

Ausgabe 01/2022

# HOSPIZPOST

Hospizbewegung Peine e.V.



## **Impressum**

Hospizbewegung Peine e.V.  
Kantstr. 40  
31224 Peine

Tel.: 05171 90 52 522 | 0176 32459809  
Mail: [www.hospizbewegung-peine.de](http://www.hospizbewegung-peine.de)

Ausgabe: 57/2022

Herausgeber: Hospizbewegung Peine e.V., Lydia Meyer (Vorstand)

Redaktion: Julia Maricek, Gabriele Ritter

Layout: Vanessa Rüprrich

Druck: Giese & Seif, Peine



# Inhalt

Editorial	5
Angebote eines ambulanten Hospizdienstes	6
Regelmäßige Angebote	8
Joachim Pech stellt sich vor	9
Ehrenamtstag	11
Sterbebegleitung konkret	14
Spenden und Danksagungen	16
Kinder trauern anders?	18
Tag der Kinderhospizarbeit	20
Buchempfehlung	21
Die Realitätsfrage	22
Fortbildung Integrative Validation	24
Fortbildung Selbstfürsorge	26
Wir erinnern uns in Dankbarkeit	28
Trauerarbeit als Präventionsarbeit	29
Unsere Trauer-Angebote	30



Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten die erste Ausgabe der Hospizpost im Jahr 2022 in Ihren Händen.

Nach zwei Jahren massiver Einschränkungen durch Corona und nach einem dunklen und verregneten Winter hat der März mit viel Licht und Wärme die Dunkelheit vertrieben. Wir konnten und können endlich wieder planen. Bereits Anfang März fand für unsere ehrenamtlich Mitarbeitenden ein Fortbildungswochenende im Kloster Drübeck statt. (Eigentlich wollten wir schon im März 2020 nach Drübeck fahren.) Evelyn Schatke, Dagmar Schön und Gabriele Ritter berichten über unsere Fortbildung.

Gemeinsam mit dem PalliativNetz Peine e. V. können wir in diesem Jahr eine Gedenkfeier für die von uns begleiteten Verstorbenen ausrichten.

Nachdem der 1. Peiner Hospiz- und Palliativ-Care-Tag im Herbst 2018 ein großer Erfolg war, sollte eigentlich bald eine ähnliche Veranstaltung folgen. Für den 9. November 2022 ist nun eine Folgeveranstaltung mit vielen interessanten Themen geplant.

Im September 2021 erhielten vier neue Sterbebegleiterinnen ihre Zertifikate. Wir brauchen dringend weitere Unterstützung. Nun startet im Mai ein neuer Vorbereitungskurs. Erfreulich ist, dass in diesem Jahr zehn Kursteilnehmer\*innen auf ihren Einsatz im ambulanten Hospizdienst vorbereitet werden.

„Du sollst dich der Sonne zuwenden, nicht dem Schatten.“  
(Friedrich Nietzsche)

Ich wünsche Ihnen trotz Corona und trotz der großen Sorgen um den Krieg in der Ukraine viel Licht!

Mit herzlichen Grüßen



Lydia Meyer  
(1. Vorsitzende)



# Was sind die Angebote eines Ambulanten Hospizdienstes?



## Psychosoziale Begleitung von Personen, die schwer erkrankt und sterbend sind

Personen, die schwer erkrankt sind und sich in ihrer letzten Lebensphase befinden, benötigen oft neben der medizinischen und pflegerischen Versorgung weitere menschliche und persönliche Unterstützung. Die ehrenamtlich Mitarbeitenden der Hospizbewegung Peine e. V. begleiten die Betroffenen und die ihnen nahestehenden Menschen kostenlos, um im Alltag zu entlasten. Diese Entlastung kann bedeuten, dass ein Gesprächspartner da ist, der zuhört oder vorliest, der da ist, um miteinander zu sprechen oder auch miteinander zu schweigen, der einfach nur Zeit hat für einen Spaziergang, auch mit Rollator oder Rollstuhl.

Die Optionen während einer Begleitung sind vielfältig und richten sich jeweils nach den Bedürfnissen und Möglichkeiten aller Beteiligten. Die Koordinatorinnen der Hospizbewegung Peine e. V. klären während eines persönlichen Erstgesprächs die Wünsche der betroffenen Person und schicken im Anschluss eine passende zertifizierte ehrenamtlich tätige Begleiterin bzw. einen Begleiter in die Häuslichkeit, ins Seniorenheim oder ins Krankenhaus. Allerdings werden bei der psychosozialen Begleitung durch Hospiz-Mitarbeitende weder hauswirtschaftliche noch pflegerische Tätigkeiten übernommen.

## Begleitung und Unterstützung von An- und Zugehörigen

Die Begleitung eines schwer erkrankten und sterbenden Menschen bedeutet für Angehörige und Freunde ebenfalls eine grundlegende Veränderung des eigenen Lebens. Die Sorge um den erkrankten Menschen und die bestmögliche Versorgung des Sterbenden schränkt die eigenen Freiräume und die Zeit für die alltäglich zu erledigenden Dinge stark ein. Eine ehrenamtliche Begleitung kann hier durch das Dasein beim betroffenen Erkrankten eine Zeitspanne der Ruhe und Entlastung für die An- und Zugehörigen ermöglichen. Auch Gespräche der Angehörigen und Zugehörigen selber mit dem ehrenamtlichen Begleiter sind möglich und können mitunter sehr hilfreich sein. Wir, die Hospizbewegung Peine e. V. stehen Angehörigen und Freunden auch beim Abschiednehmen zur Seite und begleiten sie mit unseren Trauerangeboten auch über den Tod hinaus.

# Regelmäßige Angebote

## **Die Hospizbewegung Peine e.V. stellt sich vor.**

Die Hospizbewegung Peine wurde 1995 als gemeinnütziger Verein gegründet mit dem Anliegen, schwerkranke und sterbende Menschen und deren Angehörige zu unterstützen.

