mit sehr viel Hingabe und Gespür für die einzelnen Themen. Davor ziehen wir den Hut, schauen gerne auf das was war, sind aber gleichermaßen beflügelt von dem, was kommen wird. Vielleicht liegt gerade darin der Wert eines „Erbes“, dass der Kern und die Seele einer Arbeit weitergetragen werden kann,

auch wenn es sich verändert.

In diesem Sinne ein großes DANKESCHÖN an alle, die über die vielen Jahre im Redaktionsteam des Rundbriefes waren, und viel Glück und Erfolg an uns, die es weitertragen und verändern dürfen.

Ihr könnt nun entspannt in die neue Ausgabe und in die, die folgen werden, blicken. Wir sind es nun, die aufgeregt auf jede neue Ausgabe blicken werden. Vielen Dank und alles Gute

„Da alles ständig im Wandel ist, kann nichts auf Dauer unverändert existieren.“ (Gustav Heinemann)

Ingrid Kästlen

Im Namen des Redaktionsteams

LEBEN & LASSEN



Neues aus der Vorstandschaft

In der Sitzung am 17.03.2023 wurde Frau Pfarrerin Susanne Bammessel als Beisitzerin in den Vorstand berufen. Dort wird sie den seelsorgerischen Bereich vertreten.

Wir heißen Frau Pfarrerin Bammessel im Hospiz-Team Nürnberg herzlich willkommen und freuen uns auf die gemeinsame Zeit und Zusammenarbeit.

In der nächsten Ausgabe von LEBEN & LASSEN werden wir Frau Pfarrerin Bammessel näher kennenlernen.

Gabriele Wollnik, Stellvertretende Vorsitzende

Farblegende

Wie Sie beim Durchsehen von **LEBEN & LASSEN** sicherlich schon bemerkt haben, befinden sich auf den Seiten unterschiedliche Farbbalken. Diese gehen auf unser Farbkonzept zurück, das den Leserinnen und Lesern ermöglicht sofort zu erkennen, in welchem Themenfeld des Hospiz-Teams Nürnberg sie sich befinden.

Damit Sie sich mit unserem Farbkonzept vertraut machen können, stellen wir Ihnen nachfolgend die Legende dazu vor:

- Hospiz-Team Nürnberg allgemein
- Palliative Care Beratungsdienst
- Palliative Care im Kinder- und Jugendhospizdienst
- Trauerberatungs-Zentrum
- Hospizakademie Nürnberg

Darunter gibt es feine Abstufungen in den Farbtönen um auszudrücken, dass man sich in dem thematischen Hauptthema befindet, der Beitrag sich aber um einen Teilbereich davon handelt.

Wir hoffen, dass Sie sich damit noch schneller in **LEBEN & LASSEN** zurechtfinden. Viel Freude beim Durchblättern!

Ihr Redaktionsteam



Aufbruch – eine (zwingende) Erfahrung auf Pilgerwegen

„Der erste Schritt lässt sich nicht trainieren. Natürlich kann man sich aufs Pilgern vorbereiten. So muss man nicht mit dem Auto zum Supermarkt fahren, sondern kann ihn zu Fuß erreichen. Auch lassen sich Bücher und Karten studieren. Und am Vorabend des Starts informiert die Wettervorhersage.

Doch der erste Schritt ist eine Premiere, selbst wenn man den Weg schon mal gegangen ist. Denn er verändert sein Gesicht oft stündlich, revolutioniert sich von Jahreszeit zu Jahreszeit. Wie man auch selbst als Wiedergänger nicht derselbe ist. Denn auf seinem Lebensweg ist man unterdessen weitergezogen.

Den ersten Schritt – ihn also gab es noch nie zuvor. Ein Fest! Eine Grenze wird passiert. Man tritt von der einen in die andere Welt. Zurückgelassen wird ein Land, das häufig aus routinierten Abläufen besteht. Nun wartet eine Gegend, in der das Unbekannte lockt. (...) Frei bin ich, weil ich zum Dirigent meiner Bewegungen werde: Niemand anderes als ich bin es, der den ersten Schritt genau in diesem Augenblick setzt: jetzt.“

(Georg Magirius (2005): Schritt für Schritt zum Horizont – Pilger-Werkbuch. Verlag Herder, Freiburg im Breisgau, S. 15 ff)

Jahr für Jahr machen sich viele Menschen auf den Weg. Nein, nicht zur Arbeit, nicht in den Urlaub oder zum Einkaufen. Sie machen sich auf den Weg, um zu pilgern. Schon seit Jahrhunderten war und ist es spirituell inspirierten Menschen ein Bedürfnis, Orte zu besuchen, an denen Heilige gewirkt haben oder (möglicherweise) beerdigt sind. Wir kennen dies bei

muslimisch Gläubigen, die nach Mekka reisen oder bei Christen, die nach Rom, Jerusalem oder Santiago de Compostella pilgern.

Menschen verlassen ihre vertraute Umgebung, um in der Fremde neue Erfahrungen zu sammeln. Früher unter sehr widrigen und gefährlichen Bedingungen, heute mit Goretex-Jacken, Energiedrinks und Hotelunterkunft.

Menschen verlassen ihre vertraute Umgebung, um in der Fremde neue Erfahrungen zu sammeln.



Der Grundgedanke bleibt: Unterwegs- sein zu heiligen Stätten. Sich spiritu- ell ansprechen zu lassen von den Heiligen, zu deren besonderen Orten man läuft. Quasi in Verbindung zu stehen mit diesen besonderen Figuren. Auf diesen Wegen andere Menschen kennenzuler- nen, neue Orte zu erkunden, um nicht zuletzt auf diese Weise einen „inneren Weg“ zu sich selbst finden. Darin wird ein Gedanke sichtbar der fasziniert: Die Pilgerreise als Synonym für mei- nen eigenen Lebensweg begreifen und erleben.

Wie jeder Weg, so beginnt auch eine Pilgerreise mit dem ersten Schritt. Dieser ist nicht selten mit einem Gefühl von Unsicherheit, aber auch Neugierde und Aufregung verbunden. Und es bleibt dabei: Nur wer den ersten Schritt tatsächlich wagt, wird Pilger- erfahrungen sammeln können.

