



Hospiz-Hilfe
M E P P E N

Die Meppener

Hospiz-Zeitung

**Trauer geht
unter die Haut**

Das Tattoo als Ritual in Trauer
Seite 9

**„...und die Welt
steht still...“**

beim Konzert „Letzte Lieder“
Seite 10

**Sterben hat ganz
viel mit Leben
zu tun**

Erkenntnisse der Ausbildungs-
gruppe 14
Seite 16

Leitgedanken

Aufstehen

Das Leben hat
mich
umgehauen,

ich bin
hingefallen,
ganz tief,
bin gestrauchelt

aber
ich werde wieder
aufstehen
hängen lassen
gilt nicht,
mit Hoffnung und Zuversicht
in die
Zukunft blicken,
das Leben
lohnt sich.

Simone Welters



Ich bin 41 Jahre alt, komme aus Meppen, bin Förder-
schulpädagogin und lebe mit meinem Mann und als
Mutter von drei Kindern im Alter von drei, sieben und
zehn Jahren seit vielen Jahren in Osnabrück.

Im März 2016 erkrankte ich schwer an einer Autoim-
munerkrankung meines Gehirns und Rückenmarks.
Infolgedessen kam es zu einer Stammhirnblutung, die
ich beinahe nicht überlebt hätte. Ich kann nicht mehr
sprechen und werde über eine Magensonde ernährt,
da ich nicht mehr gut schlucken kann. Ich bin fast
völlig bewegungsunfähig und sitze im Rollstuhl. Zum
Glück habe ich nach harter Therapie immerhin Kon-
trolle über meine rechte Hand bekommen, mit der ich
mittels einer Computermouse wieder Texte schreiben
und mit meiner Umwelt kommunizieren kann.

Nach einjährigem Krankenhausaufenthalt lebe ich
zurzeit in einem Pflegeheim und versuche, in mühe-
voller Kleinstarbeit möglichst viele meiner verlorenen
Fähigkeiten neu zu erlernen. In dieser schweren Zeit
habe ich einige Gedichte geschrieben.

Zum Jahresthema 2018 „Achtung [vor der] Trauer“
möchte ich der Hospiz-Hilfe Meppen und allen, die
hier Schutz in ihrer Trauer erleben oder die Trauernde
begleiten, mein Gedicht „Aufstehen“ widmen.

In der Trauer gibt es manchmal keine Worte mehr, das
musste ich an vielen Tagen erfahren, aushalten. Zu er-
leben, wie Menschen mich dabei begleiten, indem sie
mich in meiner Trauer achten, hilft mir und bestärkt
mich in dem Glauben daran, dass es einen liebenden
Gott gibt, der mir jeden Tag hilft, wieder aufzustehen.
Trotzdem.

Mit Simone –

Achtung vor allen, die in der Trauer mit-schweigen,
mit-gehen, achtsam bleiben.

Mit Simone –

Mut für alle, die in der Trauer irgendwann wagen, wie-
der aufzustehen.

Für Simone –

Danke für Dich, Deinen unbändigen Lebensmut, Dein
einmalig strahlendes TROTZDEM.



Ihre Dr. Carmen Breuckmann-Giertz
Vorsitzende der Hospiz-Hilfe Meppen e. V.



**Trösten ist eine Kunst
des Herzens,
sie besteht oft darin,
liebevoll zu schweigen
und schweigend mitzuleiden.**

Otto von Leixner



Landes- und Bundesebene

Bundesweites Bewusstsein für hospizliche Arbeit wächst

Rekordsumme bei NDR-Aktion „Hand in Hand für Norddeutschland“: Mehr als 3,6 Millionen Euro Spenden für Hospiz- und Palliativarbeit

Mit einer Rekordsumme schloss im Frühjahr 2017 die NDR Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ ab: Mehr als 3,6 Mio. Euro kamen am Ende für die Hospiz- und Palliativarbeit im Norden zusammen. Das Konto war bis zum 28. Februar 2017 geöffnet und wurde von vielen Bürgern genutzt. Die Spendensumme setzte sich schließlich aus vielen Einzelspenden, der großen Versteigerungsaktion des Roten Sofas in der Sendung „DAS!“ sowie drei Benefizkonzerten in Hamburg und Hannover, zusammen.

Allein am großen Spendentag am 16. Dezember gingen mehr als 32.000 Spenden ein. Von morgens bis abends engagierten sich zahlreiche Prominente sowie NDR Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und nahmen telefonisch Spenden entgegen. Die Liste der freiwilligen Helferinnen und Helfer klang streckenweise wie ein norddeutsches „Who’s Who“, denn dabei waren u. a. Torsten Albig, Stephan Weil, Boris Pistorius, Peter Harry Carstensen, Rudolf Seiters, Martin Kind, Heinz-Rudolf Kunze, Dirk Luther, John Neumeier, Heinrich Romeike, Katrin Sass und Hinnerk Schönemann. Im NDR Fernsehen präsentierten Judith Rakers und Jörg Pilawa ab 20.15 Uhr die Live-Sendung „Hand in Hand für Norddeutschland – Der große NDR Spendenabend“. Darin empfingen sie u. a. den Leiter des Hospizes Leuchtfener, Ulf Bodenhagen, sowie die Gründerin des Hospizes Sternenbrücke, Ute Nerge. Während des Abends nahmen an den Telefonen im Studio prominente Gäste weiterhin Spenden entgegen, darunter Nina Bott, Yasmina Filali, Michael Fitz, Volker Lechtenbrink, Lutz Marmor und viele andere. Als Musikacts bereicherten u. a. Michelle, Max Giesinger, Silbermond und Matt Simons die Sendung und auch der Poetry-Slammer Dominik Bartels befasste sich in deutlicher Sprache mit dem Thema Tod und Sterben.

Das Geld kam schließlich zu 100 Prozent dem Deutschen Hospiz- und Palliativ-Verband e. V. (DHPV) und seinen Einrichtungen in Norddeutschland zugute. Der DHPV, der 2016 Partner der NDR Benefizaktion war, verteilte diese Gelder nach klar festgelegten Regularien an die Hospizarbeit in Schleswig-Holstein, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Niedersachsen nach Eingang verschiedener Anträge der je landesweit vertretenen hospizlichen und palliativen Einrichtungen.

NDR Intendant Lutz Marmor äußerte sich am Ende der Veranstaltung begeistert: „Dieses Ergebnis übertrifft unsere Erwartungen bei Weitem. Ich danke unserem Publikum und bin beeindruckt, dass wir mit diesem besonders schwierigen Thema so viel Aufmerksamkeit und Unterstützung gefunden haben.“



Dr. Carmen Breuckmann-Giertz, Rudolph Seiters, Lothar Küttner und Ulrich Domdey am Spenden-telefon am 16. Dezember 2016.

Jubiläumsjahr 2017

DHPV feiert 25-jähriges Bestehen in Berlin: Zeit zum Innehalten – Rückblick und Ausblick

2017 feierte der Deutsche Hospiz- und Palliativ-Verband (DHPV) sein 25-jähriges Bestehen, was zum Anlass genommen wurde, das Erreichte zu reflektieren und einen Blick in die Zukunft der Hospiz- und Palliativarbeit zu werfen.

Schwerstkranke und sterbende Menschen und die ihnen Nahestehenden benötigen am Ende des Lebens Zuwendung und Unterstützung. Dass diese Erkenntnis sich gesamtgesellschaftlich immer mehr durchsetzt, wurzelt im bürgerschaftlichen Engagement zunächst



weniger Pioniere der Hospizarbeit in den 1980er Jahren. Die Gründung des DHPV im Jahr 1992 als BAG Hospiz, Interessenvertretung der Hospizbewegung, Dachverband der überregionalen Organisationen und Verbände der Hospiz- und Palliativarbeit sowie selbstverständlicher Partner im Gesundheitswesen und in der Politik, war eine notwendige und logische Entwicklung. Heute blickt die deutsche Hospizlandschaft auf 25 ereignisreiche Jahre zurück, in denen für schwerstkranke und sterbende Menschen viel bewegt wurde.

Jubiläumsauftritt

Am 15. Februar 2017 wurde in Anwesenheit von über 200 Gästen aus Politik, Gesundheitswesen und Verbänden der Hospiz- und Palliativarbeit der Auftakt zum 25-jährigen Jubiläum des DHPV gefeiert.



Erich Lange (stellv. Vorsitzender DHPV), Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe, Prof. Dr. Winfried Hardinghaus (Vorsitzender DHPV), Dr. Anja Schneider (stellv. Vorsitzende DHPV), Bundestagspräsident a. D. Prof. Dr. Norbert Lammert und Benno Bolze (Geschäftsführer DHPV).

Bundestagspräsident a. D. Prof. Dr. Norbert Lammert, Schirmherr unseres Jubiläums, Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe und DHPV-Schirmherrin Prof. Herta Däubler-Gmelin haben in ihren Grußworten die Arbeit des Verbands und der in ihm ehren- und hauptamtlich engagierten Menschen gewürdigt. Auch Prof. Philip Larkin, Präsident der European Association for Palliative Care, schickte seine Grüße per Videobotschaft.