Jeder Mensch hat das Recht auf eine Betreuung und Begleitung, die seinen Wünschen und Werten entspricht, um seine ganz persönliche Lebensqualität zu erreichen. Das Ziel der Begleitung ist, auf die vielfältigen Bedürfnisse Sterbender und trauernder Menschen individuell einzugehen. Die Begleitung im Abschieds- und Trauerprozess steht im Mittelpunkt, sowie die Entlastung und Unterstützung pflegender/betreuender Angehöriger.

Die ehrenamtlichen Mitarbeitenden des ambulanten Hospizdienstes begleiten zuhause, im Seniorenheim und im Krankenhaus. Sie begleiten Erwachsene, Kinder und Jugendliche. Sie werden durch einen Vorbereitungskurs und Weiterbildungen für die Aufgabe der Sterbe- und Trauerbegleitung geschult.

Die Begleitung ist unentgeltlich, unterliegt der Schweigepflicht und ist unabhängig von Religionszugehörigkeit.

**Offene Sprechstunde: Im Büro nur mit vorheriger telefonischer Anmeldung jeden Mittwoch, 10.00 bis 13.00 Uhr**

**Kantstr. 40, 31224 Peine**

Die Sprechstunde im Klinikum Peine fällt zur Zeit aus.



## Mein Weg in die Hospizbewegung Peine

Grundvoraussetzung, um Hospizbegleiter zu werden, ist die innere Einstellung mit Menschen umzugehen, auf sie zuzugehen und sie auch zu verstehen zu wollen. Das gilt insbesondere dann, wenn es bedeutet Notlagen von Menschen erkennen zu können und ein gewisses Maß an vorhandener Hilfsbereitschaft zu praktizieren. Außerdem ist die berufliche Ausbildung und der Werdegang mit entscheidend für den Entschluss, diese Art der ehrenamtlichen Tätigkeit auszuüben.

Ausschlaggebend für meinen Entschluss waren die Vorkommnisse in meiner Familie im Jahr 2016. In diesem Jahr verstarb 89-jährig meine Mutter im Krankenhaus und sechs Wochen später 93-jährig meine Schwiegermutter in einem stationären Hospiz (vorweggegangen waren Krankenhausaufenthalt und REHA). Nach diesen unseres Erachtens menschenunwürdigen Turbulenzen hat sie letztendlich als vierzehntägiger „Gast“ in dem Hospiz ein würdiges, ruhiges Ende gefunden. Auch die Abschiednahme durch uns Angehörige hat in einer würdevollen, ruhigen Atmosphäre im „Gastzimmer“ mit Kerzenschein stattgefunden. Wir haben uns auch dort ohne Druck des Personals relativ lange „verabschiedet“.

Aufgrund dieser Erfahrungen habe ich dann den Weg in eine Hospizarbeit gesucht und zunächst durch einen Zeitungsartikel in unserer Tageszeitung gefunden. In dieser hat die Hospizbewegung Peine zu einem Informationsabend eingeladen, um ehrenamtliche Mitarbeiter gewinnen zu können. Aufgrund meiner grundsätzlichen Bereitschaft hat man durch diese Veranstaltung bei mir „offene Türen“ vorgefunden und ich habe mich noch am selben Abend in eine dort ausliegende Liste eingetragen. Später wurde ich dann zu einem „Vorstellungsgespräch“ - 6-Augen Gespräch - mit 2 Koordinatorinnen eingeladen. Danach habe ich dann die Freigabe für den Vorbereitungskurs (von Mai – Oktober 2019) erhalten.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Hospizpost – 9

Ich habe dann mit zwei weiteren Männern und vier Frauen diesen Kurs, z.T. auch als Wochenendseminar, mit einem Zeitvolumen von 108 Stunden, nach dem „Celler Modell 4.0“ erfolgreich absolviert. Als Abschluss wurden uns dann im Rahmen einer Feierstunde (mit Presse) die Zertifikate ausgehändigt.

Seit dieser Zeit hatte ich bisher vier Begleitungen, die ich ehrenamtlich nach Abstimmung mit den Koordinatorinnen und den jeweiligen Angehörigen durchgeführt habe - nach den Erkenntnissen, die in dem Vorbereitungskurs vermittelt wurden. Aufgrund der guten und sorgfältigen Vorbereitung ist mir diese Arbeit auch nicht schwer gefallen, obwohl manche Situationen belastender Art waren. Jedoch bietet die Hospizbewegung für unser „Seelenheil“ Supervisionen an, bei denen wir uns mit der jeweiligen Supervisorin / Supervisor über die Erlebnisse austauschen können.



Joachim Pech



# „Wir helfen beim Sterben, aber nicht zum Sterben.“

## **Hospizvereine sind eine Reformbewegung für die Gesellschaft**

Es gibt viel Scheu, viele Berührungängste im Zusammenhang mit Tod und Sterben. Unterbewusst stellen sich Bilder mit Schmerz, langen Leidenszeiten, Apparatemedizin ein. Befürchtungen, Ängste steigen in uns auf. Wir werden mit unserer eigenen Endlichkeit konfrontiert. Unsicherheiten weit und breit in der Gesellschaft...

Um in konkreten Situationen Ansprechpartner zu haben, Beistand zu bieten, sind Hospizvereine gegründet worden. Diese Initiativen „von unten“ mit ihren ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern haben sich zu einer „echten Reformbewegung“ (Dr. Prönneke) entwickelt.

Um auf diesem Weg für andere da zu sein, ist auch immer wieder gegenseitige Stärkung und Unterstützung erforderlich. Beim Ehrenamtstag für die Region Süd-Ost-Niedersachsen auf Burg Warberg (Kreis Helmstedt) ging es um den „assistierten Suizid“.

Seit nunmehr zwei Jahren wird in der Gesellschaft intensiv und kontrovers diskutiert. Im Februar 2020 hat das Bundesverfassungsgericht das Recht zur Selbsttötung gestärkt – ebenso das Recht, dazu Hilfe in Anspruch zu nehmen. Wie das konkret umgesetzt werden kann, dafür wird der Gesetzgeber noch Verfahrensregelungen definieren müssen.