Die Hospizakademie bietet seit vielen Jahren Pilgerreisen auf den (zumeist deutschen) Jakobswegen an. In diesem Jahr:

- von Schäftlarn in den Pfaffenwinkel (24. bis 29. Juli 2023) und
- von Preetz nach Lauenburg (06. bis 14. August 2023)

Der erste Schritt erscheint einem meistens unwichtig, ist jedoch der unumgängliche Ausgangspunkt für neue Weg-Erfahrungen. Daher nochmals Georg Magirius: „Niemand anderes als ich bin es, der den ersten Schritt genau in diesem Augenblick setzt: jetzt.“

Marcus Hecke, Koordinator im Hospiz-Team Nürnberg und Mitarbeiter in der Hospizakademie Nürnberg



Steckbriefe neuer Mitarbeiter:innen



Name	Melanie Spörl
In welchem Bereich bist Du anzutreffen?	Mich findet man im Kinderbereich des Hospiz-Teams
Darum wollte ich zum Hospiz-Team Nürnberg	Ich wollte nach vielen Jahren in der ambulanten Intensivpflege etwas komplett Neues machen.
Mein Lieblingsplatz in Nürnberg ist	An der Pegnitz



Name	Nikola Curic
In welchem Bereich bist Du anzutreffen?	Palliative Care Erwachsenenbereich
Darum wollte ich zum Hospiz-Team Nürnberg	Weil mich die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen berührt.
Mein Lieblingsplatz in Nürnberg ist	Das Lokal O'Sheas



Name	Sandra Schmidt
In welchem Bereich bist Du anzutreffen?	Praktikantin in der Verwaltung
Darum wollte ich zum Hospiz-Team Nürnberg	Für mein Praktikum im Rahmen meiner Umschulung zur Kauffrau im Gesundheitswesen habe ich mir eine sinnvolle Tätigkeit in einem Bereich gewünscht, in dem ich Menschen unterstützen und helfen kann. Das Thema Tod und Trauer hat im Allgemeinen einen zu geringen Platz, dennoch ist es wichtig, sich damit zu befassen und auseinanderzusetzen. Ich bewundere die Arbeit der Hospizbegleiter:innen sehr und halte sie für überaus wertvoll. Es freut mich, durch meine Arbeit hier zumindest ein wenig Teil davon sein zu dürfen.
Mein Lieblingsplatz in Nürnberg ist	Eher in der Nähe von Nürnberg, am Rothsee in Grashof - dort verbringe ich im Sommer viel Zeit mit meiner Tochter.

Letzte Hilfe-Kurse für Kinder und Jugendliche

„Mir hat besonders gut gefallen, dass man gelernt hat, dass der Tod nichts Schlimmes ist.“

„Zur Zeit fallen mir keine Fragen ein, da alles, zu dem ich Fragen hätte, geklärt wurde.“



Das sind nur zwei der Aussagen von Kindern, die an einem Letzte Hilfe-Kurs für Kids/Teens teilgenommen haben. Und sie zeigen, dass Kinder und Jugendliche einen Raum brauchen, um über das Sterben, den Tod und ihre Trauer sprechen zu können. Denn viel zu oft werden Kinder und Jugendliche immer noch „vermeintlich“ vor dem Thema geschützt. Dabei werden sie doch unausweichlich mit dem Tod konfrontiert und lernen häufig nicht, damit umzugehen. Doch Kinder und Jugendliche haben das Recht darauf, Fragen zu stellen, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen und zu trauern („Recht auf Trauer – Jedes Kind darf trauern, wie es will“ ist ebenfalls ein Teil des Kurses).

Daher ist es wichtig, sie altersgerecht zu informieren und mit ihnen ins Gespräch zu gehen. Dr. Georg Bollig, der selbst Notfall- und

Palliativmediziner ist, erkannte bereits 2008 die Berührungspunkte zwischen Erster Hilfe und Letzter Hilfe. Im Jahr 2015 wurde dann der erste Letzte Hilfe-Kurs für Bürger:innen in Schleswig angeboten. Seitdem sind in Deutschland über 3.500 Kursleiter:innen ausgebildet worden, um die Kurse auch in anderen Bundesländern durchführen zu können.

Nachdem sich die Umsetzung dieser Idee so positiv entwickelt hatte, wurden in den letzten Jahren weitere Kursformate konzipiert, z. B. Letzte Hilfe-Professionell, Letzte Hilfe mit Leichter Sprache für Menschen mit Behinderung, Letzte Hilfe-Interkulturell (derzeit noch in der Pilotphase), oder eben ein Letzte Hilfe-Kurs für Kids & Teens. Dieser ermöglicht es Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 8 und 16 Jahren, innerhalb der vier Module

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

praktisch und spielerisch mehr über die Themen Sterben, Tod und Trauer zu lernen. Vor allem erfahren die Kinder, wie sie einen An- und Zugehörigen am Lebensende begleiten können, und dass auch sie etwas tun können. Zudem gibt ihnen der Kurs die Möglichkeit, eigene Erfahrungen, Ängste oder Fragen zu äußern und sich mit anderen Kindern und Jugendlichen darüber auszutauschen.

Bei der Konzipierung dieses Formates war es wichtig, dass der Kurs nicht nur FÜR sondern zusammen MIT den Kindern und Jugendlichen gestaltet wird, d. h. die Rückmeldungen aus den ersten Kursen wurden in die weitere Entwicklung mit einbezogen und die Inhalte

entsprechend angepasst. Während der Corona-Pandemie war es nicht möglich die Kurse anzubieten, daher ist es jetzt umso wichtiger, wieder aktiv auf Schulen, Kirchengemeinden, Kinder- oder Jugendgruppen zuzugehen und die Kurse durchzuführen.

Weitere Informationen zum Format der Kids/Teens-Kurse findet ihr unter <https://www.kids.letztehilfe.info>, allgemeine Informationen zu Letzte Hilfe findet ihr unter



www.letztehilfe.info

Bei Interesse oder Rückfragen könnt ihr euch gerne jederzeit bei uns melden.

*Marion Langfritz und Judith Münch,
Kordinatorinnen*

Eröffnung des stationären Kinder- und Jugendhospiz Sternenzelt in Bamberg

Endlich war es soweit. Am 24.03.2023 wurde das Kinder- und Jugendhospiz Sternenzelt in Bamberg feierlich von Ministerpräsident Dr. Markus Söder, Gesundheitsminister Klaus Holetschek und Europaministerin Melanie Huml eröffnet.

Hier können ab jetzt junge Menschen, die an einer lebensverkürzenden Krankheit leiden, bis zum Alter von 26 Jahren begleitet und gepflegt werden. "Wenn ein Kind lebensverkürzend erkrankt ist, hat das massive Auswirkungen auf das Leben der ganzen Familie", sagte Holetschek weiter. "In einer solchen Situation stehen natürlich die betroffenen Kinder und Jugendlichen im Mittelpunkt. Genauso wichtig ist es aber, dass die Familien größtmögliche Unterstützung erhalten."

Die ersten Familien, die wir begleiten, sind bereits zum „Urlaub machen“ im Kinder- und Jugendhospiz Sternenzelt angemeldet. Sie freuen sich sehr auf eine kleine Auszeit von ihrem Alltag. Auf unbeschwerte Stunden um die Seele baumeln zu lassen, um wieder

Kraft zu tanken für die nächsten Aufgaben.

