Hospizverein
Bayreuth e.V.

Hospizpost

Winter 2023

„Eine kleine Geste. Und doch so groß.“

Es ist eine Geschichte, die im Dunkel der Nacht spielt, jeden Tag neu – die wahre Geschichte der „Good Night Lights“, der Gute-Nacht-Lichter, in Providence, der Hauptstadt des US-Bundesstaates Rhode Island. Immer abends um halb neun Uhr stehen dort, im Hasbro Children´s Hospital, die kleinen Patienten an den Fenstern des Krankenhauses und schauen hinaus in die Nacht. Und dann beginnt es draußen, in ihrer Stadt: ein Lichterspektakel, das mittlerweile weit über Providence hinaus Menschen berührt, die davon erfahren. Eine Minute lang leuchten Lichter auf – in Restaurants, öffentlichen Einrichtungen, bei der Feuerwehr, der Polizei, bei Männern und Frauen, die unterwegs sind mit ihren Fahrrädern, Autos und Taschenlampen. Sie alle lassen eine Minute lang ihre Lichter aufleuchten und grüßen damit die Kinder, die auf Genesung hoffen und warten.

Die Idee zu diesem Lichtergruß hatte der Cartoonist Steve Brosnihan vor über einem Jahrzehnt. Er hatte wieder einmal den Abend im Krankenhaus verbracht, um mit den Kindern zu zeichnen. Als er dann mit seinem Fahrrad nach Hause fuhr, drehte er sich noch einmal um, sah zurück auf das Krankenhaus. Wie es den Kindern wohl ging, was sie machten, was sie bewegte, wenn die Nacht begann? Er knipste seine Stirnlampe ein und aus – ob wohl eines der Kinder ihn und sein Licht sehen würde? Und tatsächlich: So war es! Er wurde gesehen, Kinder leuchteten zurück. Brosnihan überzeugte andere Menschen, mitzumachen und Lichtsignale in der Nacht zu senden. Und die Kinder antworteten ihm und den anderen mit ihren Taschenlampen.
Es sind einfach nur Lichter, die die Menschen in Providence jeden Abend für eine Minute leuchten lassen. Nicht mehr. Aber eben auch nicht weniger. „Ihr seid nicht vergessen“, leuchten sie den Kindern in ihre Krankenzimmer hinein: „Wir denken an Euch, wir wünschen Euch alles Gute!“ Eine kleine Geste. Und doch so groß. Der Arzt und Theologe Albert Schweitzer hat gesagt: „Das Wenige, das du tun kannst, ist viel.“ Ein tröstlicher, ein schöner und vor allem auch: ein machbarer Satz, finde ich. Ein Licht anzünden für einen anderen – das ist viel. Dem anderen die Hand halten, wenn er Angst hat – das ist viel. Einen Gruß schreiben, und seien die Worte auch noch so unbeholfen – auch das kann viel sein für den, der ihn erhält. „Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“, heißt die Jahreslosung für 2024. Wenn etwas in Liebe geschieht, kann auch scheinbar Kleines viel bedeuten und groß werden für einen anderen. So, wie auch ein Leuchten die Dunkelheit durchbrechen kann.

Dr. Angela Hager
Pfarrerin, Studienleiterin EBW Bayreuth

Bericht des Vorsitzenden

Sehr geehrte, liebe Mitglieder,
Freundinnen und Freunde des
Hospizvereins Bayreuth,
liebe Leserinnen und Leser,

Ich weiß nicht, wie es Ihnen mit den Jahreszeiten geht. Ich versuche, jede für sich mit ihren schönen Seiten und Reizen zu erleben und kann auch jeder etwas Positives abgewinnen. Zum Beispiel dieser Herbst mit den noch immer bunten Bäumen, die heuer anscheinend ihre Blätter gar nicht abwerfen wollen. Ein Genuss, selbst wenn man nicht wandert oder in Parkanlagen spazieren geht, sondern einfach mit offenen Augen durch die Landschaft fährt.