Der Bundestagspräsident a. D. bedankte sich bei allen in der Hospiz- und Palliativarbeit engagierten Menschen: „Sie nehmen schwerstkranke, sterbende Menschen in ihrer Einmaligkeit wahr, sie pflegen und begleiten Menschen in dieser schweren Zeit und ermöglichen ihnen einen würdevollen Abschied.“

Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe zitierte in seiner Rede den Soziologen Norbert Elias: Sterbende brauchen „die Freundschaft der Überlebenden“, nicht geschäftsmäßige Beihilfe zum Suizid. Die Schirmherrin Prof. Herta Däubler-Gmelin betonte: „Wir sind auf gutem Weg, um die Verheißung des ersten Artikels unseres Grundgesetzes mit seiner Betonung der Menschenwürde als verbindlicher Richtschnur auch für den Alltag der Menschen in der letzten Lebensphase überall wirksamer werden zu lassen.“

25 Jahre DHPV, das heißt auch 25 Jahre fruchtbare, zum Teil streitbare, aber immer an der Sache orientierte Zusammenarbeit mit den 25 Mitgliedsverbänden und -organisationen. Zusammen haben wir viel erreicht. Der Vorstand des DHPV bedankt sich bei seinen Mitgliedern für dieses Miteinander und für die zahlreichen Glückwünsche.

Den künstlerischen Rahmen arrangierte Stefan Weiler, Ehrenpreisträger des DHPV in der Kategorie Medien- und Öffentlichkeitsarbeit mit seinen „Letzten Liedern und Geschichten aus dem Hospiz“, einem Projekt zwischen Dokumentation, Kunst, Theater und Musik.

www.dhpv.de/aktuell_jubilaeum-2017

Regional

Herzlich willkommen in ersten neuen Räumen am Domhof 21!

Alle Hospizler, große und kleine Interessierte, Besucher oder Menschen, die immer schon mal wissen wollten, wer und was sich eigentlich hinter der Meppener Hospizarbeit verbirgt, begrüßen wir herzlich in unseren neuen Räumlichkeiten am Domhof 21 direkt an der Propsteikirche.



Neben dem ZeitRaum im naheliegenden Krankenhaus soll es hier weiteren Raum geben, um dem Sterben, dem Tod, der Traurigkeit, dem Wunsch nach gemeinsamer Stille, nach einem tröstenden Wort oder nach anderen Wegen des Austausches mitten im Leben unserer Stadt Meppen Platz, Gesicht und Stimme zu geben.

Seien Sie der Hospiz-Hilfe Meppen e. V. herzlich willkommen!



Hier und jetzt allein?!



„Herzlich willkommen!“ Mit diesen Worten begrüßt Stephan Wendt, Mitarbeiter bei „KIM – Kirche in Meppen“, Gemeindereferent und Initiator des Meppener Trauer-Cafés die Gäste, die sich jeden zweiten Samstag des Monats zu Kaffee und Kuchen, aber vor allem zu Gesprächen im Café Koppelschleuse einfinden.

**Der Besuch des Trauer-Cafés ist unentgeltlich.
Gäste tragen die Kosten für Kaffee und Kuchen.**

So verschieden diese Gäste auch sein mögen – jung oder alt, Mann oder Frau, mit frischer Trauer und eher wehmütigen Erinnerungen... sie kommen, um mit Menschen zusammen zu sein, die einen ähnlichen Weg wie den ihren beschreiten „müssen“. Und über diesen Weg gemeinsam reden zu dürfen, ist etwas, was sie bisweilen in ihrem Alltag vermissen. Irgendwann beginnen die plakativen Bemerkungen hilfloser Bekannter, Verwandter – so wie Tina Krug es zusammenfasst:

Man sagt mir, ich solle es nicht so schwer nehmen.

Man sagt mir, das Leben ginge weiter.

Man sagt mir, jeder müsse lernen, Verluste zu überwinden.

Man sagt mir, jede Prüfung des Lebens brächte mich weiter.

Man sagt mir, die Zeit lässt jeden Schmerz vergehen.

Aber: Hier und jetzt bin ich allein!

Beim Trauer-Café diesem Gefühl der Einsamkeit, aber auch anderen Empfindungen Raum zu geben – das ist die Hoffnung der Seelsorgerinnen und Seelsorger, die sich zu den Gästen gesellen. Sie hocken mit ihnen an den Tischen im Café und genießen erst einmal eine gute Tasse Kaffee oder einen herzhaften Tee mit den ebenso schmackhaften Kuchen...

*Ihre Trauer können wir Ihnen nicht abnehmen,
aber vielleicht hilft das Gespräch
mit anderen trauernden Menschen.*

*Sie sind willkommen
in Ihrer Einzigartigkeit
mit Ihren Gefühlen und Sorgen
zum Reden
zum Schweigen
zum Füreinander da sein
zum Weinen
zum Lachen
zum Zuhören*

Schnell entwickeln sich dabei Gespräche über die „Lücke, die bleibt“, über das Ringen um ein Verstehen dessen, was das Leben auf den Kopf gestellt hat, über den Glauben und was Gott mit all dem zu tun hat oder auch nicht... Dabei dürfen die Erinnerungen an das Schöne und Wertvolle, vielleicht auch an das Tragische und Schmerzreiche der Beziehung, die nun gefühlt zu Ende gegangen ist, nicht fehlen. Hier findet keine Therapie statt, nein, einen solchen Anspruch erhebt das Trauer-Café in keinsten Weise. Es möchte nur zu einem intensiven Austausch einladen. Dazu dient auch der Impuls – in Form eines Gedichts, eines Liedes oder einer Geschichte – der versucht, verschiedenste Trauer-Erfahrungen ins Gespräch zu bringen und so die Gäste anzuregen, an ihrem Tisch etwas von ihrer Lebenssituation mitzuteilen, immer in der Gewissheit, dass alle Anwesenden miteinander und aufeinander lauschen möchten. Dabei kann ein Gefühl tiefer Verbundenheit wachsen, denn im Mitteilen erleben die Trauernden, wie ein tiefes Verstehen sie alle verbindet und sie in aller Wahrhaftigkeit mit empathischen Worten sagen können: „Ich weiß, was Du durchmachst!“

oder „Ich verstehe, was Du gerade fühlst!“ Oft fühlen sich dann einzelne Gäste zum ersten Mal nach langer Zeit wieder so richtig gehört und verstanden. Oft fallen da erste Samen des Trostes. Oft beginnt da der mühsame Aufstieg und Ausstieg aus dem „Tal der Tränen“. Aber keiner macht sich etwas vor. Trauer braucht Zeit und diese Zeit möchte das Trauer-Café durch regelmäßige Termine anbieten. Nein, da reichen nicht sechs Wochen, bisweilen auch nicht ein ganzes Jahr. Der Weg der Trauer ist einzigartig und jeder und jede darf diesen „in seiner und ihrer Zeit“ entdecken und langsam gehen, wenn auch bisweilen recht wackelig. Bei diesen ersten Schritten möchten ihnen die Seelsorgerinnen und Seelsorger der katholischen und evangelisch-reformierten Kirche sowie verschiedenster Organisationen zur Seite stehen, denn für sie ist wichtig, dass sich Menschen aus Meppen und Umgebung nicht allein fühlen, sondern im Tiefsten erfahren, dass sie auch in dieser Zeit der Not getragen werden. Tina Krug drückt es in einer Bitte so aus:

Mein Gott, lass mich nicht alleine in diesen Abgrund stürzen.

Strecke Deine Hand aus und fange mich im Fluge ab, bevor ich am Boden zerbreche!

Den Weg der Trauer gemeinsam gehen, sich begleitet und auch „aufgefangen“ zu fühlen... dazu sagen Stephan Wendt und seine seelsorglichen Kolleginnen und Kollegen „Herzlich willkommen im Café Koppelschleuse.“

*Schwester Ulrike Diekmann cps
(„Missionsschwestern vom Kostbaren Blut“)*

**Bei Fragen melden Sie sich gerne bei der
Citypastoral KIM - Kirche in Meppen unter
05931 / 4962555 oder kim@ewe.net
www.kirche-in-meppen.de**

Regional

In jedem von uns ist ein kostbarer Schatz verborgen

Wandertag 2017



Das Wetter konnte sich an diesem Tag im Juni nicht so recht entscheiden, ob es nun Sonne oder Regen schicken sollte. Aber davon hat sich die Gruppe von Hospizlern nicht beeindrucken lassen und startete vom Yachthafen Meppen aus gut gelaunt zu ihrer kleinen Wandertour.



Auf einer Bank am Kanal lauschten alle der Geschichte „Der Fisch und die Muschel“, die von Agnes Albers vorgelesen wurde. Der Fisch, ein aufgeregter, eitler Geselle, der stets in Bewegung war und bewundert werden wollte, traf auf eine Muschel, die in sich ruhend alles beobachtete, was um sie herum geschah, und sich besonders über das silberne Licht freute, das in Vollmondnächten zu ihr hinunterschien. Der Fisch fand das Leben der Muschel langweilig und nannte sie abfällig „kleines Muschelding“. Eines Tages



landeten beide im Netz eines Fischers. Die Fische wurden noch am selben Tag zum Marktplatz transportiert. Als der Fischer die Muschel öffnete, entdeckte er in ihr etwas Wunderschönes. Die Geschichte endete mit den Worten: „Alles, was die Muschel tief unten auf dem Grund des Sees in Stille und Ruhe gelauscht, geschaut, was sie in ihr Herz aufgenommen hatte, war zu einem Schatz geworden, zu einer edlen Perle.“

Agnes hatte für jeden Teilnehmer der Wanderung ein kleines Geschenk vorbereitet, das daran erinnern sollte, dass jeder von uns durch die Erfahrungen des Lebens einen kostbaren Schatz in seinem Inneren trägt.