Die drei Referenten setzten sich mit dem Spannungsfeld zwischen Selbstbestimmung und Fremdbestimmung auseinander. „Wir haben nicht die Autonomie, die uns das Urteil glauben lässt“, so der Braunschweiger Palliativmediziner Dr. Rainer Prönneke. „In unserer Gesellschaft ist die Unabhängigkeit zunehmend zum obersten Lebensziel erhoben worden. Das gerät uns jedoch zum Schaden, wenn wir faktisch in Abhängigkeit geraten.“ Denn: jeder ist abhängig, braucht andere. Allein sind wir nicht überlebensfähig. Überdeutlich gilt das für die frühen Lebensjahre ebenso wie zum Lebensende hin.

Jeder ist eingebunden in eine Gemeinschaft. Unser Leben können wir nur in diesem Rahmen gestalten. Und von unseren Entscheidungen sind immer auch andere betroffen. So weist Seelsorger Volkmar Schmuck darauf hin, dass uns das Leben nicht gehört – und wir es schließlich auch wieder abgeben müssen. Spätestens zum Lebensende hin endet unsere relative Selbstgestaltung, es sei denn, wir suchen einen „Notausgang“, wie er es nennt. Von Rosemarie Fischer, Juristin beim Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung, lernen die Hospizhelferinnen und -helfer: „Selbsttötung an sich ist nicht strafbar. Deswegen kann eine Unterstützung auch nicht strafbar sein. Dagegen sind jedoch alle Handlungen strafbar, bei denen jemand einen anderen tötet.“ Die Abgrenzung zwischen assistiertem Suizid und aktiver Sterbehilfe ist also ein schmaler Grat. Seelsorger Schmuck bringt es auf den Punkt: „Wie soll man jemandem erklären, der nicht in juristischen Kategorien denkt, dass man einem Sterbewilligen einen Becher mit todbringendem Medikament hinstellen darf - andererseits wäre aber schon das Anreichen eine aktive Unterstützung!“ Die Referenten sind sich einig, dass diese Grenze irgendwann auch fallen könnte. Das Kriterium der „Tatherrschaft“ steht im Raum.

Das Bundesverfassungsgericht stellt auch fest: Niemand darf zur Suizidbeihilfe verpflichtet werden. Dies gilt für Angehörige, Pflegekräfte und für Ärztinnen und Ärzte gleichermaßen. Gerade Ärzte sind angetreten, Leben zu schützen und zu erhalten. So sieht Dr. Prönneke wie viele seiner Kolleginnen und Kollegen seine Aufgabe nicht darin, Beihilfe zum Suizid zu leisten. Er versteht sich als „Berater“. Gibt es doch für Menschen, die selbstbestimmt sterben möchten, mehrere Alternativen: Therapieverzicht, eine symptomlindernde (palliative) Versorgung, das Sterbefasten und letztlich die sogenannte palliative Sedierung. Prönneke: „Es gibt Leid, aber auch viel Tiefe im Sterben.“ Diese letzte Phase bietet die Chance einer umfassenden, bewussten Lebensbilanz. Schwachsein darf gelebt werden. Gerade dann kann ein Lebensweg zu seinem Höhepunkt finden. „Es ist ein Highlight, wenn jemand das Glück dieses Augenblicks genießen kann“, so Koordinatorin Petra Scholz-Marxen. Wir haben alle die Möglichkeit der Selbstentwicklung bis zuletzt. Das sollte von allen Beteiligten im Blick behalten werden.



Zum Leben gehören Sterben, Tod und Trauer dazu. Man kann und soll darüber sprechen. Die Hospizbewegung sucht nach Wegen, diese Themen wieder ins gesellschaftliche Bewusstsein zurückzuholen.

In der ersten Reihe: Dr. Rainer Prönneke, Braunschweig (stehend), Rosemarie Fischer, Celle und Volkmar Schmuck, Wolfenbüttel.

Foto: Ingrid Rehfeldt



Ehrenamtliche haben das bei ihren Sterbebegleitungen häufig erfahren dürfen. Was wird auf sie und ihre Vereine nach dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts zukommen? Die Frauen und Männer sind darin geübt, Bedürfnisse von schwerkranken und sterbenden Menschen wahrzunehmen. Um kompetente Gesprächspartner in existentiellen Situationen sein zu können, müssen sie ihre eigene Haltung zu Leben und Sterben geklärt haben. Das wird jetzt noch einmal verstärkt notwendig sein.

Für die Ehrenamtlichen war neben dem besonderen historischen Ambiente des Veranstaltungsortes und der freundlichen Atmosphäre der vereinsübergreifende Erfahrungsaustausch wichtig. In Workshops gingen sie Fragen der Begleitungspraxis nach: Wie können wir Menschen notfalls auch noch ohne Worte erreichen und über die Sinne eine Beziehung aufbauen und entwickeln? Schon allein eine liebevolle, wohlwollende Nähe vermittelt eindeutig Ruhe und Sicherheit. Aus Vertrauen kann wiederum Gelassenheit und Kraft für wichtige innere Prozesse entstehen, die zur Entfaltung drängen. Worauf ist zu achten, wenn Menschen mit einer dementiellen Erkrankung begleitet werden? Was sind Signale für spirituelle Bedürfnisse und wie kann darauf reagiert werden? Auch die Phase zwischen Tod und Bestattung braucht viel Aufmerksamkeit. Die Teilnehmenden waren sich einig, dass die Gestaltung dieser Zeit von besonderer Bedeutung für die nachfolgende Trauer ist. Am Ende stand eine Fülle von Ritualen bereit, auf die in dieser wichtigen Zeit zurückgegriffen werden kann.

Ulrike Jürgens



Wer hofft  
ist jung.