Wie in den meisten Jahren, seit ich zurückdenken kann, sind die Monate seit den Sommerferien wieder viel zu schnell vergangen. Schon wieder naht die Adventszeit, die ihre ruhigen Seiten hat, aber auch stressig werden kann! Lassen Sie sich davon nicht anstecken, sondern bleiben Sie „staad“ und genießen Sie die Ruhe der Natur im Fichtelgebirge oder der Fränkischen Schweiz abseits der ausgetretenen Pfade. Soll gesund sein, sage ich Ihnen als Arzt …

Das Team unserer Ehrenamtlichen, Hauptamtlichen und einige Mitglieder aus dem Vorstand haben dies jedenfalls bei der alljährlichen Wanderung Ende Juli getan und unter der Führung des Waldbesitzers Wolf von Aufseß den Urnenwald genannten Waldfriedhof bei Mengersdorf, Gemeinde Mistelgau, am Fuße der Neubürg erwandert. Bei der erstaunlich hohen Zahl von über 50 Teilnehmer*innen kam es beim anschließenden Beisammensein im Gutshof Mengersdorf natürlich zu einem lebhaften Meinungsaustausch. In fröhlicher Runde konnten sich auch die Teilnehmer*innen der diesjährigen Hospizschulung mit denen austauschen, die schon länger dabei sind.

Offiziell wurden zehn von ihnen dann im Oktober beim „Abend der Begegnung“ vorgestellt und in unsere Gruppe der Ehrenamtlichen eingeführt. Bei dieser Gelegenheit konnten sich auch unsere beiden neuen Koordinatorinnen Jennifer Pöhlmann und Andrea Eichenmüller dem gesamten Team vorstellen, die beide am 15.10. ihren Teilzeit-Dienst in unserem Verein angetreten hatten. Beide werden sich in diesem Heft selbst bei Ihnen vorstellen.

Wir sind froh und dankbar, dass wir diese beiden erfahrenen Fachkräfte für die Mitarbeit in unserem Team gewinnen konnten, da wir erfreulicherweise kontinuierlich und mit deutlich steigender Anzahl von Begleitungen und Beratungen immer häufiger angefragt werden. Dies führte natürlich zu einem stark gesteigerten Arbeitsaufwand bei gleichzeitig längerfristigem Fehlen unserer einzigen Koordinatorin, die in Vollzeit tätig war. Um diese Herausforderungen in Zukunft auch in der gewohnten Qualität gewährleisten zu können, mussten wir uns personell breiter aufstellen und zusätzlich zu unseren bisherigen Koordinatorinnen das bestehende Team erweitern.

Zu der vermehrten Inanspruchnahme unserer Angebote hat neben der engagierten Arbeit unserer

Ehrenamtlichen auch im großen Umfang unsere gute Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit beigetragen, für die ich mich an dieser Stelle bei allen Beteiligten ausdrücklich bedanken möchte!

Ein Höhepunkt dieses Engagements war der diesjährige Hospiztag am Welt-Hospiztag, dem 14. Oktober 2023. Neben der bewährten Kombination aus ganztägigem Basar vor und Konzert-Lesung am Nachmittag in der Spitalkirche am Markt wurde heuer auch eine auffällige Radl-Aktion im Sinne von „Hospiz unterwegs“ durchgeführt, an der Oberbürgermeister Ebersberger und Landrat Wiedemann und auch zahlreiche Ehrenamtliche mit zum Teil exotischen Fahrzeugen teilnahmen.

Zu allen bisher genannten Themen finden Sie einen Bericht in dieser Ausgabe unserer Hospizpost!

Auch für das neue Jahr haben wir schon wieder Ideen …

Zunächst wünsche ich Ihnen aber eine möglichst entspannte Vorweihnachtszeit, wunderschöne Feiertage und einen guten Start ins neue Jahr 2024!

Dr. Stefan Sammet
Vorsitzender

Foto vom Abend der Begegnung

Den Tod ins Leben holen

Dazu waren wir im Januar 2023 in der Hospizbegleiter-Schulung zusammengekommen, 18 Frauen und Männer, jung, neugierig, älter, lebenserfahren, mit Verlust- und Trauererfahrungen, mit und ohne Pflegekompetenz, völlig unvoreingenommen oder mit viel eigenem Wissen um diese letzte Lebensphase. Eine Gruppe also, die unterschiedlicher nicht hätte sein können und die in den sechs Monaten durch die individuellen Geschichten und Erfahrungen, den vertrauensvollen und wohlwollenden Austausch, das Interesse aneinander zu einer lebendigen Gemeinschaft wuchs.