Bei einem gemeinsamen Essen und angeregten Gesprächen im Restaurant am Yachthafen ließ man den Tag gemütlich ausklingen.



Trauer geht unter die Haut

Vernissage September 2017

Mit Humor nahmen die geladenen Gäste das Angebot an, über den roten Teppich zu schreiten, den das Team des Bootshauses in Meppen vor dem Eingang zum Restaurant ausgelegt hatte. Die Botschaft an jeden Gast aber war damit deutlich, klar und gewollt: „Du bist wichtig – schön, dass Du dabei bist!“



Nach der Begrüßung durch Dr. Carmen Breuckmann-Giertz im Namen der Hospiz-Hilfe Meppen e. V. übernahm Moderatorin Insina Lüschen das Mikrofon und führte die Anwesenden durch den weiteren Verlauf des Abends.



Moderatorin Insina Lüschen bei der Arbeit...



...und im Gespräch mit Carmen Breuckmann-Giertz

Die Künstlerin Anja Lindig ist Psychologin und Neurowissenschaftlerin. Im Rahmen ihrer Weiterbildung zur Trauerbegleiterin entstand das Projekt „Trauerhaut“. Eindrucksvolle Schwarz-Weiß-Fotos zeigen Tattoos von jungen Menschen, die einen schmerzlichen Verlust erlitten haben. Das Bild oder der Schriftzug unter ihrer Haut ist Teil der Auseinandersetzung mit dieser wichtigen Phase ihres Lebens und verewigt die Erinnerung an den verlorenen Menschen durch dieses Ritual.



Künstlerin Anja Lindig (rechts) mit Johanna Kerber

Johanna Kerber, eine der sieben Trauernden, deren Tattoos in der Ausstellung zu sehen sind, berichtete persönlich von ihrer Motivation, sich ein Tattoo stechen zu lassen. Vor drei Jahren nahm sich ihr Freund

Regional

selbst das Leben. Johanna erzählte im Gespräch mit Insina Lüschen: „Ich brauche die Erinnerung vor allem für mich selbst. Weil er nicht seine und unsere Träume erfüllen konnte, heißt das nicht, dass ich sie nicht für mich erfüllen kann.“ Der Schriftzug ihres Tattoos heißt deshalb: I keep having dreams.



Nach dem ersten Teil des Abends durften sich die Gäste an selbst komponierten Klängen des Musikers Thomas Biesitz erfreuen, der live Keyboard und Violine spielte. Bei erfrischenden Getränken und vom Bootshaus-Team zubereiteten kleinen Köstlichkeiten entspann sich unter den Gästen manch angeregtes Gespräch. So entstand, ganz im Sinne der Künstlerin, eine Atmosphäre, in der man sich auf lockere und natürliche Weise mit einem Thema befasste, das in unserer Gesellschaft noch immer mit viel Ernst und möglichst nur am Rande behandelt wird.

Jens Mencke führte dann durch die Versteigerung einer von Christoph Hoge gesponserten 18-Liter-Weinflasche, die am Ende des Abends eine Spendensumme von 5.230 Euro aufweisen konnte.



Im Anschluss an den offiziellen Teil der Veranstaltung war noch Zeit für einen regen Austausch unter den Anwesenden. Am Ende des Abends waren sich alle einig, dass die Ausstellungseröffnung in festlichem Ambiente äußerst gelungen war und ganz im Sinne der Thematik unter die Haut ging.



„...und die Welt steht still...“

Konzert mit besonderer Stimme und Atmosphäre September 2017

Am Abend des 02. Septembers 2017 stand in Lingen für die Dauer von fast zwei Stunden die Welt still, als in der St. Bonifatiuskirche ab 19.30 Uhr das Musik-, Kunst- und Kulturprojekt von Stefan Weiller, Ehrenpreisträger des DHPV in der Kategorie Medien, „...und die Welt steht still – Sterbende erzählen von der Musik ihres Lebens“ aufgeführt wurde.

Unterstützt von Holger Berentzen, Dekanatsreferent Emsland-Süd und Referent in der Stadtpastoral Lingen, gelang es der Hospiz-Hilfe Meppen e. V. und dem Lingener Hospizverein e. V., dieses Projekt, das zuvor schon in zahlreichen Großstädten der Bundesrepublik aufgeführt wurde, in das Emsland zu holen.

Das Projekt

Stefan Weiller ist freischaffender Künstler und arbeitete einige Jahre als Journalist, ehe er nach einigen Artikeln über das Leben im Hospiz begann, Menschen im Hospiz zu interviewen und sie bat, aus ihrem Leben zu erzählen und ein Lied zu benennen, das in ihrem Leben von ganz besonderer Bedeutung war.

Seine Erinnerungen an die Erzählungen dieser Menschen hat Stefan Weiller in Geschichten nacherzählt und dazu eben jenen individuellen „Soundtrack des Lebens“ verknüpft.

Herausgekommen ist eine Reihe von Konzerten, in denen u. a. von Christoph-Maria Herbst und Birgitta Assheuer diese einfühlsamen Geschichten vorgelesen und eben jene „letzten Lieder“ von großartigen Gesangssolisten und Chören vorgetragen werden.

Jedes Konzert ist einzigartig – in jeder Stadt entsteht aufgrund lokalspezifischer Bezüge der Interviewpartner ein ganz individueller Abend. Allen Aufführungen ist gemein, dass Lebensgeschichten vorgetragen werden, die von Einsamkeit, Angst und Trauer erzählen, aber auch von Humor und Lebenslust.

Alle Menschen, die als Interviewpartner an dem Projekt teilnahmen, sind zum Zeitpunkt der Aufführung bereits verstorben, aber durch das Erklängen ihres ganz persönlichen Soundtracks gelingt es Stefan Weiller, dem Zuhörer einen Eindruck dieser Menschen zu vermitteln.

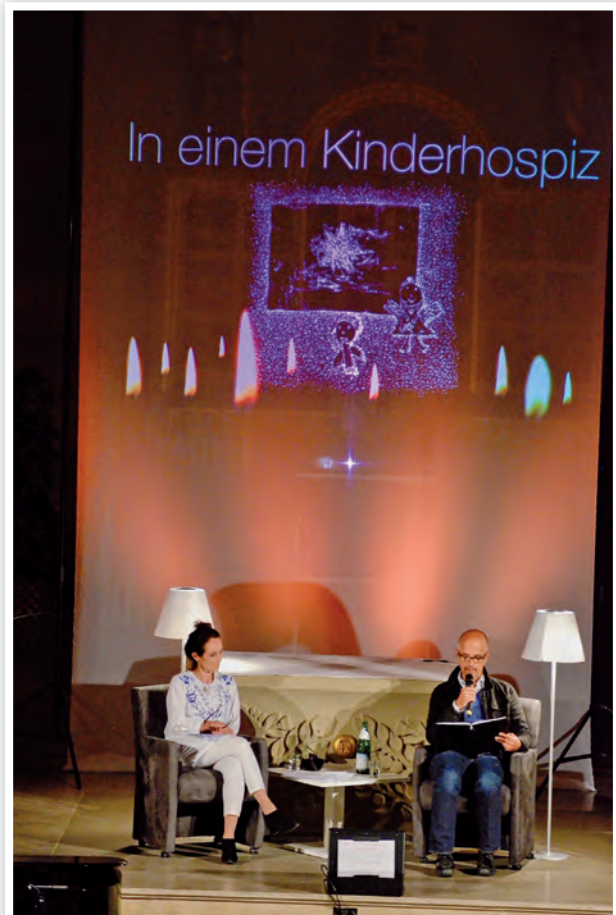
Soundtrack des Lebens



Letzte Lieder: Das klingt nach Abschiednehmen und Trauer. Tatsächlich erklingt an diesem Abend in der St.-Bonifatius-Kirche Lingen aber ein bunter Strauß ganz unterschiedlicher Lieder, die sich Menschen in ihrer letzten Lebensphase gewünscht haben.

Stefan Weiller hat für den Abend in Lingen insgesamt 23 Lieder in sein Programm aufgenommen. Ihm ist eine vielfältige Mischung gelungen; so vielfältig wie die Leben seiner Interviewpartner. Vom Akkordeon-Walzer aus „Die fabelhafte Welt der Amélie“, „Christel von

der Post“, „Freiheit“ von Marius Müller-Westernhagen, dem „Hobellied“, „Ave Maria“, „Paradiso e dell'inferno“, „Der Weg“ von Herbert Grönemeyer bis hin zu „Let's twist again“ von Chubby Chekker waren alle Musikgenres vertreten.



Birgitta Assheuer und Christoph-Maria Herbst sprechen die persönlichen Gedanken der Sterbenden. Sie sitzen vor einer Leinwand im Altarraum, auf der das Farbenspiel eines Kerzenscheins im Wind flackert.

Viele Zuhörer vergießen bei bestimmten Liedern Tränen. So auch, als das Gute-Nacht-Lied „Weißt Du wieviel Sternlein stehen“ vom Chor St. Bonifatius Lingen gesungen wird. Christoph-Maria Herbst erzählt dazu von Ole, der im Kinderhospiz liegt und eine klare Vorstellung vom Himmel hat. In Oles Vorstellung trägt der Himmel grüne Sterne. Christoph-Maria Herbst erzählt davon, dass Oles Mama für ihn „Weißt Du wieviel Sternlein stehen“ singt; ein Lied, das sich wie eine schützende Haut um Ole spannt.