Wer könnte atmen  
ohne Hoffnung  
dass auch in Zukunft  
Rosen sich öffnen

ein Liebeswort  
die Angst überlebt

Rose Ausländer



## Was alles noch geht - Sterbebegleitung konkret

Im letzten Lebensabschnitt, bei einer schweren Erkrankung, die das Leben begrenzen wird, machen viele Menschen eine ähnliche Erfahrung: Freunde und Bekannte ziehen sich zurück, trauen sich nicht mehr vorbeizukommen oder anzurufen, sind unsicher, haben Berührungängste – und wollen oder können sich manchmal einfach auch nicht mit dem Thema „Abschied und Sterben“ auseinandersetzen.

So ist es auch Carola Hielscher ergangen, die zum zweiten Mal schwer und lebensbegrenzt an Krebs erkrankt ist. Sie ist 66 Jahre alt und weiß nicht, wieviel Lebenszeit ihr noch zur Verfügung steht. Mutig hat sie sich aber nicht nur getraut, ihre begrenzte Lebenszeit innerhalb ihrer Familie zu benennen, sondern hat auch Kontakt mit der Hospizbewegung aufgenommen und um eine Langzeit-Weg-Begleitung durch eine ehrenamtliche Begleiterin gebeten. Die Begleitung erfolgt nun schon seit September letzten Jahres. Ausgangspunkt war für Carola Hielscher persönlich die Frage, was ihr auf ihrem Weg noch hilfreich sein könnte.

Hospizbegleitung, so sagt sie, bedeutet nicht nur, die allerletzten Schritte mit einem Begleiter zu tun, sondern man kann sich auf dem langen Weg davor bereits unterstützen zu lassen. Auch wenn sie mit ihrer Familie über ihre Erkrankung sprechen kann, so fällt es ihr selbst manches Mal leichter, mit ihrer Hospiz-Begleiterin darüber zu reden und ihre Familie nicht zusätzlich zu belasten. „Durch die Begleitung habe ich das Gefühl, ich bin mit meinen Sorgen gar nicht so allein!“, sagt sie. In der Begleitung erfährt sie Mitgefühl und nicht Mitleid, was ein feiner und wichtiger Unterschied ist. Und es wird manches Mutmachende unternommen: vom gemeinsamen Weihnachtsgeschenke-Einpacken über einen Stadtbummel im Rollstuhl, von intensiven Gesprächen über kleine Handreichungen ist vieles möglich. Und, vor allem wird auch gelacht in dieser Begleitung. „Es geht nicht nur um meine Krankheit, sondern auch um mein Leben!“, sagt sie. Man kann noch so vieles besprechen und gestalten, und sie empfiehlt anderen Betroffenen: „Warten Sie nicht zu lange damit, sich Unterstützung zu holen!“

Zu unseren ehrenamtlichen Begleiterinnen gehören auch Annegret Bitar, Monika Faßhauer und Iris Mauke, die erst im letzten Jahr ihren Vorbereitungskurs als Sterbebegleiterinnen absolviert haben. Auch als Begleiter erlebt man eine Begleitung als Bereicherung für das eigene Leben. „Bei schwerstkranken oder sterbenden Menschen erleben wir oft eine außergewöhnliche Tiefe und nichts Oberflächliches mehr. Was ist wirklich wichtig im Leben?“, das ist oft ihr Thema.“, schildert Monika Faßhauer, und Anne Bitar ergänzt: „Man lernt viel über das Leben, wenn man es vom Ende her sieht.“ Dennoch empfinden die Begleiterinnen ihre Arbeit nicht als Last. „Man kann auch Sterbenden noch ein Lächeln ins Gesicht zaubern, das ist einfach schön!“, so berichtet Iris Mauke. Begleitungen sind nicht immer nur traurig, und es wird durchaus viel gelacht bei allem Schmerzhaftem. „Wir wurden durch den Vorbereitungskurs gut auf unsere Einsätze vorbereitet und versuchen, allen von uns begleiteten Menschen mit Empathie und Sensibilität zu begegnen. Es zählt immer das, was da ist, wenn wir einen Menschen besuchen. Wir schenken Zeit und Zuwendung.“ Mehr ist es nicht – aber auch nicht weniger.

Wir danken Carola Hielscher für den Mut, offen von ihrer Erkrankung und ihrer Begleitung zu berichten. Wir danken auch unseren drei Ehrenamtlichen für die Bereitschaft, ihre Tätigkeit stellvertretend für unsere anderen 40 ehrenamtlichen Mitarbeitenden zu beschreiben!



## Unsere Weihnachtsspende

Wir bedanken uns herzlich bei Familie Seydel, die mitten im Groß Bültener Ortskern den schönen Groß Bültener Hof betreibt!

Am 20.12.2021 überreichte uns Steven Seydel zwei Spenden-Schecks über insgesamt 2000.- Euro als besonderes Weihnachtsgeschenk. Da im Groß Bültener Hof neue Biergartenmöbel angeschafft wurden, konnten die vorherigen Tische und Stühle für einen guten Zweck versteigert werden. Durch die Spendenaktion der Junggesellschaft Ölsburg

von 1830 im letzten Jahr war Familie Seydel zuvor auf unsere ehrenamtliche Vereinsarbeit aufmerksam geworden und hatte beschlossen, uns zu unterstützen. Der Erlös durch den Verkauf des Biergarteninventars in Höhe von 1200€ wurde von Familie Seydel Senior noch um 800 € aufgestockt, sodass 2000 € als Endsumme an die Hospizbewegung Peine e.V. für die Begleitung schwersterkrankter Erwachsener, Jugendlicher und Kinder übergeben wurde.

Anja Mücke





## Spende Faurecia 19.02.2022

Frank Matthies in seiner Funktion als Controller und Mitglied des Betriebsrates der Firma Faurecia und Katrin Ahnsorge (Facility Managerin) überreichten der Hospizbewegung Peine am 19. Februar einen wunderbaren Spendenscheck.