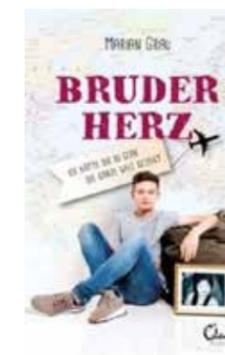
Und sie können sich freuen. Ein Haus voller Licht und engagierte Mitarbeiter:innen, die sich darüber freuen, dass es endlich losgeht. Neben den zwölf stationären und vier teilstationären Plätzen gibt es u. a. ein „Kaminzimmer“ für die Eltern, mehrere Spielzimmer, einen Kreativ- und einen Musikraum, einen Snoezelenraum. Es ist ein wunderbarer Ort zum Wohlfühlen entstanden.

Wir freuen uns auf den Austausch und die Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Jugendhospiz Sternenzelt, und auf die ersten Berichte der von uns betreuten Familien.

Cornelia Grötsch, Koordinatorin



Buchtipp „Bruderherz“, Marian Grau



Neun Jahre lang ist Marian der kleine Bruder vom schwerbehinderten Marlon. Neun Jahre lang gibt es nur Familienurlaube im Kinderhospiz. Das ständige Bangen um Marlons Leben schwebt jeden Tag über der Familie. Trotzdem liebt Marian jede Minute mit seinem Bruder.

Als Marlon plötzlich stirbt, bricht für die Familie eine Welt zusammen.

Marian beschließt, aus der Trauer das Beste zu machen. Er will die Welt ent-

decken - für sich und seinen Bruder.

Eine bewegende Geschichte darüber, wie wichtig es ist, für sich selbst die Welt zu erobern.

Wir haben Marian bei der Eröffnung des Kinder- und Jugendhospiz Sternenzelt erlebt. Er ist mittlerweile Botschafter des Deutschen Kinderhospizverein e.V.. Er freut sich über das nächste stationäre Kinderhospiz in Deutschland und wünscht sich, dass von der Stiftung aktiv Öffentlichkeitsarbeit betrieben wird. Sich das Hospiz für die Familien einsetzt, deren Interessen politisch vertritt, damit die Stimmen gehört werden - die sonst im Alltagswahnsinn der betroffenen Familien untergehen.

Cornelia Grötsch, Koordinatorin





Auf zu neuen Ufern

Eine Gedankenreise über unbekannte Gewässer

Wikipedia sagt: „Das Ufer ist die an einem Gewässer unmittelbar anschließende Landfläche.“ Wo es ein Ufer gibt, existiert also auch ein Gewässer. Das kann ein gemächlich fließender Bachlauf sein, aber auch ein reißender Strom, ein See oder gar das weite Meer.

Wenn man zu neuen Ufern aufbricht, gibt es einen Grund. Man möchte einen Menschen am anderen Ufer besuchen, vielleicht Neuland betreten und entdecken. Vielleicht ist Veränderung im eigenen Leben angesagt, weil der alte Lebensort nicht mehr passt. Mancher trägt die Sehnsucht nach Neuanfang in sich, weil er sich (noch) mehr vom Leben verspricht. Möglicherweise ist man auf der Flucht vor einer belastenden Erfahrung und sucht Sicherheit und Ruhe an einem anderen Ort, weit weg. Es kann auch eine innere Unruhe, eine Lebenskrise sein, die einen aufbrechen lässt auf einen Weg der Sinn- und Selbstfindung. Und manchmal hat man schlicht keine Wahl, muss loslassen und aufbrechen.

Wie auch immer, es gibt viele Gründe

dafür, sich zu neuen Ufern aufzumachen. Und irgendwann kommt der Zeitpunkt, da muss man die Entscheidung treffen, dieses Wagnis einzugehen, den ersten Schritt zu setzen – vielleicht mit ungewissem Ausgang. Es braucht dafür Mut, Selbstvertrauen oder auch einen gewissen Leidensdruck. Hilfreich kann der Zuspruch von Menschen sein, die es gut mit einem meinen, oder vorhandenes Gottvertrauen bei spirituell orientierten Menschen. Dann kann es losgehen.

Doch wie komme ich über das Gewässer, das vor mir liegt? Gibt es irgendwo eine Brücke, von Menschen gebaut, die ähnlich wie ich aufbrechen wollten und dann gemeinsam aktiv geworden sind? Finde ich ein Boot, oder gar einen Fährmann für einen trockenen Transfer? Oder muss ich selbst aus eigener Kraft das Wasser überqueren, z.B. an einer seichten Stelle durch eine Furt? Vielleicht muss ich schwimmen, wenn ich es kann. Sonst muss ich es jetzt lernen.

Was erwartet mich auf dem oder auch



im Wasser? Ist es ein ruhiges Gewässer, oder ein schnell fließendes mit ordentlicher Strömung? Wird es mich mitreißen und flussabwärts ziehen? Erwarten mich Wellengang und Gegenwind, oder gar ein gefährliches Unwetter? Manche Reise kann man gut planen, häufig muss man dennoch mit dem zurechtkommen, was einem dann entgegenkommt. Leben ist halt auch lebensgefährlich.

Was trägt mich schließlich während einer solchen Gewässerüberquerung?

Die eigene Lebenskraft, oder ein (Über-)Lebenswille? Habe ich Vertrauen in die Tragfähigkeit des Wassers? Beflügelt mich Hoffnung auf einen besseren Lebensort, verknüpft mit der Erwartung, dass mein Mut beschenkt wird, wenn ich zum Aufbruch bereit bin? Vielleicht ist es auch Liebe, die mir den Weg weist, um neues, LIEBE-volles Leben zu finden.

Menschen, die sich an unser Hospiz-Team wenden, sind Menschen im Aufbruch – ungewollt oder entschieden. Sie sind von einer unheilbaren Krankheit betroffen, liegen im Sterben und befinden sich darum nahe an einem Ufer. Auf der einen Seite liegt der zurückliegende Lebensweg und das im Hier und Jetzt gegenwärtig

gelebte Leben. Auf der anderen Seite befindet sich ein noch unbekanntes Land, eine ungewisse Zukunft. Dieses Land auf der anderen Uferseite wird seit jeher mit unterschiedlichen Bildern, hoffnungsvollen oder auch beunruhigenden, beschrieben. Niemand kann behaupten zu wissen, was uns dort tatsächlich erwarten wird. Natorferfahrten wecken Hoffnung auf ein Leben im Licht, aber sind diese Eindrücke verlässlich?