Regional

Birgitta Asshauer erzählt von Marita, 50 Jahre alt: „Wissen Sie, mein Leben war weniger Triangel, sondern mehr Schlagzeug. Weniger Bächlein, sondern mehr reißender Strom. Als Musik am Ende meines Lebens wünsche ich mir ein Schlagzeugsolo, das alle Stationen meines Lebens beinhaltet, meine große Liebe, mein totes Kind, meinen Spaß am Beruf, meine Lebenslust, die Diagnose, die Angst, die Zuversicht und die ganz große Frage: Klappt das in 2:30 Minuten?“

Ja, es klappt. Michael Schrant, der Schlagzeuger, trommelt in der St.-Bonifatius-Kirche Lingen voller Leidenschaft mal leise und mal laut, mal schnell und dann wieder zaghaft; er reißt sein Publikum mit, und es zeigt sich, dass es an diesem Abend nicht um Trauermusik geht.



Danach wurde die Geschichte von Ulrike, 50 Jahre alt, erzählt, die sich das Lied „I will always love you“ von Whitney Houston wünschte. „Wissen Sie, darin gibt es eine Stelle, kurz vor dem Schluss, wenn die Instrumente verstummen, in der Whitney Houston nicht atmet. Man hört nur noch ihre Stimme und sie hält unfassbar lange diesen einen Ton.“ Einfühlsam liest Christoph-Maria Herbst diese Geschichte von Ulrike vor, die immer und immer wieder dieses eine Lied von Whitney Houston gehört hat und dabei fast alles vergessen konnte, weil Whitney Houston an dieser einen Stelle nicht atmet.

„Ich wünsche mir das Lied „Zwei kleine Italiener“, und wenn sie dieses Lied spielen, dann denken sie bitte an eine Frau mit der höchsten Hochsteckfrisur Norddeutschlands“, so lauteten die letzten Sätze, die Birgitta Asshauer einleitend zu der Geschichte einer Frau vor-

liest, ehe eben jenes Lied in Lingen vorgetragen wird.

Das Lied ist ein bekannter Schlager – jeder in der Kirche singt im Refrain mit – und denkt still und leise an eine Frau mit wahnsinnig imposanter Hochsteckfrisur und einer Vorliebe für Conny Francis.



Die einfühlsamen Geschichten, die Christoph-Maria Herbst und Birgitta Asshauer vorlesen, sind manchmal komisch und manchmal tieftraurig. Sie erzählen vom Herzklopfen beim ersten „Ich liebe Dich“ und auch von der Angst, es irgendwann das letzte Mal sagen zu können. Sie erzählen von Klangfarben des Lebens, von Kinderlachen am Strand, Holzknistern im Ofen, vom Ploppen der Luftpolsterfolie und der Sehnsucht nach dem Rauschen des Meeres.

Sie geben Einblicke in Gedanken, die uns bewegen am Ende unserer Tage und appellieren zugleich daran, neugierig zu sein auf das, was das Leben zu bieten hat.

Die Lebensgeschichten sind eingebettet in einen hochemotionalen Liederabend, der mit sprachloser Begeisterung und stehenden Ovationen für grandiose Darsteller endet.

Marina Hülsebus

Berichte aus unseren Fortbildungsangeboten

Spiritualität in der Sterbebegleitung

Ein Seminar mit Manfred Hillmann

Maria spricht mit Gertrud über Momente, die sie besonders berührt haben.

Maria: Es war schön, dass wir ein kleiner Kreis waren. So konnte man sich von Anfang an intensiv austauschen, weil ganz schnell eine große Nähe entstanden ist.

Gertrud: Ja, das habe ich auch als sehr angenehm empfunden. In der kleinen Gruppe wohnte so ein Gefühl der Geborgenheit.

Maria: Es war auch nicht schwer für mich, über charakterliche Defizite zu sprechen, an denen man arbeiten kann. Beispielsweise kann man Gefühle von Machtgier, Hochmut und Zorn mithilfe von Spiritualität besänftigen. Dabei darf man sich Zeit nehmen und geduldig mit sich sein, auch wenn das oft schwerfällt. Das weiß ich ja aus eigener Erfahrung.

Gertrud: Es ist doch gut zu wissen, dass man mit solchen Nöten nicht alleine ist und andere auch damit zu kämpfen haben. Wo hat man schon die Möglichkeit, so offen über diese Dinge zu sprechen.

Maria: Mir ist auch noch einmal klargeworden, dass wir uns selbst liebevoll dort abholen dürfen, wo wir stehen. Nur wenn uns das gelingt, können wir auch trauernden und sterbenden Menschen so begegnen.

Gertrud: Das ist besonders wichtig, weil wir ja für die Menschen, die wir begleiten, da sein möchten und sie nicht belehren wollen. Sie sollen sich vor allem von uns angenommen fühlen.

Maria: In dem Seminar wurde auch deutlich, dass man sich die schönen Dinge im Leben bewusst machen und auch Dankbarkeit dafür empfinden sollte. Für eine positive Lebenseinstellung ist es wichtig, das

Gesichter aus der Hospiz-Hilfe: Melanie Wilke

Mein Name ist Melanie Wilke. Ich bin 37 Jahre alt und von Beruf Krankenschwester. Seit 2006 bin ich ehrenamtlich in der Hospiz-Hilfe Meppen tätig.

Niemand sollte alleine sterben. Weil das mein Anliegen ist, bin ich dem Verein als Mitglied beigetreten. Aufgrund meiner beruflichen Tätigkeit werde ich oft mit dem Tod konfrontiert und durfte schon häufig Menschen auf ihrer letzte Reise begleiten. Mein Ziel ist es, die letzten Tage für die Betroffenen so friedlich wie möglich zu gestalten. In der Sterbebegleitung schenkt man seine Zeit in Form von „Da sein und Zuhören“, man redet und schweigt miteinander. Das schenkt mir immer wieder bereichernde Erfahrungen.

Vor einigen Jahren habe ich das Befähigungsseminar „Hospiz macht Schule“ absolviert und arbeite inzwischen überwiegend mit Kindern. Diese Aufgabe bereitet mir besonders viel Freude, denn Kinder gehen mit dem Thema Trauer, Sterben und Tod viel unbefangener um als Erwachsene. Bewegt durch diese Erfahrungen absolvierte ich im Jahr 2014 die Weiterbildung zur Kindertrauerbegleiterin. Im Verein lerne ich immer wieder interessante Persönlichkeiten kennen und wachse innerlich durch den gegenseitigen Erfahrungsaustausch. Es wird viel gelacht, geweint und auch gerne diskutiert.

Fazit: Ich bin gerne ehrenamtlich für sterbende und trauernde Erwachsene und Kinder da.



zu üben und daran zu arbeiten. Manfred hat uns wertvolle Hinweise gegeben, wie wir uns täglich Zeit für Spiritualität nehmen können. Dabei spielen auch Rituale eine große Rolle.



Gertrud: Dazu sind auch jedem in der Gruppe Gewohnheiten eingefallen, die wir noch aus der Kindheit kennen und die uns lieb geworden sind. Das vermittelt ja auch ein Gefühl von Heimat. Oft bekommt man die Wertschätzung dafür erst, wenn man schon etwas älter ist. Was Kinder oft belächeln und als peinlich empfinden, bekommt irgendwann so einen schönen Glanz.

Maria: Den Sterbenden und Trauernden kann man mit solchen Erfahrungswerten Trost und Kraft geben.

Gertrud: Und wenn man darüber spricht, fallen den Menschen, die wir begleiten, auch oft solche Dinge ein, an die sie sich gerne erinnern und die ihnen Sicherheit und Geborgenheit gegeben haben.

Maria: Wir haben ja auch über die bildhafte Sprache geredet. Im Psalm 23 heißt es: „Der Herr ist mein Hirte.“ Solche Bilder können beruhigend wirken. Für mich symbolisiert das Schaf, das von seinem Hirten behütet wird, ein großes Urvertrauen.

Gertrud: Dieses Bild von dem guten Hirten, der das Lämmchen so behutsam hält, ist wohl jedem Menschen in seinem Leben schon einmal begegnet. So ein Schaf benötigt doch den Schutz des Schäfers, weil es sonst vielen Gefahren ausgesetzt wäre.

Maria: Trotz unterschiedlicher Erfahrungen mit Religionen und Weltanschauungen wollen wir vom Wesen her doch alle dasselbe und sehnen uns danach. Manchmal können die Menschen Nähe und Geborgenheit zulassen, manchmal aber auch nicht. Wichtig ist ein Gespür dafür, wo wir den sterbenden oder trauernden Menschen gerade abholen können.



Danke!

Unser besonderer Dank geht in diesem Jahr an das Krankenhaus Ludmillerstift, die Propsteigemeinde St. Vitus und die Caritas. Diese Einrichtungen stellen uns immer wieder freundlich und unkompliziert Räumlichkeiten zur Verfügung, die uns (noch) fehlen und geben uns so die Möglichkeit, Besprechungen und Seminare abzuhalten und uns zum gemeinsamen Austausch zu treffen. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag zum Gelingen unserer Hospizarbeit.

**In dir selbst ist eine Ruhe
und ein Heiligtum,
in welches du dich jederzeit
zurückziehen und ganz du selbst
sein kannst.**

Hermann Hesse

Rückblick

Viele kleine Leute an vielen kleinen Orten, die viele kleine Dinge tun, werden das Antlitz dieser Welt verändern.