Der Betriebsrat als Schirmherr hatte im Sommer letzten Jahres begonnen, altes Büromobiliar an Arbeitnehmer weiterzuverkaufen, um den Erlös der Hospizbewegung sowie der Peiner Tafel zukommen zu lassen. Die Summe wurde mithilfe von Spenden für jeden Verein auf das schöne Ergebnis von 1650.- Euro aufgestockt.



Das Geld darf für die Trauerarbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen genutzt werden, welche ausschließlich über Spenden finanziert werden kann. Katrin Ahnsorge gab den Wunsch der Spender weiter, mit dem Geld schwerstkranken oder trauernden Kindern eine Freude zu bereiten oder einen Wunsch zu erfüllen.

Wir danken herzlich der Firma Faurecia für diese tolle Spendenaktion!



# Kinder trauern anders? Bericht über die Fortbildung zum Thema Kindertrauer

An zwei Wochenenden im Januar trafen sich 12 Teilnehmerinnen, darunter die zwei Koordinatorinnen Claudia Baderschneider und Anja Mücke, im Familienzentrum Peine-Süd, um sich in der Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen ausbilden zu lassen.

Die 4-tägige Fortbildung, die jeweils 6 Stunden umfasste, wurde von der Koordinatorin Dagmar Huhnholz vom Hospizverein Wolfsburg geleitet, die dort die Kinder- und Jugendlichen-Trauerarbeit aufgebaut hat und die zudem in systemischer Trauerbegleitung und Traumapädagogik ausgebildet ist. Inhaltlich sollten die Teilnehmerinnen dazu befähigt werden, trauernden Kindern und Jugendlichen angemessen zu begegnen, diese zu stärken und deren Bezugspersonen zu unterstützen sowie konkret in der Leitung der Kindertrauergruppe „KiKu“ bzw. dem Aufbau einer Jugendtrauergruppe mitzuarbeiten.

Dementsprechend wurde unter anderem zunächst einmal entwicklungspsychologisch betrachtet, wie Kinder und Jugendliche altersbedingt Verluste erleben und Trauer ausdrücken können. Gesunde Trauerreaktionen wurden dabei ebenso behandelt wie erschwerte Trauer und ihre Risikofaktoren. Insbesondere die große Methodenvielfalt ist mir in Erinnerung geblieben, so gab es neben einem Methodenpool mit verschiedenen Spielen und Interaktionskarten rund um das Thema auch jeden Tag mindestens eine „gestaltete Mitte“ und immer auch kreative Anknüpfungspunkte an das persönliche Erleben der Teilnehmenden selbst, was auch nach dem langen Fortbildungstag noch weiter zum Nachdenken anregte.

Ein gut sortierter Bücher- und Materialtisch weckte Interesse, das ein oder andere Unterthema eigenständig zu vertiefen.

Ein methodischer Höhepunkt war sicherlich der Besuch von Caro und ihrer Puppenspielerin, die uns eindrücklich zeigte, wie spielerisch die Begegnung mit trauernden Kindern gestaltet werden kann.

Positiv anzumerken ist, dass neben der Vermittlung von theoretischen Inhalten auch immer das eigene Handeln der Teilnehmerinnen im Focus stand, so wurden z. B. Weinbergschnecken als „individuelle Stimmungsbarometer“ kreativ gestaltet oder auch das Puppenspiel ausprobiert sowie Fallbeispiele und Gesprächssituationen in Form eines Rollenspiels bearbeitet. Die Fortbildung lebte von der sehr kompetenten und gleichzeitig motivierenden Dagmar Huhnholz, die wirklich für die Kinder- und Jugendtrauerarbeit „brennt“ und uns alle mitreißen konnte.

Am Ende des letzten Fortbildungstages wurde allen Teilnehmerinnen feierlich ein Zertifikat überreicht, welches sie befähigt, in der Kinder- und Jugendtrauerarbeit des Hospizvereins mitzuwirken, woran viele Teilnehmerinnen auch Interesse bekundet haben. Es hat bereits erste Nachtreffen unter den Teilnehmerinnen gegeben, um das Erlernte für die Mitarbeit im Verein zu konkretisieren.

Bettina Fricke



# Tag der Kinderhospizarbeit

Der vom Deutschen Kinderhospizverein ausgerufenen „Tag der Kinderhospizarbeit“ macht jedes Jahr am 10. Februar auf die Situation von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit lebensverkürzender Erkrankung und auf deren Familien aufmerksam. Das grüne Band als sein Symbol steht für die Hoffnung, dass sich immer mehr Menschen mit ihnen verbunden fühlen und sich an die Seite der betroffenen Familien stellen.

In diesem Jahre hingen Plakate zum Kinderhospiztag in den Bussen des Landkreises Peine.

Zusätzlich wurden grüne Lichter in die Fenster gestellt und setzten ein Zeichen für die jungen Menschen mit lebensverkürzender Erkrankung und für ihre Familien. Unser Erkerzimmer leuchtete grün, und mit uns verbanden sich auch die Peiner Stadtwerke und die Geschäftsstelle von Peine Marketing und ließen ihre Fenster grün erstrahlen.

Anja Mücke





## Buchempfehlung

**Christine Feldmann:**  
**„Stirb nicht, ohne mir zu sagen,  
was ich tun soll...“**

Heute stelle ich Ihnen ein Buch vor, welches eine große Unterstützung bietet in Vorbereitung des nahen Todes eines Angehörigen, bzw. Bekannten. Meistens ist man nicht vorbereitet, wenn es ums Sterben, den Tod oder die Trauer geht.

Dieses Buch bietet Hilfe, wenn der Tag X herannaht und man ohnmächtig der Situation gegenübersteht. Es bietet Antworten auf die dringlichsten Fragen, gibt wertvolle Informationen, die durch kompetente Interviewpartner vermittelt werden. Welche Bestattungsform bzw. Bestatter ist die/der richtige? Wie soll die Trauerfeier gestaltet werden? Welcher Gott hat das Sagen im Himmel?