Der Einstieg – das Intensiv-Wochenende mit Andrea Eichenmüller – war für jede*n ein besonderer Auftakt. Die geführte Meditation bis zum Lebensende rief nicht nur schon selbst erlebte Grenzerfahrungen wach, sie konfrontierte auch mit vielen Gefühlen des Festhalten-Wollens, des Widerstandes und Ängsten und sie brachte auch viele bewusst gelebte Augenblicke, reiche Dankbarkeit und Verbindung zum Leben ins Bewusstsein. Damit war es für einige ein wichtiger Ankerpunkt im gesamten Kurs und für uns eine wesentliche Erfahrung.

Das Intensiv-Wochenende berührte uns auch durch die Geschichte einer Teilnehmerin, die mit ihrer schweren Krebserkrankung noch so viel Hoffnung ins Leben hatte und die sich doch danach aus unserer Gruppe verabschieden musste. Ihr letzter Weg hat uns in der Gruppe leise, sozusagen im Hintergrund, begleitet und uns in vielen Situationen miteinander verbunden.

In einem Mix aus informativen, praktischen, kreativen und persönlichen Schulungsabenden zu den verschiedenen Themenbereichen des Kurses vergingen die Monate bis Juli wie im Flug. Als besonders Mut machend, unterstützend und berührend empfanden wir die sehr persönlichen, authentischen Berichte schon tätiger Hospizbegleiter*innen an einem Abend.

Einen ebenfalls besonderen Part stellte für alle das begleitende Praktikum dar, das viele von uns in Altenpflegeheimen, aber auch im Albert-Schweitzer-Hospiz oder auf der Palliativstation leisteten. Ein Sprung von der Theorie in die Praxis von Pflege, Struktur des Gesundheitswesens, den Umgang mit Menschen, der manchen herausforderte und Fragen aufwarf, z. B. wo ist da mein Platz für eine Hospizbegleitung? Letztlich aber waren es die Menschen, mit denen wir in Kontakt kamen und die Begegnungen, die uns berührt und bereichert haben.

Und was bleibt? Wir wollten uns dem Thema Sterben – Begleitung – Tod weiter öffnen, Tabus aufbrechen, Berührungsängste verlieren, persönliche Kompetenzen kennenlernen, eigene Wege der Begleitung entwickeln, Sicherheit im Umgang mit Sterbenden erwerben, einen persönlichen Weg mit dem eigenen Abschied finden. Auf diesem inneren Entwicklungsweg wurden wir vielfach mit Aufmerksamkeit und Achtsamkeit begleitet, so dass der Hospizbegleiter-Kurs eine wertvolle und bereichernde Zeit für alle war. In einem wesentlichen Punkt war er für uns auch sehr entlastend und ermutigend: es geht nicht darum Lösungen für Menschen zu finden, die wir begleiten, sondern in der Begleitung da zu sein und einen Weg mitzugehen – offen, wach, interessiert am anderen oder in den Worten von Rose Ausländer:

„Noch bist du da / wirf deine Angst in die Luft /
bald ist deine Zeit um /
… Noch bist du da / sei was du bist / gib was du hast.“

Dirgis Wansor
Hospizbegleiterschulung 2023

Wachsen ist das Gefühl, dass das Uranfänglichste zu seinem Ursprung in die Ewigkeit dringt.

Bettina von Arnim

Vor ziemlich genau zehn Jahren habe ich mich im Infobrief des Hospizvereins schon einmal vorgestellt, – damals bin ich als Referentin bei der Hospizbegleiterschulung eingestiegen. So gesehen bin ich eigentlich keine „Neue", und dennoch auf eine andere Art schon: ich freue mich sehr, dass ich seit dem 15. Oktober mit zehn Wochenstunden die Arbeit der Koordination im Hospizverein verstärken darf.

Ich bin gebürtige Pottensteinerin und lebe nach vielen unterschiedlichen Stationen in meinem Leben wieder an diesem schönen Platz in der Fränkischen Schweiz.

Die ersten elf Jahre meiner beruflichen Tätigkeit als Sozialpädagogin habe ich im Frauenhaus des Caritasverbandes Bayreuth gearbeitet, eine Vertretung in der allgemeinen sozialen Beratung übernommen sowie in der Kinderrheumaklinik in Garmisch-Partenkirchen chronisch kranke Kinder und Jugendliche sowie deren Familien begleitet.