Spruchwort der Xhosa (Südafrika)

Liebe Leser,

klingt es nicht ein wenig märchenhaft, dieses Sprichwort? Ist es nicht allzu naiv und blauäugig zu glauben, dass auch die kleinen Dinge des Lebens große Bewegungen im Weltgeschehen verursachen können? Und: Sind Sie dabei wichtig? Und was hat das mit dieser 6. Ausgabe der „Meppener Hospizzeitung“ zu tun?

Erlauben Sie mir, von hinten anzufangen. Dazu muss ich Ihnen ein bisschen aus dem Werdegang dieser kleinen Zeitung erzählen.

Alles fing damit an, dass unsere Mitglieder des Hospizvereines in ihrer Tätigkeit als Sterbe- und Trauerbegleiter soweit herangereift waren, dass sie der Ansicht waren, man müsse jetzt beginnen, auch in Meppen ganz öffentlich über ihre Themenschwerpunkte, über ihre Haltung zum Leben und zum Tod zu berichten. Mit diesem Auftrag fand sich der frisch gewählte Vorstand im Jahr 2012 zusammen, um mögliche Formen der Öffentlichkeitsarbeit auf den Weg zu bringen. Schnell fanden sich Themen für öffentliche Veranstaltungen und Vorträge und auch die Idee, eine Meppener Hospizzeitung zu begründen.

Von der Idee bis zur ersten Ausgabe mussten wichtige Rahmenbedingungen erörtert werden, allem voran die Frage, wie wir es anpacken, das Tabu zu brechen, das noch oft über Sterben, Tod und Trauer steht. Wir hatten neben allerlei Veröffentlichungen aus der Hospizbewegung auch den Wunsch, die Endlichkeit des Lebens in all ihren Facetten zu beleuchten und aufzuzeigen, dass sie als Teil unserer Lebensbiographie dazugehört. Der Genius des Anfangs strahlte kräftig über unserer Idee, und mutvoll packten wir die Aufgabe an.

Die erste Zeitung entstand mithilfe der weitsichtigen Gedanken und Berichte von Dr. Carmen Breuckmann-Giertz, die von Beginn an über den eigenen Tellerrand

hinauszublicken verstand, und den einfühlsamen Beiträgen von Frau Jansen und Frau Lonnemann, die über unsere Fortbildungen so zu berichten wussten, dass jeder Leser leicht begreifen konnte, auf welche Art und Weise sich die Hospizhelfer auf die Begleitungen einstimmen. Unterstützt wurden die Inhalte durch das ansprechende Layout der Werbeagentur Holl. Dankenswerterweise durfte auch ich mitwirken, gerne habe ich das eine oder andere Thema neben meiner Tätigkeit als Redaktionskreismitglied noch etwas vertieft.

Denn spätestens seit der 2. Ausgabe haben wir uns im gesamten Team auf ein Jahresthema geeinigt, weil uns daran gelegen war, dass jede Ausgabe ihr besonderes Gesicht erhält. Das Thema der 2. Ausgabe war „Verbindlichkeit“, und damit wurde uns auch immer klarer, dass alle Themen, denen wir uns widmen, immer mit dem ganzen Leben zu tun haben und deshalb auch gut in jeden beliebigen Lebenskontext zu integrieren sind. Es folgten die Themen „Fürsorge und Selbstsorge“, „Lebenswerte“ und 2017 dann „Anders-ARTig“.

Zwischenzeitlich war das Redaktionsteam gewachsen. Gertrud Berth war dazu gekommen und hat seither diese Zeitung mit ihrer Schreibe maßgeblich mitgestaltet und inhaltlich mitentwickelt.

Der Mut der ersten Stunde hat reiche Frucht gebracht. Zahlreiche Beiträge von Ehrenamtlichen und interessierten Lesern kräftigen und speisen mit ihren Gedanken die Inhalte dieser Zeitschrift. Wir sind im Redaktionskreis oftmals erstaunt, welche Vernetzungen sich gebildet haben. Hospizliche Haltung wird mehr und mehr zu einer Grundhaltung einer sich unterstützenden und aufgeschlossenen Gesellschaft, auch bei Lebensthemen, die manchmal dringend gemeistert werden wollen.

Ist das nicht märchenhaft?

Mit Freude blicke ich auf die Mitarbeit in diesen Jahren zurück. Jetzt locken neue Ufer. Dank Ihrer aller Mithilfe, auch mit kleinsten Beiträgen, kann ich dieses Pflänzchen getrost in Ihre Hände geben und danke für Ihre Aufmerksamkeit.

Susanne Klaubner

Einblick

Uns war nicht bewusst, dass Sterben so viel mit Leben zu tun hat

Die Gruppe 14 hat ihre Ausbildung abgeschlossen

Wir starten mit elf Teilnehmerinnen und wissen alle: Es geht um das STERBEN. Dass dies aber so viel mit LEBEN zu tun hat, war uns so nicht bewusst. Nach und nach treffen alle im Gästehaus St. Agnes im Kloster Thuine ein. Eine freundliche Ordensschwester begrüßt uns, wir beziehen unsere Zimmer und beschnuppern uns bei Kaffee und leckerem Kuchen. Einige aus der Gruppe kennen sich schon. Für mich sind alle neu.



Gemeinsam betreten wir den Seminarraum. Er ist hell und freundlich, die Ruhe, die auch im ganzen Haus herrscht, fällt auf. In der Mitte ein Windlicht, die Kerze brennt, es stehen Blumen daneben. Dort lernen wir auch unsere Seminarleitung Manfred Hillmann und Antonia Gruber kennen. Antonia arbeitet schon viele Jahre als Hospizbegleiterin und bereichert unser Seminar durch ihre Erfahrungsberichte aus der Praxis.

Inhaltlich erfahren wir zunächst etwas über die Entstehung der Hospizarbeit als moderne bürgerschaftliche Bewegung. Wir lernen Pioniere der Hospizarbeit, wie Ciceley Saunders und Elisabeth Kübler-Ross, kennen. Es geht um das EHRENAMT – die Stütze der Hospizbewegung. Anregungen für spannende Bücher sowie das gemeinsame Abendbrot und ein gemütliches Beisammensein im Keller des Hauses beenden den ersten Tag.

Der zweite Tag wird intensiver. Es geht um den Abschied von geliebten Menschen. In Form eines Bildes

stellen wir unsere persönlichen Gefühle und Erlebnisse dar. Jeder ist für sich und mit sich beschäftigt, es ist gar nicht so einfach. Dann teilen wir unsere elf Geschichten, die alle verschieden sind. Ganz viel Nähe, viele Emotionen entstehen. Dadurch wachsen wir eng zusammen und reden auch am nächsten Tag noch über dieses emotionale Erlebnis. Mit vielen neuen Eindrücken fahren wir nach einem intensiven ersten Wochenende nach Hause.

Jedes Sterben ist einmalig

Am zweiten Wochenende geht es um Kommunikation. Wenn wir uns unterhalten, sind wir oft mit uns selbst beschäftigt. Wir „hören“ zwar, was unser Gegenüber sagt, aber wir hören nicht wirklich zu. Wenn wir „hinhören“ nehmen wir zwar auf, was der andere sagt, aber wirklich „zuhören“ heißt: jemandem die volle Aufmerksamkeit schenken, ihm zu vermitteln: „Du bist wichtig.“ Gerade in unserer Hospizarbeit ist dies besonders wertvoll.

Was wir lernen: Zuhören kann man üben. Wir üben dies in gegenseitigen Berichten aus unserer Kindheit, wodurch die Vertrautheit in unserer Gruppe steigt. Wirkliches Zuhören heißt, einem anderen Menschen Raum zu bieten, auf Aktionismus zu verzichten, so dass der Mensch sich selbst spürt. Dasein ist in der Begleitung von Menschen wichtig – auch ohne Worte. Denn jedes Sterben ist einmalig und braucht einen eigenen Raum.

Um selbst Entspannung und Ruhe zu finden, lernen wir autogenes Training kennen, welches uns durch die folgenden Wochenenden begleitet. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie (PSI-Theorie) und lernen dadurch zwischen dem bewusst steuernden Ich und dem eher intuitiven Selbst zu unterscheiden. Im Alltag beschäftigen wir uns zu oft mit dem Ich und ignorieren dabei unser Bauchgefühl. Oft fehlt der Zugang zu unserem Selbst. Durch eine bewusste Begleitung kann genau dies allerdings geschaffen werden.

Jede Trauer ist einmalig

In das dritte Wochenende starten wir mit einer Meditation, in der wir unser Leben als Mosaikbild betrachten, die hellen sowie die dunklen Seiten. Dann geht es um Trauermodelle und darum, wie unterschied-

lich Menschen trauern. Für Viele ist dabei Spiritualität wichtig und gehört zu ihrem Lebensfundament. Was wir daraus vor allem mitnehmen, ist die Erkenntnis: Jede Trauer ist einmalig.

An diesem Wochenende geht es aber auch fröhlich zu. Gemeinsam besuchen wir ein Benefiz-Konzert zugunsten des Hospizes und der Palliativstation Thuine. Das bietet eine tolle Abwechslung zum Seminartag – und mit Johnny-Cash-Songs wird der Abend großartig. Zuvor hatten wir das Kloster besichtigt und wurden von einer warmherzigen Ordensfrau in dessen Geschichte eingeführt.