Diese und viele andere Fragen werden in dem Buch liebevoll, menschlich und begleitend aufgegriffen und erarbeitet.

„Die Antwort auf die Frage, ob es sich lohnt, sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer zu beschäftigen, bleibt stets in der Beurteilung des Einzelnen.“ (Ch.Feldmann)

Ich durfte Frau Feldmann als Trauerrednerin zu den Trauerfeiern meiner Eltern kennen und schätzen lernen. Sie ist ein sehr warmherziger, mitfühlender Mensch, der durch seine Arbeit genau weiß wovon er spricht.

Heike Baerens

# Die Realitätsfrage

**Im März gab es eine Fortbildung zu dem Thema  
„Integrative Validation nach Nicole Richard“.**

Dabei handelt es sich um eine Methode zur Kommunikation mit Menschen mit Demenz, die auf Wertschätzung beruht. Ein Anfangsthema der Fortbildung waren verschiedene Varianten von Demenz. Der jüngste Patient war 28 Jahre alt, mein Alter. Mit einem Mal ist das Thema, das einem noch weit weg erschien, ganz nah.

Da es sich um eine unheilbare Krankheit handelt, bleibt lediglich der richtige Umgang nach der Diagnose, mit Unterstützung und Verständnis. Es gibt drei verschiedene Phasen, in denen die Menschen mit Demenz unterschiedlich unterstützt werden können.

Phase Eins: die leichte Demenz. In diesem Stadium nimmt der an Demenz erkrankte Mensch alles wahr, Vergesslichkeit oder plötzliches Nicht-mehr-Können von Dingen, die vorher alltäglich waren, treten auf. Eine Diagnose der Krankheit macht klar, dass es kein Heilmittel oder Hoffnung auf Besserung gibt. Es ist häufig die Phase, die auch von Depressionen begleitet wird.

Phase Zwei: die mittelschwere Demenz: Es kommt bei den Patienten zu einem Gefühl, dass etwas nicht stimmt. Die Ursache dafür kann aber nicht benannt werden. In dieser Phase wird vom Menschen mit Demenz viel gesucht und er wandert unruhig hin und her.

Phase Drei: die schwere Demenz. In dieser Phase ist der Mensch mit Demenz auf tägliche Versorgung und Pflege angewiesen. Es kommt zu schweren körperlichen und motorischen Beeinträchtigungen bis hin zum Verlust von verbaler Kommunikation.



Der Übergang zwischen den Phasen ist fließend. Während am Anfang noch Notizzettel helfen, kommt es mit dem Fortschreiten der Krankheit zu einer Änderung der Realität. Die Realität, wie wir sie wahrnehmen, existiert für den an Demenz Erkrankten nicht mehr. Für ihn öffnen sich ohne Nachvollziehbarkeit vergangene Erlebnisse, die für ihn dann aktuell sind. Sachliche Unterhaltungen sind nicht mehr möglich. Eine Alternative in der Kommunikation ist hier, lediglich auf das Gefühl einzugehen, das der Mensch mit Demenz einem entgegenbringt, je nachdem in welchem Kapitel seiner Vergangenheit er sich gerade befindet. Denn die Gefühlsebene, darauf kann man sich verlassen, ist bei dieser Krankheit immer echt.

Diese Krankheit kann jeden treffen. Der Verlust von Gedächtnis, Kontrolle und Persönlichkeit ist schwer zu begreifen und zu verkraften. Das mindeste, was jeder Einzelne tun kann, ist dem Menschen mit Demenz mit Respekt zu begegnen. Sämtliches Verhalten, wie es im Laufe der Krankheit auftreten wird, passiert weder mit Absicht und erst recht nicht aus Böswilligkeit.

Evelyn Schatke



## **„Der Mensch mit Demenz möchte sich wahrgenommen fühlen.“**

### **Fortbildung Integrative Validation bei Menschen mit Demenz**

Stellen Sie sich Ihr Langzeitgedächtnis vor als ein riesiges Bücherregal, gefüllt mit tausenden von Büchern. Jedes Buch steht für ein Ereignis, eine Lebenserinnerung. Als gesunder Mensch haben Sie Zugriff auf die meisten Bücher, können Sie nach Bedarf hervorholen, betrachten, wieder ins Regal stellen und ein anderes Mal neu und gezielt hervorholen.

Nun stellen Sie sich vor, dass der Zugriff auf Ihre Lebens-Bücher erschwert ist, nicht mehr gelingt. Buch für Buch verschwindet unwiederbringlich aus dem Regal, und Sie finden sie nicht mehr wieder. Ihr Kurzzeitgedächtnis funktioniert schon nicht mehr, und nun geht auch ihr Langzeitgedächtnis noch verloren. Was nun?

Genau dies erleben Menschen, die an Demenz erkranken. Zu Beginn ihrer Erkrankung können sie noch auf die meisten Bücher zugreifen, aber mit fortschreitender Demenz verschwinden immer mehr Erinnerungen aus dem Regal. Stattdessen „überfallen“ die Erinnerungen sie, unkontrollierbar, wie aus einem Nebel auftauchend. Bücher gehen auf und wieder zu, ein neues Buch wird unvermittelt hervorgeholt. Das können Geschichten sein oder Themen, manchmal treten sie auch immer wieder auf – bis das Lebensbuch irgendwann ganz aus dem Regal verloren geht. Die Realität eines Menschen mit Demenz ist eine andere als unsere. Er springt zwischen Geschichten der Vergangenheit, in unserem Bild zwischen Lebens-Büchern hin und her, und der Weg in „unsere“ Realität ist versperrt.

Für uns als Hospiz-Begleiter stellt sich die Frage, wie wir angemessen und auf eine gute Art Menschen mit Demenz begegnen können. Frank Rieke, Diplom-Geragoge stellte uns in einer intensiven Fortbildung die Methode der „Integrativen Validation bei Menschen mit Demenz“ nach Nicole Richard vor. Mit viel Theorie und vielen praktischen Übungen haben wir den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen geübt.