Kennen Sie den Ausspruch „Über den Jordan gehen“? Umgangssprachlich bedeutet das, dass sich ein Mensch im Sterbeprozess befindet oder bereits gestorben ist. Diese Redewendung stammt aus der jüdisch-christlichen Tradition und erinnert an das wandernde Volk Israel, das aus der Knechtschaft in Ägypten aufgebrochen ist, um das gelobte Land zu finden. Der Jordan ist der größte Fluss Palästinas



und trennt die Wüste von dem hoffnungsvollen Land, in dem Milch und Honig fließen sollen. Im übertragenen Sinne wird dieses Land jenseits des Jordans nachfolgend auch mit dem Himmelreich in Verbindung gebracht. Die Überquerung des Jordans ist also der Übertritt in ein Land der Lebendigen, das uns nach dem diesseitigen Leben und Sterben erwartet. Ein tröstlicher Gedanke, so finde ich, wobei jedem und jeder selbst überlassen bleibt, wie er oder sie dieses Land der Lebendigen für sich deuten möchte. Vielleicht tun uns Bilder gut, wenn wir mehr oder weniger freiwillig aufbrechen und das vertraute Diesseits verlassen müssen. Vielleicht sind solche Bilder hoffnungsvolle „Transportmittel“ über das unbekanntes „Gewässer des Todes“, auf das wir uns wagen, wenn wir loslassen müssen – lebenssatt oder zwangsläufig – bedingt durch Krankheit, körperliche Schwäche und

schwindende Lebenskraft.

Wird es leichter, wenn wir unser „Haus vorher noch bestellt haben“, wenn wir „offene Dinge“ geklärt und uns in Frieden verabschieden können?

Vielleicht ja. Die vielfältigen Erfahrungen unseres Lebens, insbesondere die ganz frühen, haben uns geprägt, ermutigt oder auch verunsichert. Verinnerlichte Glaubenssätze beschweren unsere Bereitschaft dazu loszulassen, oder sie erleichtern sie, weil wir Vertrauen und Hoffnung in uns tragen.

Wir Begleitende am Lebens- und Sterbebett können am Ufer des diesseitigen Lebens da sein. Unsere Aufgabe ist es hinzuhören, uns einzufühlen, respektvoll Resonanz zu geben oder gemeinsam zu schweigen und Vorfindliches auszuhalten. Den Ruf zum Aufbruch hört der sterbende Mensch von anderer Seite. Wir können eine gute Reise wünschen und vielleicht den kostbaren Moment des Abschieds teilen – getragen von einer geheimen Hoffnung darauf, uns am anderen Ufer vielleicht eines Tages wiederzusehen.

Zugleich bleiben Menschen zurück am Ufer, die um den Verlust der leiblichen Gegenwart des geliebten Menschen

Unsere Aufgabe als Begleitende ist es hinzuhören, uns einzufühlen, respektvoll Resonanz zu geben oder gemeinsam zu schweigen und Vorfindliches auszuhalten.



trauern. Auch sie müssen sich früher oder später auf den Weg machen mit ihrer und durch ihre Trauer hindurch. Auch vor ihnen liegt ein herausfordernder Weg und ein noch unbekanntes Land, in dem sie sich zu rechtfinden müssen. Nichts ist wie zuvor und der tiefe Trauerschmerz ist ein Schrei der Seele, ein leibhaftiger Ausdruck der eigenen Empfindung, wie sehr sie den verstorbenen Menschen, ob groß oder klein, alt oder jung, vermissen.

Trauer ist Ausdruck von Liebe und Zuneigung. Man möchte dem vertrauten Menschen weiterhin nahe sein und kann sich gar nicht vorstellen, dass ein Weiterleben ohne ihn möglich sein kann. Trauer ist wichtig, braucht Ausdruck, Zeit und Raum, vielleicht unterstützt durch eine zugewandte und respektvolle Trauerbegleitung. Trauer ist wie ein individueller Kompass, der die trauernde Person an ein neues Ufer jenseits des aktuell unermesslich groß erscheinenden Trauersees führen kann. Vielleicht muss sie am Ufer dieses Sees

eine längere Zeit verweilen, bis der Mut dazu wächst los zu schwimmen, oder die Suche nach individuell hilfreichen Trittsteinen durch unbekanntes Gewässer beginnen kann. Ziel der Reise ist ein neues Land, in dem die trauernde Person trotz des erfahrenen Verlustes weiterleben kann. In diesem Neuland braucht der verstorbene Mensch einen neuen, sicheren Ort. Es muss ein von der zurückbleibenden Person als stimmig erfahrender und gestalteter Ort sein, an dem sie dem geliebten und vermissten Menschen immer wieder nahe sein kann. Die Begegnung an diesem Ort kann sich mal traurig, mal schmerzhaft, mal dankbar und dann auch wieder fröhlich und leicht anfühlen, weil der Schatz gemeinsamer Erinnerungen ungemein kostbar für das eigene Leben war und weiterhin sein wird. Um diesen neuen Lebensort und Begegnungsort erreichen zu können müssen sich Trauernde unumgänglich aufmachen zu neuen Ufern.

Helmut Unglaub, Koordinator

Die Seite zum Mitgestalten

Wir laden Sie, liebe Leserinnen und Leser, zur Mitgestaltung dieser Ausgabe von LEBEN & LASSEN ein. Gestalten Sie ein „Elfchen“ zum Thema „Auf zu neuen Ufern“.

Kurz erklärt:

Ein Elfchen ist ein kurzer literarischer Text mit einer vorgegebenen Form zu einem ausgewählten Thema. Er besteht aus genau elf Wörtern, die in festgelegter Reihenfolge auf fünf angeordnete Verszeilen verteilt werden. Sie laden dazu ein, Wesentliches ganz kompakt auf den „Punkt“ zu formulieren. Die Verse müssen sich nicht reimen.

So könnte ein Elfchen zu unserem Thema aussehen:

AUFBRUCH
BEWÄHRTES BEWAHREN
NEUES MUTIG WAGEN
ZUKUNFT GESTALTEN GABENORIENTIERT HANDELN
SCHÖPFERKRAFT

Und jetzt sind Sie dran:

Wenn Sie möchten, dann senden Sie uns Ihr Elfchen zum Thema an redaktion@hospiz-team.de. Die ersten elf eingesandten Elfchen veröffentlichen wir in der nächsten Ausgabe LEBEN & LASSEN. Wir freuen uns auf Ihren Beitrag!

Wohin geht die weitere Reise des Hospiz-Team Nürnberg?

Demographischer Wandel, Personalmangel, assistierter Suizid ... es sind viele Themen, die unsere Gesellschaft in der aktuellen Zeit beschäftigen, und auch uns als Hospizverein. Seit 30 Jahren machen wir uns für die Hospizarbeit stark und versuchen, die Themen Sterben, Tod und Trauer mehr in die Mitte unserer Gesellschaft zu bringen.

Das Hospiz-Team Nürnberg ist in den letzten Jahren immens gewachsen, und zusätzlich zur klassischen Hospizarbeit haben sich verschiedene Arbeitsbereiche entwickelt. Aus dem Fundament der Ehrenamtlichkeit ist inzwischen ein Team aus 16 hauptamtlichen Koordinator:innen und 3 Mitarbeiter:innen in der Verwaltung gewachsen, die sich auf vielfältige Weise in die Arbeit einbringen. Inmitten der aktuellen gesellschaftlichen Diskussionen sowie der bisherigen Entwicklungen bei uns haben wir uns als hauptamtliches Team für zwei Tage in ein Kloster zurückgezogen, und uns Zeit zum Austausch genommen.