Im Oktober 2004 bin ich dann den Schritt in die Selbständigkeit gegangen, mit einem kleinen Bioladen sowie mit tanztherapeutischen Seminaren und Angeboten.

So sehr ich auch die 14 Jahre als Ladnerin in der Natur-Oase genossen habe, so deutlich hat sich für mich gezeigt, dass mein Weg in der Begleitung von Menschen liegt.

Besonders die Lebensübergänge, das Abschiednehmen, das Lebensende und die Wege durch die Trauer haben mich immer wieder gerufen und mich erfahren lassen, wie heilsam es ist, in diesen Übergängen gut begleitet zu werden: als Vorsitzende des Elisabeth-Vereins Pottenstein (2008 bis 2023), in der Begleitung Trauernder, mit dem Schwerpunkt der Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern Bayreuth und Region", durch die freiberufliche Tätigkeit im Rahmen der Hospizbegleiterschulung sowie auch in den Einzelbegleitungen.

Und so führt mich der Weg weiter und ich freue mich darauf, auch an diesem Ort ein Stück Wegbegleitung zu sein:

- für Menschen und die ihnen Nahestehenden, damit sie die letzte Etappe ihres Weges gut gehen können und sie die Begleitung erfahren, die sie unterstützt
- für die Menschen, die haben Abschied nehmen müssen und schwer an der Last der Trauer tragen
- für die Ehrenamtlichen, die sich hinaus und hinein wagen in die Situationen, die sie rufen und fordern
- für uns alle, als „große Familie" des Hospizvereins Bayreuth, damit wir miteinander den vielfältigen Aufgaben und Anfragen, die uns entgegengebracht werden, gerecht werden und die Grundideen der Hospizbewegung immer wieder neu mit Leben füllen.

Andrea Eichenmüller

Das größte Geschenk ist gemeinsame Zeit und Aufmerksamkeit, denn keiner weiß, wie viel uns davon bleibt.

Mein Berufswunsch war mit Menschen zu arbeiten und dabei mir auch die nötige Zeit nehmen zu dürfen für ein wertschätzendes und würdevolles Miteinander. Daher begann ich 2003 die Ausbildung zur Diakonin in Rummelsberg, eine theologische und seelsorgerliche Ausbildung mit Fachausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin am Klinikum Nürnberg.

Anschließend arbeitete ich auf der Palliativstation am Klinikum Nürnberg.

2011 führte mich mein beruflicher Weg in die Altenpflege. Dort war ich als Bereichsleitung für den beschützenden Wohnbereich verantwortlich, sowie als Koordinatorin für Palliativ Care. Zu meinen Aufgaben gehörte hier Palliativ Care in die Einrichtung zu implementieren, den Zertifizierungsprozess zu begleiten, sowie das Qualitätsmanegement und die Schulung der Mitarbeiter*innen zu palliativen Themen. Auch mit dem ansässigen Hospizverein arbeitete ich viel zusammen und durfte auch bei der Ausbildung der Hospizbegleiter*innen mitwirken.

Zuletzt arbeitete ich in Altdorf auf einer Wohngruppe mit dauerbeatmeten, beeinträchtigten Menschen.

Während der Ausbildung lernte ich meinen Mann Daniel, ebenfalls Diakon, kennen. Wir haben drei Kinder, Elias 13, Hannah 9 und Levi 3. Wir wohnen im schönen Velden, an der Grenze zum Landkreis Bayreuth. Bayreuth ist mir bereits etwas vertraut, ich habe mein Vorschuljahr und meine Grundschulzeit in Weidenberg verbracht und anschliessend drei Jahre das GCE besucht, da mein Vater während dieser Zeit beruflich in Weidenberg tätig war.

Meine freie Zeit verbringe ich meist mit meiner Familie, ich bin gerne in der Natur, vor allem in unserem Garten, aber auch Schwimmen, Lesen, Zeichnen und Basteln gehören zu meinen Hobbys.

Den wertschätzenden Umgang miteinander durfte ich bei meinen neuen Kolleginnen und am Abend der Begegnung schon kennenlernen.