Gedächtnis, Denkvermögen, Intelligenz und emotionale Kontrolle gehen mit fortschreitender Demenz-Erkrankung verloren. Wie können wir einem Erkrankten begegnen? Dafür gab Frank Rieke uns Leitsätze an die Hand: Menschen mit Demenz sind gefühls-stark. Wenn auch Logik, Denkvermögen und Erinnerungen verloren gehen, können sie doch gut ausdrücken, was sie fühlen. Sobald es uns als Begleiter gelingt, das von uns wahrgenommene



1. Der Mensch mit Demenz hat immer recht. Eine andere Wirklichkeit als die eigene kann er nicht mehr verstehen.
2. Erklärungen gegenüber dem Erkrankten oder inhaltliche Diskussionen mit dem Erkrankten in unserer Realität können nicht mehr gelingen, weil er sie nicht mehr verstehen kann.
3. Sprechen Sie mit dem Erkrankten über sein in der jeweiligen Situation vorherrschendes Gefühl oder Thema. Der Ausdruck seiner Gefühle ist dem Menschen mit Demenz bis zum Lebensende möglich.

Gefühl anzusprechen, kann sich der Mensch mit Demenz verstanden fühlen. Validation heißt, jemanden wertschätzend mit seinem Gefühl wahrzunehmen, es anzunehmen, zu akzeptieren, zu unterstützen beim Ausdrücken des Gefühls, dabei zu helfen es zu formulieren. Es gilt also, sehr genau hinzuhören und hinzuschauen.

Vielleicht kann das ein Beispiel anschaulicher machen (entnommen der Broschüre „Menschen mit Demenz in der Pflege und Betreuung“. AWO Psychiatriezentrum Königslutter): Eine 92-jährige an Demenz erkrankte Frau sitzt morgens weinend im Bett und sagt „Ich habe in der letzten Bombennacht meine beiden Kinder verloren.“ Es ist aus ihrer Biografie bekannt, dass dieses Ereignis im 2. Weltkrieg genau so stattgefunden hat.

Wichtig: Die Dame erlebt die Situation in ihrer eigenen Realität aktuell und wahrhaftig. Es ist nicht hilfreich (und wird auch nicht gelingen), sie in unsere Realität orientieren zu wollen. Sätze wie „Aber das ist doch schon über 70 Jahre her“ oder „Heute ist hier doch gar kein Krieg mehr.“ kann sie nicht nachvollziehen. In ihrer eigenen Realität herrscht in diesem Moment Schmerz und Trauer. In dieser Situation ist es gut, auf das vorherrschende Gefühl einzugehen, z.B. mit den Sätzen „Es ist aber auch schwer seine eigenen Kinder zu verlieren!“ Die alte Dame wird sich angenommen und verstanden fühlen und darf ihre Trauer zeigen und leben. Das in diesem Fall bedrückende Erinnerungsbuch wird sich wieder schließen können.

Begeben Sie sich in die Welt des Menschen mit Demenz, so lautete der Ratsschlag von Frank Rieke, und „Der Mensch mit Demenz möchte sich einfach nur wahrgenommen und verstanden fühlen.“

## Fortbildung „Selbstfürsorge“

Nach langer coronabedingter Wartezeit starteten wir am 04.03.2022 endlich wieder einmal zu einem Fortbildungswochenende für ehrenamtlich Mitarbeitende im Kloster Drübeck. Neben dem Kursthema „Demenz und Validation bei der Begleitung Sterbender“ wurde auch ein Workshop zum Thema Selbstfürsorge angeboten. Von diesem möchte ich berichten:

Nach einigen organisatorischen Ankündigungen stellten wir uns mit selbst ausgewählten Fotokarten einander vor: der Paraglider, der Taucher, der leere Schreibtisch oder eine ansprechende Gartenbank- wie identifiziere ich meine jetzige Stimmung mit diesen Bildern?

Außerdem hatten wir jede einen persönlichen Gegenstand mitgebracht, den wir auf eine Art Landschafts-Stimmungskarte stellten. Wo befinde ich mich gerade? Im Dickicht, auf einer Gratwanderung, auf dem Ruhefelsen oder doch in einem Schlepplift? Unsere Gruppenleiterinnen Claudia und Sigrid erklärten uns, was alles zur Selbstfürsorge gehört und jeder für sich überlegte, welche Rollen er im täglichen Leben übernimmt: Mutter, Freundin, Ehefrau, Arbeitnehmer- die wichtigste Rolle, das ICH, hatten wir alle nicht bedacht.

Um ein wenig zu uns zu finden, gingen wir deshalb einzeln ein Stück spazieren. Wir sollten dabei die Augen offenhalten und einen Gegenstand oder das Foto eines Gegenstands mitbringen, der uns anspricht.

Da kam so einiges zusammen. Wir sprachen über den stillen Spaziergang und die Gegenstände, die uns aufgefallen waren. Die Gegenstände (Federn, Blumen, ein Stück Holz usw.) wurden an ihren Fundort zurückgebracht und wir besuchten die Orte, an denen die Fotografien entstanden waren.

Nachdem wir als nächstes ein leckeres Mittagessen zu uns genommen hatten, führte uns Claudia auf eine Fantasiereise, bei der wir herrlich entspannen konnten. Es folgte ein Nachmittag des „künstlerischen Gestaltens“: Windlichtertüten wurden geprickelt oder Steine mit der Dot-Painting -Methode verschönert. Auch hier wieder war es entspannend und kurzweilig. So war der erste Tag unseres Workshops schon fast vorbei. Wir bekamen noch eine entspannende Gesichtsmaske geschenkt und tauschten untereinander unsere Morgenrituale aus- mit der Aufgabe, den nächsten Tag mit einem fremden Morgenritual zu beginnen.

Natürlich war am nächsten Tag die Frage: „Wie kamen wir mit dem ungewohnten Morgenritual zurecht?“ In Verbindung mit einer selbstgezogenen „Gute-Laune- Karte“ war das ein idealer Einstieg in die Morgenrunde.