Am ersten Tag haben wir uns mit dem

Thema „assistierter Suizid“ auseinandergesetzt. Ein vielfach diskutiertes Thema, das uns als Hospizverein immer wieder beschäftigt. Hierzu haben wir als externen Referent einen Theologen eingeladen, um das Thema aus einer anderen Perspektive zu betrachten, und darüber ins Gespräch zu kommen, wie es jeder/jedem Einzelnen von uns mit dem Thema geht, und was es für uns als Hospizverein bedeutet. Es entstehen dadurch Herausforderungen und Möglichkeiten in der Gesellschaft, denen wir uns nicht entziehen können, sondern es gilt, diese innerhalb unserer Arbeit mit in den Blick zu nehmen. Bereichert durch den Austausch müssen wir letztendlich abwarten, bis ein konkretes Gesetz beschlossen wird, um weiter denken zu können.

Nach einem ersten arbeitsreichen Tag genossen wir abends gemeinsame Zeit, bevor es am nächsten Tag intensiv um die weitere Zukunft des Hospizvereins Nürnberg ging. Auch hierzu hatten wir uns eine externe Referentin eingeladen, die den Tag moderiert und mit uns gestaltet hat. Wir haben einen Blick auf „das was war“ und „das was ist“ geworfen, indem wir auf die

Entwicklungen der letzten 30 Jahre Hospizvereinsgeschichte zurückgesehen haben. Was ist gewachsen, was ist geblieben, was hat sich vielleicht nicht bewährt. So können wir anschließend den Blick darauf richten, was kommen wird. Ganz im Sinne von „auf zu neuen Ufern“ können wir sicher sein, dass sich in den nächsten Jahren in unserem Hospizverein noch vieles entwickeln oder verändern wird, und wir zu neuen Ufern aufbrechen werden.

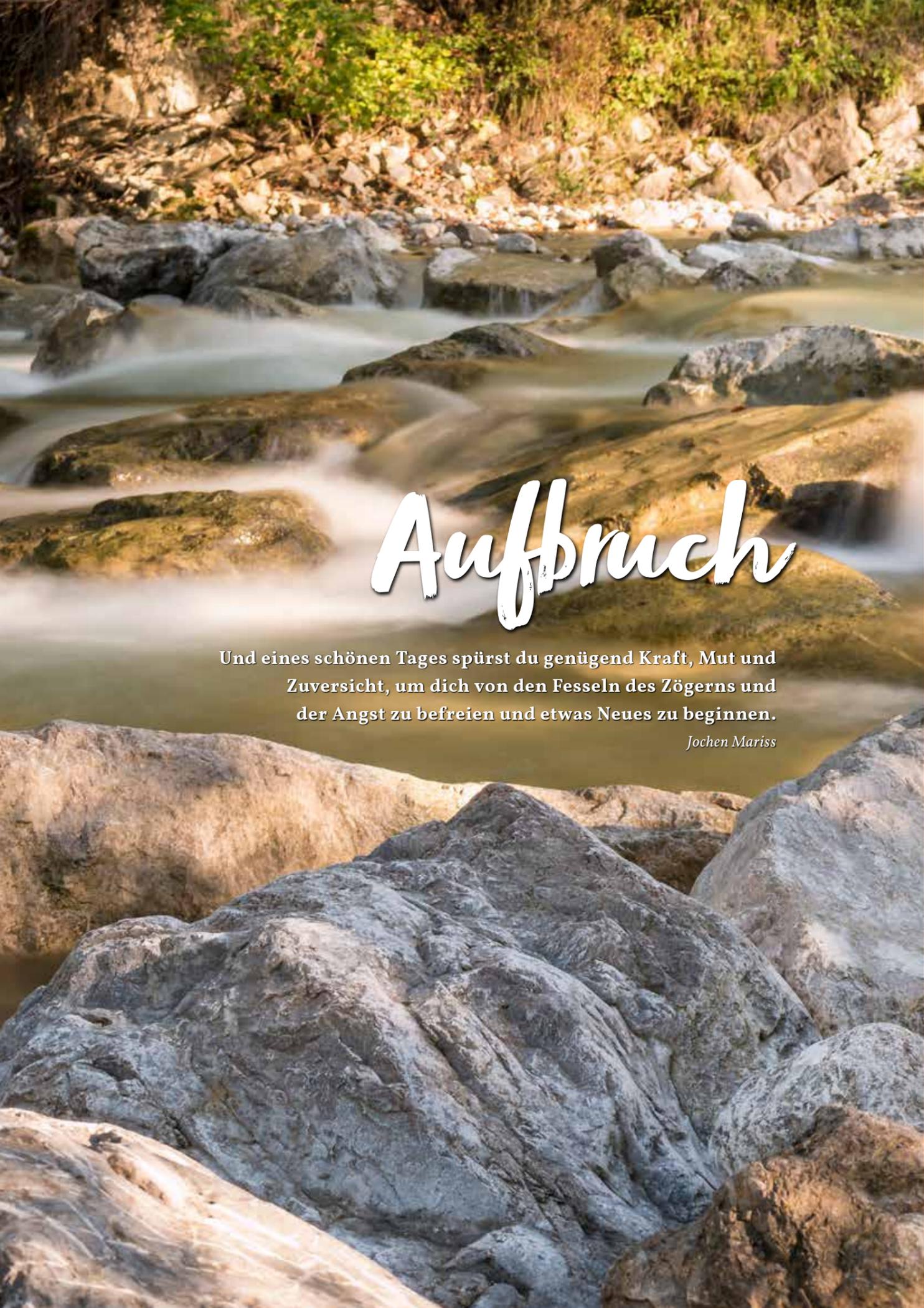
Dabei bleibt eins aber gewiss: die Begleitung von Menschen in ihrer letzten Lebensphase und deren Angehörigen ist und bleibt die Kernaufgabe unserer Arbeit, und diese gilt es bei allen Veränderungen im Blick zu behalten. Seien wir also gespannt auf das was kommt und auf die neuen Ufer, die wir zukünftig noch erreichen werden.

Judith Münch, Koordinatorin

Man kann gar nicht oft genug im Leben das Gefühl des Anfangs in sich aufwecken.

Rainer Maria Rilke





Aufbruch

Und eines schönen Tages spürst du genügend Kraft, Mut und Zuversicht, um dich von den Fesseln des Zögerns und der Angst zu befreien und etwas Neues zu beginnen.

Jochen Mariss

Trittsteine aus der Trauer

Wenn wir einen geliebten Menschen verlieren, tut sich vor uns eine Art Vakuum auf. Wir erleben die Wirklichkeit wie durch einen Schleier und es fällt uns schwer, den Schmerz und den Verlust auszuhalten. So erlebe ich Trauernde in Begleitungen. Die Frage „Hört das jemals wieder auf“? - wird oft gestellt. Eine wirkliche Antwort darauf gibt es nicht. Trauer ist ganz individuell und verläuft so einzigartig, wie es der jeweilige Mensch ist.