Auf der Suche nach Sinn

Am vierten Wochenende beschäftigen wir uns mit der Logotherapie nach Viktor E. Frankl. In der Logotherapie geht es darum, das Leben als Aufgabe zu sehen. Nach Frankls Ansicht hat jeder Mensch einen Auftrag und damit auch einen Sinn im Leben, den er allerdings suchen und finden muss. Ein Zitat blieb mir dabei besonders im Gedächtnis:

„Wer ein Warum im Leben hat, erträgt fast jedes Wie.“
(Viktor E. Frankl)

Im Sterben stellen sich viele Menschen Sinnfragen. Daher bietet die Logotherapie inspirierende Einblicke für uns. Dank der fortschrittlichen Palliativmedizin muss das „Wie“ allerdings nicht unerträglich sein. Schmerzen und Ängste können gelindert werden, so dass jeder bis zuletzt ein würdevolles Leben hat.

Einen guten Ort für Menschen an ihrem Lebensende bietet das Hospiz St. Veronika. Gemeinsam besuchen wir die Einrichtung und erleben einen guten, angenehmen Raum für das Sterben. Die hier wohnenden Menschen werden als Gäste bezeichnet, also als Menschen, die vielleicht nur kurz dort sind, aber denen möglichst viele Wünsche erfüllt werden sollen und Zeit geschenkt wird. Dazu gehört auch, dass die Angehörigen mit einbezogen werden und an der Seite ihrer Lieben bleiben dürfen.

Begleitung und Abschied

Wir beschäftigen uns am letzten Wochenende intensiv mit der biblischen Geschichte der Emmausjünger, die auch die Geschichte eines jeden trauernden Menschen sein kann. Es geht darum, den Weg der Trau-

er zu begleiten und dabei miteinander zu gehen und zu sein. Menschen, die versterben, sind nie wirklich weg, sondern haben einen Platz in unserem Herzen. Unsere Aufgabe ist es, mit dieser leidvollen Erfahrung und Erinnerung weiterzumachen und Sinn in unserem eigenen Leben zu finden.

Nachdem wir vier Wochenenden im Kloster Thuine verbringen durften, sind wir für unseren Abschluss nun in Schwagsdorf und damit in einer völlig anderen, aber ebenso netten Atmosphäre. Es ist unser vorerst letztes gemeinsames Wochenende. Inzwischen sind wir zusammengewachsen, sodass wir zwar freudig unsere Zertifikate entgegennehmen, aber auch traurig sind, dass diese spannende Zeit vorbei ist.

Wir alle haben in dieser Zeit viel über uns selbst gelernt. Viel über das STERBEN gesprochen und uns doch mehr mit dem LEBEN beschäftigt. Für diese wunderbare Zeit, die vielen schönen Momente und intensiven Erfahrungen, die unser Leben so bereichern, möchten wir uns bei Manfred und Antonia herzlich bedanken. Wir haben viel von euch gelernt, ihr ward uns eine gute Begleitung.

Nun wollen wir mutig sein und freuen uns auf die ersten Begegnungen als Hospizbegleiterinnen. Dabei nehmen wir eines ganz besonders mit: STERBEZEIT ist LEBENSZEIT. Und diese sollte so würdevoll und schön wie möglich gestaltet werden.

Irmgard Meyer



**Der Tod ist der Grenzstein
des Lebens, aber nicht der Liebe.**

Unbekannter Verfasser

Einblick

Trauer ist wie Ebbe und Flut

Im Gespräch mit der ausgebildeten Trauerbegleiterin Susanne Klaufner

Was befähigt einen Menschen, Trauernde nach einem schweren Verlust ein Stück des Weges zu begleiten? Nun, es ist vor allem eine fundierte Ausbildung, das wird mir im Interview mit Susanne Klaufner schon in den ersten Minuten klar. Der Einstieg in eine Trauerbegleitung ist nämlich zu jedem Zeitpunkt möglich: unmittelbar nach dem Verlust eines geliebten Menschen, nach Wochen oder Monaten, aber auch zu einem viel späteren Zeitpunkt, wenn das Geschehene den Trauernden plötzlich wieder einholt und mit großer Wucht trifft. Es braucht also die Fähigkeit, hier den richtigen Ansatzpunkt zu finden.



Wir sitzen in einer abgelegenen Ecke des Restaurants, haben Ruhe für unser Gespräch und spüren dennoch im Hintergrund das Leben. Genau der richtige Rahmen zum Thema.

Susanne berichtet von ihrer Ausbildung zur Trauerbegleiterin, die sich über ein ganzes Jahr erstreckt und sich an den intensiven Wochenenden mit unterschiedlichen Schwerpunkten beschäftigt hat.

„Zu Beginn der Ausbildung ging es um die eigene Trauer. Durch persönlich Erlebtes waren wir in der Lage, uns ganz auf das Thema einzulassen und uns im weiteren Verlauf in den unterschiedlichen Trauermodellen wiederzufinden.“

An weiteren Wochenenden beschäftigte man sich unter anderem mit der Historie der Trauer, hatte namhafte Referenten zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten zu Gast und besuchte ein Krematorium.

Es fällt der erste Fachbegriff. Ich hake nach und möchte wissen, was sich hinter dem Wort „Schleusenzeit“ verbirgt. Susanne erklärt mir, dass hiermit die Zeit zwischen dem Todeszeitpunkt und der Beisetzung gemeint ist. „In dieser Zeit ist der Trauernde ganz besonders auf Hilfe angewiesen, fühlt sich überfordert und kann den Verlust noch nicht realisieren. Nach plötzlichen Todesfällen besuche ich ihn in dieser Phase möglichst täglich.“

Susanne ist es wichtig, nicht den allgemein üblichen Begriff „Hinterbliebene“ zu benutzen und bittet mich, von den „Hiergebliebenen“ zu sprechen. Warum, erklärt sie mir so: „Der Verstorbene lässt ja jemanden zurück, der hier noch weiterzuleben hat. Das ist eine schwere Aufgabe, bei der ich aus einem Füllhorn von Möglichkeiten etwas anzubieten versuche, was jetzt hilfreich sein kann.“

Mir wird klar, wie schwierig es ist, dabei das richtige Gespür zu entwickeln. Susanne erklärt, dass sie zunächst etwas über die Biografie des Trauernden herauszufinden versucht. „Wie ist der Mensch eingebunden? In welchem Umfeld lebt er? Hat er einen Bezugspunkt, einen Anker, der ihm Halt gibt?“

Im Gesprächsverlauf arbeiten wir heraus, dass Trauer kein starrer Prozess ist. Jeder Trauernde hat seinen eigenen Weg, sein eigenes Tempo, den Verlust zu verarbeiten. Mir gefällt, was Susanne dazu sagt: Trauer ist wie Ebbe und Flut, sie kommt, geht, und kommt erneut zurück. Das kann auch zu einem Zeitpunkt geschehen, an dem man gar nicht damit rechnet, wird mitunter durch bestimmte Bilder, Geräusche oder Gerüche ausgelöst, die Erinnerungen wachrufen. „Es sind die Schwingungen, die ich gerne erspüren möchte, um zu erfassen, in welcher Gefühlslage sich mein Gegenüber jetzt gerade befindet.“ Susanne Klaufner bezieht sich hier auf das Modell „Gezeiten der Trauer“, das im Wesentlichen von Ruthmarijke Seeding entwickelt und publiziert wurde.

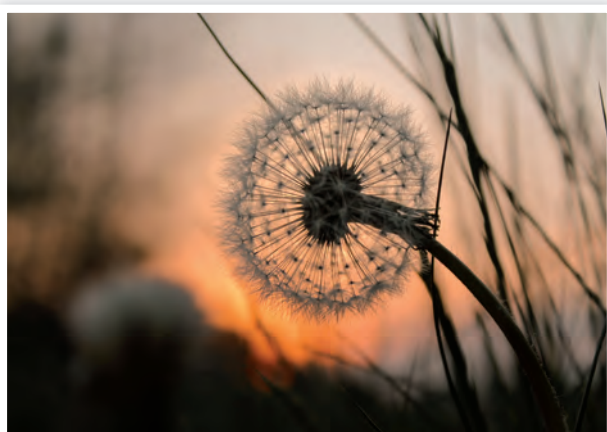
Es gibt bestimmte Umstände, die einen Trauerprozess besonders erschweren. Nach einem Suizid sind

die Hiergebliebenen fassungslos und fühlen sich oft schuldig. Oder es hat sich jemand von einem geliebten Menschen nicht verabschieden können, weil die Umstände es nicht zuließen. Hier wird es sehr „nahe“. Ich spüre, dass bei aller Professionalität (wenn man diesen Begriff überhaupt verwenden sollte) immer ganz viel Persönliches in die Arbeit einfließt. Susanne sagt: „Manchmal ist es hilfreich, wenn man nur die Hand des Verstorbenen berühren kann, um im wahren Sinne des Wortes zu be-greifen, was passiert ist. Oder, wie nach einem Flugzeugabsturz, mit anderen Trauernden den Ort des Unglückes besucht, um gemeinsam an der Stelle zu stehen, an der man seine Liebsten verloren hat.“

Ihre Abschlussarbeit hat Susanne Klaufner über die „Erste Hilfe nach plötzlichen Todesfällen in der Schleusenzeit“ geschrieben.