Danach ging es um Theorie: Die fünf Ebenen der Selbstfürsorge wurden besprochen. Der Vormittag war schnell vorbei und wir überlegten für uns wiederum anhand der Landschaftskarte, ob der von uns mitgebrachte Gegenstand evtl. durch den Workshop schon eine andere Position eingenommen hatte.

Zum Schluss zogen wir unter dem Motto „Es ist was es ist, sagt die Liebe“ noch ein kleines Präsent der Seminarleiterinnen.

Mit einem gemeinsamen Mittagessen ging das wunderschöne Hospiztreffen viel zu schnell vorbei.

Dagmar Schön





# Wir erinnern uns in Dankbarkeit



An **Renate Mittal**,

die die Hospizbewegung durch ihre Mitarbeit im Beirat viele Jahre unterstützt und beraten hat - verstorben im September 2021

An **Fritz Missal**,

der als Hausmeister in der Christuskirche viele Veranstaltungen der Hospizbewegung mit vorbereitet hat – verstorben im November 2021

An **Ralf-Dieter Grobe**,

der sich mit seinem Fachwissen und im Vorstand der Hospizbewegung lange Jahre eingebracht hat - verstorben im Februar 2022

# Trauerarbeit als Präventionsarbeit

Trauer an sich ist auf Dauer ein heilsamer Prozess. Sie braucht Zeit, und die benötigte Zeit ist bei jedem Menschen sehr individuell. Trauer beinhaltet den Schmerz, das Abschiednehmen, das Loslassen, das Zurückkehren in das Leben – wenn sie als Abschiedsprozess gelingen soll. Dabei gibt es Faktoren, die einen Trauerprozess unterstützen können: Trauer kann gelingen, wenn sie gelebt werden kann. Wenn Ort und Zeit da sind, um über den Verlust zu sprechen, wenn Menschen da sind, die zuhören können. Wenn Angebote da sind, die Raum geben für den Trauerprozess.

Allerdings ist der Tod immer noch ein Tabuthema, es herrscht oft gesellschaftliche Sprachlosigkeit. Aber Trauer kann krank machen, wenn der Abschied und der Tod nicht verarbeitet werden, wenn keine Hilfe da ist. Insbesondere wenn Kinder keine Angehörigen mehr haben oder die Eltern selbst überfordert sind, schaffen die Kinder es meistens nicht, ihre Trauer allein zu verarbeiten. Ungelebte Trauer aber kann bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

zu Depressionen, Angststörungen oder Panikattacken führen. Dieser Entwicklung möchten wir in der Hospizbewegung mit unseren Angeboten vorbeugen und geben präventiv der Trauer und den Trauernden Raum:

- im Trauercafé für Erwachsene
- in Kinder- und Jugend-Trauergruppen
- in Einzelbegleitungen für Erwachsene, Kinder und Jugendliche

Trauerarbeit ist Präventionsarbeit: Sie kann verhindern, dass spätere Belastungsstörungen entstehen. Leider wird Trauerarbeit von den Krankenkassen nicht als Präventionsarbeit anerkannt und somit auch nicht von ihnen gefördert und refinanziert. Das heißt, dass wir als Hospizbewegung die Ausbildung unserer ehrenamtlich Mitarbeitenden, die Einrichtung und Finanzierung der Trauergruppen allein über Spenden leisten müssen.

Aber es ist uns ein wichtiges Anliegen, denn: Trauerarbeit schafft Raum für neue Kraft.

Gabriele Ritter



# Unsere Trauer-Angebote

## **Trauercafé für Erwachsene**

2. und 4. Dienstag im Monat,  
nachmittags – Teilnahme nach Voranmeldung

## **Kinder-Trauergruppe KiKu**

2. und 4. Mittwoch im Monat,  
nachmittags – für Kinder im Alter zwischen 6-12 Jahren  
Teilnahme nach Vorgespräch

## **Jugend-Trauergruppe**

Im Aufbau. Voraussichtlich Freitag, nachmittags

## **Einzelbegleitung**

von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen nach Absprache

# Antrag auf Mitgliedschaft

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Hiermit stelle ich den Antrag auf Mitgliedschaft in der Hospizbewegung Peine e.V., die Satzung erkenne ich an. Ich verpflichte mich, den Mitgliedsbeitrag in Höhe von

\_\_\_\_\_ (mind. 32€ / Jahr für Einzelpersonen )

\_\_\_\_\_ (mind. 48€ / Jahr für Ehepaare/eingetragene  
Lebenspartnerschaften)

auf folgendes Konto zu entrichten: Sparkasse Hildesheim Goslar Peine  
IBAN: DE50 2595 0130 0003 9260 60, BIC: NOLADE21HIK

## Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats

### Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die Hospizbewegung Peine e.V. widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Hospizbewegung Peine e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem AHD auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kredit-Institut vereinbarten Bedingungen.

Kredit-Institut: \_\_\_\_\_

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

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

Ort, Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_



**Ambulanter Hospizdienst der Hospizbewegung Peine e.V.**

Kantstraße 40, 31224 Peine

Koordination: Claudia Baderschneider & Anja Mücke

Tel.: 05171 - 9052522

Mobil: 0176 - 32459809

[info@hospizbewegung-peine.de](mailto:info@hospizbewegung-peine.de)

[www.hospizbewegung-peine.de](http://www.hospizbewegung-peine.de)

**24-Stundenrufbereitschaft**

05171 - 590189

**Spendenkonto**

Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

IBAN: DE50 2595 0130 0003 9260 60

BIC: NOLADE21HIK

**Mitglied im:**



Deutscher Hospiz- und  
Palliativverband e.V.



**HOSPIZ- UND  
PALLIATIVVERBAND  
NIEDERSACHSEN E.V.**



**SONne**

Ambulante Kinderhospizarbeit  
Süd-Ost-Niedersachsen

**Kooperationspartner des:**



Palliativnetz Peine