Was hat Trauer mit dem Thema „auf zu neuen Ufern zu tun“? Klingt das nicht zu banal und nach dem Aufruf „Das Leben geht weiter“? Ein Satz, den Trauernde nur zu oft von ihrem Umfeld hören, und der sie jedes Mal ein Stück verletzt zurücklässt. Betrachtet man die Trauer aber als Prozess und als einen Weg den man gehen muss, lässt sich die Verbindung viel leichter herstellen. Auf zu neuen Ufern, auf in ein neues, ein anderes Leben ohne den Menschen, der einem sehr viel bedeutet hat. In ein Leben, in dem der Mensch, den man verloren hat noch immer eine große und wichtige Rolle spielt, der aber einen neuen Platz gefunden hat. Einen Zustand, in dem sich die Trauer allmählich in liebevolle Erinnerung wandelt.

Nachfolgend ein paar Gedanken und Äußerungen, die zu den Trittsteinen, die auf dem Weg aus der Trauer betreten werden, passen können. Nicht unbedingt in der aufgeführten Reihenfolge und vielleicht auch nochmals und nochmals. Manche Trittsteine sind vielleicht nicht „unsere Steine“ und werden deshalb gar nicht betreten. Jeder einzelne ist jedoch für sich ein Weg aus der Trauer – der uns mit dem Schmerz, der Wut, der Fassungslosigkeit, aber auch der Hoffnung und dem Weiterleben konfrontiert. Die einzelnen Schritte zu wagen, hinzuschauen, wo der Schmerz sitzt und Emotionen zuzulassen, helfen dabei, das Unfassbare allmählich zu akzeptieren. Nicht nur bei unserer eigenen Trauer, sondern auch wenn Angehörige, Freunde, Nachbarn, Kolleginnen und Kollegen trauern. Mit ihnen gemeinsam die Trittsteine betreten und die aufkommenden Gefühle aushalten. Dieses Dasein, sich nicht Wegdrücken, hilft Betroffenen und es tut ihnen gut, wenn sie sich auf einem Trittstein vielleicht nicht wohlfühlen und Gefahr laufen darauf auszurutschen. Gemeinsam mit dem Trauernden den Weg gehen. Seine Trauer kann ihm niemand abnehmen - das Gefühl, sie mit niemanden teilen zu können, hingegen schon. Das ist unsere Aufgabe, hierbei können wir andere unterstützen – nicht nur als Trauerbegleiter und Trauerbegleiterinnen, sondern auch als Mensch.

1. SCHOCK

Ich war wie betäubt, als der Arzt sagte, wir können nichts mehr für Ihren Mann tun. Trotzdem funktionierten wir weiter – so gut es eben ging.

Das Bild von dem Moment, als wir die Diagnose erhielten, geht mir nicht mehr aus dem Kopf.

Man weiß, dass nahezu täglich schlechte Nachrichten an Angehörige kommuniziert werden müssen, trotzdem glaubt man nie, dass es einen auch selbst treffen könnte.

Alles um mich herum versinkt im Dunkeln.

2. NICHT WAHRHABEN WOLLEN

Abends decke ich den Tisch für dich mit und stelle deine Lieblingstasse an ihren Platz.

Es ist alles nur ein böser Traum, aus dem ich wieder aufwache.

Morgen wache ich auf und alles ist wieder gut.

Mein Blick geht immer wieder zur Tür, weil ich denke, dass du gleich heimkommst.

3. WUT UND EMOTION

Wir hatten doch noch so viele Pläne – warum hast du mich alleine gelassen?

Warum passiert es uns?

Was wird jetzt aus mir?

Wie soll ich jetzt weiterleben? Alles ist so leer.

Es ist ungerecht, dass ich alleine zurück bleibe mit allen ungeklärten Fragen.

4. SICH AUSEINANDERSETZEN MIT DEM VERLUST

Es macht keinen Sinn, dass ich deine Nummer noch immer wähle. Ich weiß, dass du nicht abheben wirst.

Meine Mutter war schon alt und hat ein erfülltes Leben gehabt, aber trotzdem vermisse ich sie.

Ich sollte dankbar sein, dass sie nun keine Schmerzen mehr ertragen muss, aber was ist mit mir und meinen Gefühlen?

Wie soll ich mein Leben neu gestalten? Wer hilft mir?

5. SICH UND DIE WELT NEU SEHEN KÖNNEN

Durch die jahrelange Pflege meines Mannes war mein Leben ausgefüllt. Nun muss ich meine Tage und mein Leben neu ordnen.

Zu Unternehmungen mit meinen Freunden muss ich mich noch zwingen.

Wenn ich dann dabei bin, merke ich, dass es mir guttut.

Egal was ich tue: Die Trauer ist Teil meines Lebens.

6. DANKBARKEIT UND GEDENKEN

Als ich meinem Opa eine Blume aus meinem Brautstrauß auf das Grab legte, fühlte sich das gut an. Es war ein bisschen so, als wäre er dabei gewesen.

Ich fühle Dankbarkeit, wenn ich an die vielen Dinge denke, die wir gemeinsam erleben durften.

Die Erinnerung an unser gemeinsames Leben kann mir niemand nehmen. Ich kann jetzt darüber sprechen.

Es hilft, über dich zu reden – damit bleibst du in unserer Mitte und wir können auch über manche Erlebnisse lachen.

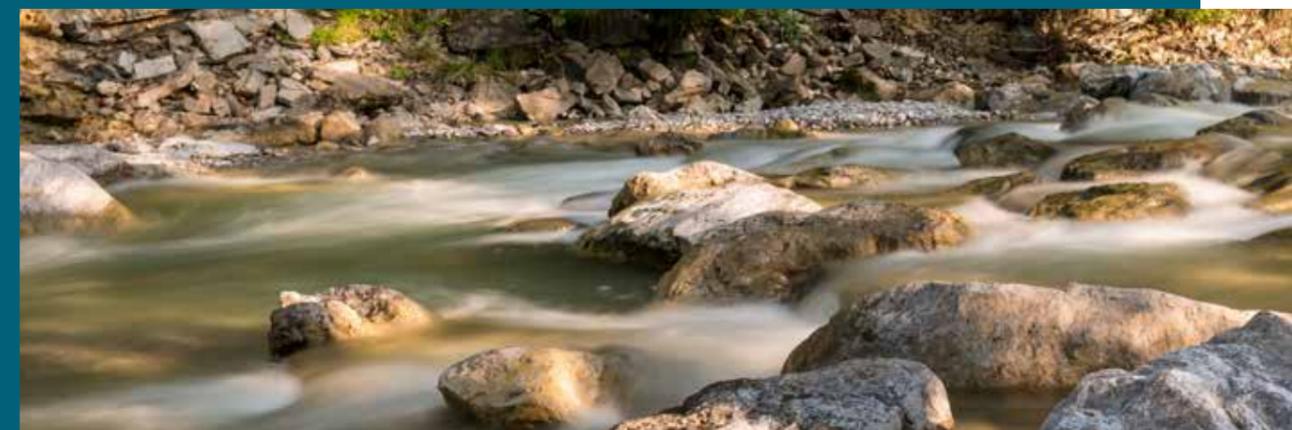
7. HOFFNUNG

Ich kann auch alleine schöne und glückliche Momente erleben. Dafür muss ich mich nicht schämen.