Am Schluss unseres Gespräches möchte ich von Susanne noch wissen, zu welchem Zeitpunkt sie das Gefühl hat, dass der Trauernde einen deutlichen Schritt in sein „neues Leben“ getan hat. „Natürlich wird Trauer nie ganz aufhören, weil der Verlust ein Teil des Lebens bleibt“, antwortet sie mir, „aber es ist gut, wenn ich sagen kann ‚Jetzt bist du ein Hiergebliebener‘.“

Gertrud Berth



**Traurigkeit ist nicht ungesund –
sie hindert uns, abzustumpfen.**

George Sand

Gesichter aus der Hospiz-Hilfe: Elisabeth Beerling-Albert

Mein Name ist Elisabeth Beerling-Albert. Seit April 2017 gehöre auch ich zu den Gesichtern der Hospiz-Hilfe Meppen. Ich bin 40 Jahre alt, verheiratet, habe eine Tochter, und wir wohnen in Meppen.

Nach meinem Fachabitur in Paderborn habe ich Religionspädagogik studiert und anschließend 16 Jahre für das Bistum Osnabrück in verschiedenen Gemeinden als Gemeindereferentin gearbeitet. Lange Zeit habe ich mit Kindern und Jugendlichen zusammengearbeitet. Diese Zeit hat mich sehr bereichert. In den letzten Jahren meiner Arbeit war ich zusätzlich als Seelsorgerin im SAPV (Spezialisierte ambulante Palliativversorgung) für das Dekanat Emsland-Mitte unterwegs und im Einsatz. Das Begleiten der Menschen zu Hause war für mich ein großes Geschenk. Ich konnte in diesen Jahren viele Erfahrungen sammeln, und mir war schnell klar, dass ich in diesem Bereich bleiben möchte.

Umso mehr freut es mich, dass ich nun hier bei der Hospiz-Hilfe in Meppen sein darf. Die Themen „Sterben“, „Tod“, „Trauer“ und „Der Mensch am Lebensende“ stehen bei unserer Arbeit im Mittelpunkt. Zusammen mit meinen Kolleginnen und allen Ehrenamtlichen können wir ganz viel Leben in dieses Thema einbringen.

Ich freue mich auf diese Arbeit und hoffe, viele wertvolle Begegnungen erleben zu dürfen!



Einblick

Dritter Emsländischer Hospiz- und Palliativtag

Sterben passiert – an jedem Ort und zu jeder Zeit

Diese Wahrheit, die so alt ist wie die Menschheit, löst ganz unterschiedliche Gefühle aus: Sie weckt Ängste, gibt Rätsel auf, wird mit Gelassenheit angenommen.

Alles an diesem Tag ist professionell organisiert und läuft reibungslos. Vor allem das Herzblut, das vom Team des Ludwig-Windthorst-Hauses in die Vorbereitung dieses Projektes gesteckt wurde, ist spürbar.



Margret Berentzen, stellvertretende Landrätin des Landkreises Emsland und Schirmherrin der Veranstaltung, findet anerkennende und warmherzige Worte für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter der hospizlichen Einrichtungen sowie Palliativstützpunkte und -stationen. Sie weiß darum, dass Menschen ihr Sicherheitsgefühl beim Tod einer geliebten Person verlieren und betont eine Herausforderung, die unsere Arbeit so besonders macht: „Die Begleitungen werden so unterschiedlich sein, wie die Menschen, die darum bitten.“

Die Fachvorträge geben einen Überblick über Zahlen und Fakten, über erste Veränderungen, die nach der Verabschiedung des Hospiz- und Palliativgesetzes von 2015 zu verzeichnen sind.

Berichte über Sterbebegleitungen sind informativ und gehen zu Herzen. Frau Borchert und Frau Ludwig, Krankenschwestern mit Palliativ-Care-Ausbildung, begleiten schwerkranke Kinder und drücken ihr Anliegen mit den Worten aus: „Wir möchten die Lebensqualität der kleinen Patienten erhalten oder sogar verbessern und Krankenhausaufenthalte möglichst vermeiden.“

Tobias Isling betont, dass man für die Hospizarbeit brennen muss, um den Menschen, die man begleitet, wirklich nahe und eine Hilfe sein zu können. Ein Kooperationsvertrag mit einer hospizlichen Einrichtung wird nur dann mit Leben erfüllt, wenn sich in einer Altenpflegeeinrichtung Mitarbeiter mit dem „Hospiz- und Palliativvirus“ infiziert haben.

Michael Knüpper begleitet Menschen mit Behinderung und berührt uns mit der Aussage: „Rituale und Symbole sind für die aufgeschreckten Seelen unverzichtbar. Die Seele von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung ist nicht behindert.“

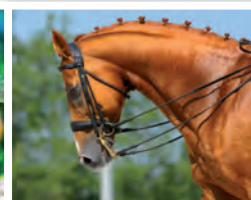
Auf der Info-Meile gibt es die Möglichkeit, mit den einzelnen Organisationen, die im gesamten Gebiet des Emslandes eine flächendeckende und zuverlässige Versorgung der Menschen gewährleisten, die sich hospizlich-palliative Begleitung wünschen, ins Gespräch zu kommen. Erfüllt mit Informationen und neuem Herzenswissen kommen die Teilnehmer sich in den Workshops nahe, können sich öffnen und erfahren Bereicherungen, über die sie sich in den Pausen austauschen.



Im Schlussteil erfreut uns der Chor aus dem von Musikerin Bea Nyga geleiteten Workshop. Am Ende der Veranstaltung bringt uns der Pantomime und Klinik-Clown Christoph Gilsbach zum Lachen und bezieht eine Teilnehmerin in seine Darbietung ein. Ja, in der Sterbebegleitung darf auch die Fröhlichkeit ihren Platz finden und den Patienten ein Lächeln ins Gesicht zaubern. So trete ich auch ein wenig verzaubert den Heimweg an und fühle mich bereichert nach einem Tag voller wunderbarer Erlebnisse und Begegnungen.

Gertrud Berth

Kinder und Jugendliche



Abschied von Bello & Co.

Über die Traurigkeit beim Verlust von tierischen Freunden

Die Brüder Paul (14) und Gerrit (16) haben vor drei Jahren im Abstand von nur fünf Monaten zwei Hunde verloren und sind bereit, mit mir über die Gefühle zu sprechen, die durch diese traurigen Ereignisse bei ihnen ausgelöst wurden.

In der Familie lebte Don, ein älterer Jagdhund, dessen Kräfte schon nachzulassen begannen, und die fünfjährige Dackelhündin Cora. Sie war energiegeladent, verspielt und voller Lebensfreude, die sich auf Don übertrug. Don und Cora verstanden sich gut.

Paul erinnert sich noch genau daran, als sein Vater an einem Sonntagmorgen im Oktober alle weckte, um ihnen zu sagen, dass er Cora leblos im Wohnzimmer vorgefunden und sie nach dem ersten Schock in den Garten getragen hatte, wo man nun von ihr Abschied nehmen könne. Ich möchte von den beiden wissen, wie sie sich in diesem Moment gefühlt haben. Paul berichtet, dass er den ganzen Tag traurig war und erst am Abend realisieren konnte, was wirklich passiert war. Seine Enttäuschung war groß. Cora war doch noch so jung. Die Frage nach dem Warum blieb unbeantwortet.

Gerrit vermisste in den folgenden Tagen das verspielte Tier, das immer so freudig durch den Garten rannte und am Fenster vorbeihuschte. Diese Wahrnehmung war so selbstverständlich geworden und fehlte plötzlich so schmerzhaft. Am Abend vor Coras Tod hatte Gerrit so ein ungutes Gefühl, als die Hündin von der Jagd nach Hause kam. Sie wirkte matt und apathisch. Sonst war sie doch immer so freudig auf ihn zugekommen. Am Tag zuvor war sie munter und verspielt gewesen wie immer. Gerrit erzählt, dass Cora wirkte wie im Halbschlaf und vermutete damals, dass sie sich bei der Jagd verausgabt hatte und nun total müde war.

Trotz der Trauer um Cora entschied man sich schon nach kurzer Zeit, wieder einen zweiten Hund ins Haus zu nehmen. Der Welpe Aaron brachte Freude in die Familie. Paul zeigt mir ein Foto auf seinem Handy, auf dem sich das neue Hundebaby an Don kuschelt. Die beiden Tiere waren sich ganz nahe. Don akzeptierte den Kleinen vom ersten Augenblick an. Aber der alte Don baute ab und verlor mehr und mehr an Kraft. Eines Tages im März wussten alle: Don ist auf seinem letzten Weg. Die Zeit des Abschiedes war sehr innig. In den letzten Stunden saß stets ein Familienmitglied bei ihm, der im Garten auf seiner Decke lag. Er wurde gestreichelt, spürte die Nähe der Menschen, denen er dreizehn Jahre lang ein treuer Begleiter war. Das empfindet die Familie rückblickend als tröstlich.

Paul fand es einfacher, den Tod des alten Hundes zu akzeptieren, bei Cora war es schmerzlicher, da sie noch so jung war und der Tod unvorbereitet kam. Gerrit sieht das für sich anders. Er hat bei beiden Tieren gleichermaßen gelitten. Heute meldet sich die Traurigkeit manchmal zurück, aber man kann inzwischen gut damit umgehen. Auf meine Frage, ob sie bewusst immer wieder ein Tier zu sich nehmen und in Kauf nehmen würden, irgendwann darum trauern zu müssen, antwortet Gerrit: „Die Freude darüber, dreizehn Jahre einen guten und treuen Begleiter gehabt zu haben, wiegt schwerer als die Trauer.“ Paul schließt sich dieser Meinung an.