Ich freue mich sehr auf die gemeinsame Zeit mit Ihnen.

Jennifer Pöhlmann

„Hospiz lässt mich noch mal“

Am Samstag, den 14. Oktober 2023, fand der Welthospiztag statt. Unter dem Motto „Hospiz lässt mich noch einmal“ drehte sich alles um die ersten und letzten Male im Leben.

Der Hospizverein Bayreuth und das Albert Schweitzer Hospiz nutzten den Tag, um mit Tabus aufzuräumen und dem Thema mit der notwendigen Aufmerksamkeit und Wertschätzung entgegenzutreten. Mit der tatkräftigen Unterstützung von Oberbürgermeister Thomas Ebersberger und Landrat Florian Wiedemann fand sich eine Gruppe von ca. 30 Radlern zusammen, sogar auf Paralleltandem und Rikscha unterwegs, um durch die Bayreuther Innenstadt zu fahren und die Bevölkerung auf die Idee des Hospizvereines aufmerksam zu machen.

Am Infostand bei der Spitalkirche waren die Haupt- und Ehrenamtlichen unermüdlich im Einsatz: sie leisteten Aufklärungsarbeit, aber kamen auch in persönlichen Gesprächen mit neugierigen Bürgern auf das Leben und Sterben sowie die wichtige Aufgabe des Hospizvereines zu sprechen. Auch ein Basar war aufgebaut – von selbst hergestellten Marmeladen bis hin zu verschiedensten selbstgebastelten Deko-Artikeln konnte man hier viele großartige kleine und große Dinge entdecken. Selbst das Herzenswunsch-Hospizmobil vom Roten Kreuz war vor Ort und zeigte den interessierten Besucher*innen am Stand, was möglich sein kann: Schwerkranke nochmal an ihren Lieblingsort zu bringen. Auch diese wichtige ehrenamtliche Tätigkeit zeigt, wie viel Leben vor allem da ist, wenn die letzten Male näherrücken.

Abgerundet wurde der Hospiztag mit einer musikalischen Lesung in der Spitalkirche. Dr. Angela Hager und Dr. Jürgen Raithel lasen kleine Geschichten vor, die anrührend und lebensnah von Anfängen und Enden des Lebens berichteten. Mithilfe der musikalischen Untermalung von Larissa Eger an der Orgel, Inge Ponsel an der Querflöte und Mathias Hartmann am Cello wurde hierbei eine ganz besondere Stimmung erzeugt, die auch mit einem Gedenken an die Verstorbenen einherging. Antje Fischer, Gesine Nickel und Fiona Ahlborn schafften hierbei einen Moment, der nur der Erinnerung an die liebsten Menschen gehörte.

Der Hospiztag und all die Aktionen, die an diesem Tage von den Beteiligten organisiert wurden, senden ein wichtiges Signal nach außen: nämlich, dass der Hospizverein für alle da ist und er das Leben nochmal in den Fokus rückt – bis zum letzten Mal.

Sandra Holler
Hospizbegleiterin

HOSPIZ

?SPIRITUALITÄT?
!SPIRITUALITÄT!

Steht das „S“ in Hospiz eher für Segen? Oder doch für Spiritualität?

Dass Hospizarbeit ein Segen ist, darüber brauchen wir nicht zu sprechen. Das ist so. Ohne jeden Zweifel. Aber wie sieht es mit der Spiritualität aus? Gehört Spiritualität zur Hospizarbeit, und zwar so wesentlich, dass sie in dieser Reihe der sechs Buchstaben zu HOSPIZ einen Platz findet?

„Wir sind nicht menschliche Wesen, die eine spirituelle Erfahrung machen. Wir sind spirituelle Wesen, die eine menschliche Erfahrung machen!“

Dieses Zitat stammt von Pierre Teilhard de Chardin, einem französischen Jesuiten, Anthropologen und Philosophen, der von 1881 bis 1955 gelebt hat. Für ihn ist Spiritualität sozusagen uns innewohnend, d. h. sie gehört zu uns, ist eine essentielle Erfahrungsebene unseres Menschseins.