Mein Leben sortiere ich jeden Tag neu. Es ist anders als mein altes Leben, aber auch in meinem neuen Leben hast du einen festen Platz.

Ich erlaube mir zu LEBEN.

Ingrid Kästlen, Trauerbegleiterin



Ein Indianer kennt keinen Schmerz

Was lässt einen kleinen Krieger tapfer sein?

In unserer letzten Kindertrauergruppe haben wir uns mit schwachen und tapferen Kriegern beschäftigt. Was lässt einen kleinen Krieger so tapfer sein? Was gibt ihnen Kraft, was macht ihnen Freude und lässt sie tanzen?

Zu Beginn sind wir mit dem Lied vom kleinen Indianer eingestiegen, der hinter einem Busch sitzt und weint. Das Ganze wird als Fingerspiel mit angeklebter Feder am Finger gespielt.

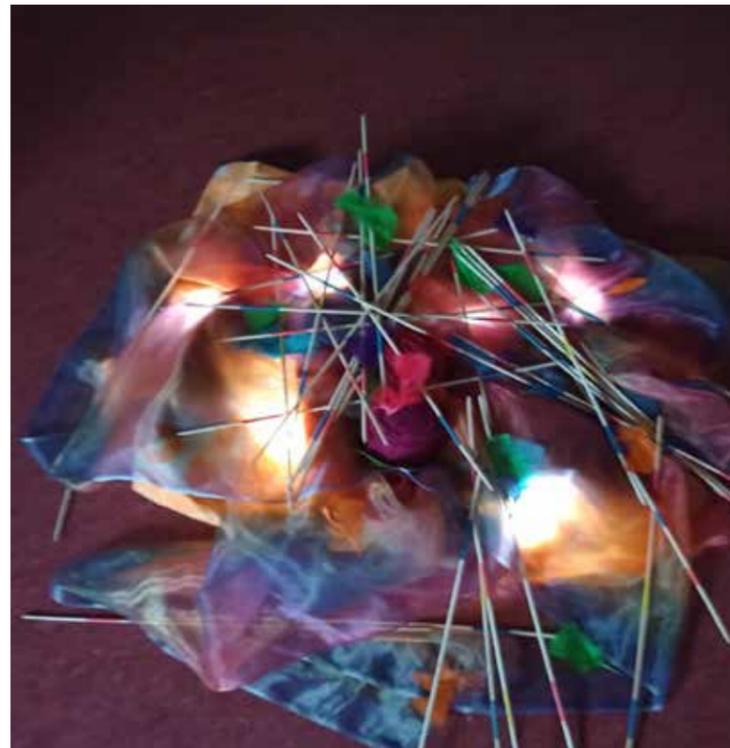
Dabei kommen wir ins Gespräch und sind schon mitten im Thema: Wovor habe ich Angst oder was macht mir Angst? Wann und in welchen Situationen fühle ich mich schwach? Was oder wer gibt mir Kraft? Was macht mich stark? Wer oder was hilft mir?

Um sich wie ein Indianer zu fühlen und als starker Krieger nach Hause zu gehen, haben wir Federschmuck gebastelt, ein Lagerfeuer mit Taschenlampen nachgestellt und pantomimisch Bogenschießen geübt.

Und zum Abschluss haben wir alle zusammen mit den Eltern einen „Kraftspendenden Indianertanz“ um das Lagerfeuer gemacht. Das stärkt

nicht nur das Gruppengefühl, sondern hat auch noch richtig Spaß gemacht. Lachen ist nämlich ein ganz wichtiger Teil in unseren Kindertrauergruppenstunden.

„Auf zu neuen Ufern“ lautet das Thema des neuen Rundbriefes. Wir vom Hospiz-Team haben uns auf den Weg gemacht, und bieten seit Sommer letzten Jahres auch eine Kindertrauergruppe an. Wir haben festgestellt, dass



unsere hospizliche Erfahrung dabei sehr hilfreich ist.

Kinder sind in der Trauer „Pfützenspringer“. Sie springen in die Trauerpfütze und wieder hinaus, zurück ans Ufer und damit in Sicherheit. Dabei brauchen sie Bestätigung und den Raum, sich das zu trauen und es einfach zu tun.

Kinder und Jugendliche werden unausweichlich mit dem Tod konfrontiert. Es gibt kein Leben ohne Tod und keinen Tod ohne Leben. Kinder fragen, wenn sie dürfen und brauchen dann altersgerechte und ehrliche Antworten. Sie spüren, wer Schutz braucht, und schützen so ihre Eltern und Angehörigen. Dadurch sind sie selbst oft wütend,

traurig oder sprachlos. Innerhalb der Kindertrauergruppe erleben sie Trost, Stärkung und Unterstützung und spüren in der Gemeinschaft, dass sie mit ihren Gefühlen und ihrer Trauer nicht alleine sind.

Die Kindertrauergruppe des Hospiz-Team Nürnberg steht Kindern im Alter von 7 - 12 Jahren offen. Wir treffen uns alle 3 Wochen am Freitag von 16:00 Uhr - 18.00 Uhr in den Räumen des Hospiz-Team Nürnberg. Parallel hierzu wird ein begleitetes Eltern-Café angeboten.

Interessierte können sich gerne bei Marion Langfritz melden.

Marion Langfritz, Koordinatorin

Veranstaltungen der Hospizakademie

17.06.2023



Deine Power, Frau!! Der informative Workshop nur für Frauen
Ulrike Buchs-Quante (Sängerin) & Elisabeth Rass
(Schauspielerin)

Sich in Stimmung bringen! Über die Macht der Stimme in jedem Gespräch. Lustige Übungen der Stimmklänge Achtsamkeitstraining! Damit ich mich beachte, meine Grenzen spüre und meine Kraft gezielt einsetze. Entspannung, Wahrnehmung. Zuhören und mitsingen! Einfach Spaß beim entspannten (Wieder)singen mit Spirituals, Popsongs und Schlagern - interaktiv agieren. Das Leben als Spiel! Improvisation: Alleine und mit Partner:innen Körpersprache und Mimik, Rollen spielen. Emotionen erleben, Geschichten erzählen und interaktiv reagieren.

26.06.2023



Räuchern von Kranken- und Sterbezimmern (Julia Lehmann)
Das Seminar wird dazu Anregungen geben, mit welchen Substanzen sinnvollerweise geräuchert werden kann, wie diese wirken, und Beispiele für den Ablauf eines Räucherrituals bringen und Tipps zur praktischen, auch brandschutztechnischen Umsetzung geben.