Wir bleiben noch ein Weilchen am Esszimmertisch sitzen und reden über dies und das, es wird auch gelacht. Der freundliche Jagdhund Aaron legt mal dem einen, mal dem anderen die Pfote auf das Knie und bittet um Streicheleinheiten. Dann begleiten mich alle zur Tür, auch Aaron ist dabei.

Gertrud Berth

Bücher und Medien

„Keine Angst vor fremden Tränen“

Autor: Chris Paul | **ISBN:** 9 783579 073033

Im Buch werden Menschen angesprochen, denen Trauer im Freundeskreis, bei der Arbeit, in der Verwandtschaft und im weiteren sozialen Umfeld begegnet.

Die einzelnen Kapitel sind gut gegliedert. Nach einer Beschreibung, wie sich der Trauernde im Einzelfall meistens fühlt (z. B. am Arbeitsplatz), werden kurze Anregungen gegeben, wie man sich dem Trauernden gegenüber verhalten kann. Dabei wird auch darauf hingewiesen, was man vermeiden sollte. Kleine eigene Übungen dienen dazu, sich selbst in die Situation der Betroffenen einzufühlen. Es folgen jeweils ein kleiner Erfahrungsbericht und Tipps für weiterführende Literatur. Weil im Buch die verschiedensten Konstellationen bis hin zu Mord und neuen Partnerschaften besprochen werden, bietet es vielerlei Anregungen, sich mit diesem Thema einmal zu beschäftigen, ohne sich zu tief in spezielle Trauerformen einzulassen.

Empfehlenswert ist das Buch für alle Erwachsenen, die an Trauerthemen interessiert sind. Es gibt dem Interessierten wie dem Trauerbegleiter erste, gute Hinführungen zu einzelnen Verhaltensweisen und öffnet durch die Literaturtipps Möglichkeiten für weitere Vertiefung. Gerne darf es in jeder öffentlichen Bibliothek, in allen sozialen Dienstleistungsbetrieben, in jeder Buchhandlung im Schaufenster stehen.

Buchbesprechung von Susanne Klaufner

SWR NACHTCAFÉ mit Michael Steinbrecher

90 Minuten Talk mit Betroffenen | Zu finden auf **www.youtube.com** unter dem Suchbegriff „Tod und Trauer – Vom Umgang mit dem Verlust“

Fünf Menschen geben einen Einblick in ihre ganz persönliche Trauerarbeit. Sie haben ihre Liebsten auf unterschiedliche Weise verloren: altersbedingt, durch Unfall, Krankheit, Suizid und den Germanwings-Absturz in Südfrankreich. Jeder der Betroffenen schildert seinen ganz eigenen Weg, mit dem Verlust umzugehen.

Begleitet wird die Gesprächsrunde von einer auf das Gebiet „Trauerverarbeitung“ spezialisierten Psychologin, die empathisch Fragen beantwortet und Kommentare gibt, die hilfreich und nicht belehrend sind. Respektvoll und sensibel formuliert der Moderator seine Fragen und nennt dabei die Dinge doch offen beim Namen.

Empfehlenswert ist der Beitrag für alle Erwachsenen, die selbst in einem Trauerprozess stecken oder in ihrem Umfeld mit Menschen zu tun haben, die einen schweren Verlust erlitten haben. Besonders hilfreich ist der Beitrag für jeden, der sich in der Hospizarbeit oder Trauerbegleitung engagiert.

Auf der Website www.swr.de/nachtcafe kann der Mitschnitt kostenpflichtig bestellt werden.

TV-Beitrag, empfohlen von Gertrud Berth

Schmunzelecke

Jan ist traurig. Sein Opa ist gestorben. Ein halbes Jahr zuvor hatte der Großvater sich ein neues Auto gekauft und seinem Enkel das gleiche Modell als Spielzeugauto geschenkt. Am Tag nach der Beerdigung geht die Familie zum Friedhof, um die Kränze und Blumen auf Opas Grab anzuschauen.

Jan macht einen Schritt nach vorn, holt das Spielzeugauto aus seiner Hosentasche, legt es auf das Grab und sagt: „Hier Opa, Du bekommst den Kleinen und wir behalten den Großen.“



Ausblick

Hospiz und Bildung

Junge Menschen aus allen Schulformen setzen sich mit dem Thema Sterben und Trauer auseinander



Aufmerksame Schülerinnen der Marienhausschule sind ganz bei der Sache.

Nicht nur in den Grundschulen, sondern auch in den weiterführenden Schulen begegnen wir zunehmend dem Anliegen, sich im Austausch mit Menschen, die sich in der Hospizarbeit engagieren, zum Thema Sterben, Tod und Trauer auseinanderzusetzen. An ausgewählten Projekttagen oder zu besonderen Unterrichtsstunden werden wir daher immer häufiger dazu eingeladen, Schülerinnen und Schülern im Gespräch zu begegnen und mit ihnen zu erschließen, was hospizliche Arbeit eigentlich bedeutet, welche Aufgaben es alles umfasst, warum Menschen sich ehrenamtlich darin engagieren und welche Erfahrungen dabei besonders prägend sein können, wenn man jemanden bis zum letzten Atemzug begleitet.

Oft sind die jungen Menschen zunächst noch etwas unsicher, weil sie nicht wissen, was sie erwartet. Wenn sie dann aber wagen, ins Gespräch einzutauchen, sind sie mit wachem Interesse dabei, stellen kluge Fragen, öffnen sich und freuen sich darüber, dass mit uns auch gelacht werden darf. In der Pause sprechen uns immer wieder viele von ihnen ganz

persönlich an, erzählen von Trauererfahrungen in ihren Familien und ihren eigenen Gedanken dazu. Ein Mädchen zeigte uns sogar ein Tattoo, das sie an den verstorbenen Onkel erinnert.

Es macht Freude, mit diesen jungen Menschen zu arbeiten. Dankbar stellen wir immer wieder fest, dass nicht nur sie von uns etwas lernen wollen, sondern dass auch wir von ihnen in ihrer echten und fragenden Haltung sehr viel lernen.

Diese Arbeit an berufsbildenden Schulen wollen wir im vor uns liegenden Jahr intensivieren. Die jungen Leute, die sich für einen sozialen Beruf entschieden haben, der ihnen viel abverlangt wird, sollen die Möglichkeit bekommen, sich mit dem Thema Sterben und Trauer intensiver auseinanderzusetzen. Früher oder später wird es ihnen begegnen und sie auffordern, sich einen Standpunkt dazu zu erarbeiten.

Wir freuen uns auf diese Arbeit und wollen in der nächsten Ausgabe dieser Zeitung über die Ergebnisse berichten.

Termine 2018

Dienstag | 9. Januar | 19.00 Uhr

Begleitertreffen „Achtung (vor der) Trauer“

Am Domhof 21, Meppen

Samstag | 20. Januar | 9.30 Uhr

Neujahrsfrühstück

Gemeindehaus Propstei St. Vitus, Meppen
mit Einweihung des ersten neuen Raumes
am Domhof 21

Mittwoch | 24. Januar | 19.30 Uhr

Supervision mit Dr. Julia Siebert

Am Domhof 21, Meppen

Donnerstag | 1. März | 19.00 Uhr

**Begleitertreffen „Pflegerische Aktivitäten
in der hospizlichen Begleitung“ mit
Gaby Breuckmann**

Am Domhof 21, Meppen

Donnerstag | 8. März | 19.30 Uhr

Begleitertreffen „Hospiz macht Schule“

Evangelische Kirchengemeinde Meppen-Esterfeld

Dienstag | 8. Mai | 19.00 Uhr

**Mitgliederversammlung mit Neuwahl
des Vorstandes**

Gemeindehaus Propstei St. Vitus, Meppen

August

**„Sommernachtsklänge“: Open-Air-Lesung
und Musik unter freiem Himmel**

Die hospizliche Autorin Gertrud Berth liest aus ihren
Büchern „Emilias Nacht mit dem Leben“ und „Daniel“
Datum und Ort werden noch bekannt gegeben

Mittwoch | 19. September | 19.00 Uhr

Trauergedenken für Hospizbegleiter

Emmauskapelle im Krankenhaus Ludmillenstift

Oktober

Musik und Trauer mit Wilfried Prior

Datum und Ort werden noch bekannt gegeben

Sonntag | 14. Oktober

Welthospiztag

Ort wird noch bekannt gegeben

Donnerstag | 1. November | 19.00 Uhr

**Aktuelle Stunde – Gemeinsamer Austausch
über Neues rund um das Ehrenamt und die
Hospiz-Hilfe Meppen e. V.**

Gemeindehaus Propstei St. Vitus, Meppen

Impressum

Herausgeber

Hospiz-Hilfe Meppen e. V.
Ludmillenstraße 4–6 | 49716 Meppen
Telefon 05931 8456-80
info@hospiz-meppen.de
www.hospiz-meppen.de

V. i. S. d. P.

Dr. Carmen Breuckmann-Giertz

Redaktion und Titelfoto

Gertrud Berth

Gestaltung und Satz

Werbeagentur Holl
www.werbeagentur-holl.de

Sie möchten helfen?

Durch Spenden können Sie die Hospiz-Hilfe
Meppen e. V. sinnvoll unterstützen.

Spendenkonto

Hospiz-Hilfe Meppen e. V.
Emsländische Volksbank eG Meppen
IBAN DE54 2666 1494 0145 2002 00