26.06.2023



Begegnungstage für Ehrenamtliche in Sulzbürg
(Gabi Wollnik und Ulrike Bilz)

Im Alltag der Ehrenamtlichen kommen Begegnung und Austausch untereinander nur bedingt vor - jeder ist in seinem Bereich relativ autonom aktiv und die entsprechenden Treffen sind von fachlichen Inhalten, Information und Betriebsamkeit geprägt. Überregionaler Austausch ist auf einzelne Fachtage pro Jahr beschränkt. Hier bieten die Begegnungstage eine gute Möglichkeit, wirklich Zeit für Begegnung zu haben und sich einem Thema vertieft zu widmen.

21.07.2023



Was schenkt Halt am Lebensende? Spiritualität in der Sterbegleitung (Helmut Unglaub)

Hospizbegleiter werden am Kranken- und Sterbebett immer wieder durch existenzielle Fragestellungen herausgefordert. Es sind Fragen nach dem Sinn des Lebens und Sterbens, nach dem "Wo komme ich her und wo gehe ich hin". Es können Fragen nach einem Gott - einem Schöpfer und Vollender oder auch Richter sein, vor dem man das eigene Leben letztlich rechtfertigen muss. Es kann die Sehnsucht nach einem Urgrund der Liebe sein, in dem die aufgewühlte Seele Geborgenheit und Frieden findet.



29.08.2023



Fahrt ins Blaue (Marcus Hecke)

Gemeinsam machen wir uns mit den Rädern auf den Weg. Entlang der Pegnitz geht es Richtung Lauf/Hersbruck. Der Genuss der Landschaft, der Besuch einer Eisdielen/einer Kirche bestimmen das Tempo, nicht der Tacho oder die eigene Leistungsbereitschaft. Wir wollen den Tag auf dem Rad genießen, Pausen einlegen, uns Geschichten erzählen und uns an der Bewegung erfreuen.

15./16.09.23



Achtsamkeit und Selbstfürsorge (Ute Ries, Achim Kollross)

Wie können wir eine innere Haltung von Präsenz, innerer Ruhe und Mitgefühl - auch mit uns selbst - kultivieren, die die Basis für unsere Begegnungen von Mensch zu Mensch sind? Dafür bieten die Zen-Meditation und die modernen Formen der Achtsamkeits- und Mitgefühlsschulung ein weites Feld bewährter praktischer Übung.

28.09.2023



Demenz hat viele Gesichter: Lügen bei Wahn und Halluzinationen bei Menschen mit Demenz - ONLINE (Veronika Schraut)

Immer wieder sind Pflegende und Betreuende in ihrer beruflichen Praxis mit Fragestellungen konfrontiert, deren Beantwortung sich als Herausforderung abzeichnet. Beispielsweise die Fragen "Wann werde ich abgeholt?" oder "Wo ist denn mein Mann?" sind schwierig zu beantworten, da eine ehrliche Antwort oftmals nicht verstanden wird bzw. große Trauer und Enttäuschung beim fragenden Menschen mit Demenz hervorrufen würde. Ist es demnach ethisch vertretbar, die hilflose Person anzuschwindeln? Sie zu vertrösten, wohl wissend, dass der Mann, der Bus etc. gar niemals kommen wird? Welche anderen Möglichkeiten haben wir in der pflegerischen Praxis, damit umzugehen?

29./30.09.23



Sprache wirkt - Sterbende und Angehörige behutsam am Lebensende begleiten - ONLINE (Ina Willax)

Dieser Kurs ist gleichermaßen für neue und erfahrene Lingva-Eterna-Teilnehmer gedacht. Die Grundlage dieses Seminars ist das Lingva Eterna® Sprach- und Kommunikationskonzept. Sie werden einen Einblick erhalten darüber, was Sie mit Sprache alles machen können, und was Ihre Sprache mit Ihnen macht.

Mehr Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie unter www.hospizakademie-nuernberg.de oder rufen Sie uns unter 0911-891205-30 an.

Warum hast Du Dich jetzt für die Ausbildung zur Hospizbegleiter:in entschieden?

Diese Frage haben wir unseren zukünftigen Hospizbegleiter:innen gestellt.

“Schon lange bin ich an der Hospizarbeit interessiert. Jetzt im Ruhestand, mit mehr Zeit und dem Wunsch nach einer sinnvollen Aufgabe, habe ich mich für dieses Ehrenamt entschieden. Menschen auf dem letzten Weg zu begleiten, ihnen ein würdevolles Sterben zu ermöglichen, das Thema Tod nicht zu tabuisieren, ist eine, wie ich finde, sinnvolle gesellschaftliche Aufgabe. Ich hoffe, ich kann dazu beitragen.” *Gabi Schirwing*

“Als Doula Geburtsbegleiterin ist mir die Unterstützung von Familien am Anfang eines Lebens vertraut. Doch auch andere prägende Lebensveränderungen bedürfen einer emotionalen Begleitung, einer Schulter zum Anlehnen, einer empathischen Entlastung. Da Geburt und Tod zum Leben gehören, schließt sich mit der Sterbebegleitung für mich der Lebenskreis. Deshalb habe ich mich für die Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin entschieden, um auch am Lebensende meinen Mitmenschen Unterstützung anzubieten. Die Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt. Und es sind die kleinen Dinge, die für viele eine ganz große Hilfe bedeuten.” *Ute Ottmann*

“Das Thema „Sterben und Tod“ war in meiner Familie ein großes Tabuthema, über das nicht gesprochen wurde. Ich konnte dies als Kind schon nicht verstehen, denn warum dieses Thema ausklammern, wenn es uns alle früher oder später betreffen wird. Neulich bin ich zufällig mit einer Dame ins Gespräch gekommen, die über ihre ehrenamtliche Hospizarbeit berichtet hat. Das hat mich neugierig gemacht. Seit März befinde ich mich nun selbst in der Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin, und ich kann jetzt schon sagen, dass dies eine große Bereicherung für mich ist.“ *Heike Engelhardt*

Herausgeber	Hospiz-Team Nürnberg e.V. Deutschherrnstraße 15 - 19, 90429 Nürnberg Telefon: 0911 891205-10 Mail: redaktion@hospiz-team.de Homepage: www.hospiz-team.de
Redaktion	Diakon Dirk Münch (V.i.S.d.P.) Iris Feneberg, Anja Geier, Cornelia Grötsch, Diakon Marcus Hecke, Ingrid Kästlen, Diakon Thomas Mrotzek, Susanne Riedner, Diakon Helmut Unglaub, Gabriele Wollnik
Fotos	123rf.com, Stockfotos von istock, adobe stock, eigene Aufnahmen
Gestaltung	STRAHLER Design.Kommunikation.Projekt www.strahler-design.de
Druck	Schuster-Druck GmbH