Das ist eine Sichtweise, so wie es unzählige andere gibt. Und dennoch, wenn wir auf die Erfahrungswelt von Menschen in lebensbedrohlichen Krisen und am Lebensende schauen, dann tauchen Fragen auf, die über unser rationales Erfassungsvermögen, über alle Erklärungsmodelle, die unser Verstand uns liefert, hinausgehen. Fragen, die die spirituelle Dimension unseres Menschseins anrühren und die uns diese Aussage Chardins vielleicht noch einmal anderes näherbringen.

Solange alles rund läuft in unserem Leben, haben wir meist das Gefühl, „es in der Hand zu haben“. Wir wissen, was wir im Leben wollen, wir haben vieles erreicht von dem, was uns ein Anliegen ist, wir sind glücklich …

Doch immer wieder werden wir mit Ohnmacht und Verlust konfrontiert, manchmal streift es uns nur peripher, manchmal trifft es uns frontal. Und diese Erfahrungen machen uns sehr schnell deutlich, wie wenig wir in der Hand haben. Wir sind ein Teil des Lebens, das geschieht, – oft ganz und gar unabhängig von unseren Vorstellungen und Vorlieben.

Wie können wir glücklich werden, wenn unsere Bedürfnisse an das Leben nicht erfüllt werden? Wie können wir vertrauen angesichts der großen Unsicherheiten des Lebens, angesichts von Verlust, Krankheit, Tod? Mit anderen Wort: was trägt uns, wenn alles andere zerbricht?

Fragen, die in die spirituelle Dimension unseres Menschseins hineinführen.

Diese Fragen beschäftigen nicht nur die Menschen, die primär betroffen sind, sondern auch die ihnen Nahestehenden und uns, die wir begleiten.

Vielen, die die Hospizbegleiterschulung gemacht haben, werden die Bilder von Herrn B. aus Bornheim in lebendiger Erinnerung sein. Der gelernte Bäcker kam im Alter von 42 Jahren mit unklarer Diagnose und starken Hustenbeschwerden in die Klinik und verstarb dort nur wenige

Als Herr B. stirbt, bin ich nicht dabei. Stunden später komme ich erst auf die Station und erfahre es. Obwohl ich in diesen Tagen immer mit seinem Tod gerechnet habe, bin ich doch tief betroffen. Mit den Worten, dass er aber doch noch etwas für mich dagelassen habe, bringt mir die Schwester das an mich adressierte letzte Bild . Es spricht für sich.

(entnommen dem Heft: **Monika Müller, Nach innen wachsen – Der Sterbeprozess des Herrn B. (42), dargestellt in acht von ihm gemalten Bildern**, Pallia Med Verlag, 2014, ISBN 978-3-933154-27-9)

Monate später. Die Therapeutin Monika Müller, die wesentlich zum Ausbau der Strukturen der Hospiz- und Palliativarbeit in Deutschland beigetragen hat, war damals in dieser Klinik tätig und begleitete Herrn B. und seine Familie. Da sich Herr B. sehr schwer tat, über seine Situation zu sprechen, lud sie ihn ein, zu malen. Zunächst erstaunt ließ er sich darauf ein.

Es sind in dieser kurzen Zeit acht Bilder entstanden, das letzte wenige Tage vor seinem Tod. Nach eigenen Angaben war Herr B. nicht gläubig, und doch sprechen vor allem die letzten Bilder von einer tiefen Spiritualität, die vielleicht nicht einmal er selbst ahnte.

Es sind die großen Fragen nach dem Woher und Wohin, nach dem Warum und Wozu, die oft in diesen Momenten auftauchen. In ihrem Buch „Dem Sterben Leben geben“ schreibt Monika Müller: „Die Frage gilt auch für uns: wenn wir in der Situation der Menschen wären, die wir begleiten: Hält dann unser Wertesystem stand, wenn das Leben zusammenbricht? Wird der Glaube, der in guten Tagen so unverrückbar seinen Platz im Alltag hatte, seine Kraft behalten? Oder wird der Nichtglaube seine Sicherheit … durchhalten können, wenn die Enge des nahen Endes spürbar wird?“

Spiritualität: JA, sie gehört wesentlich zur Hospizarbeit, nicht in dem Sinn, dass wir missionieren wollen und zu wissen glauben, was der „richtige“ Weg ist. Sondern vielmehr als Urgrund, in dem wir verwurzelt sind, und als Ziel, auf das hin wir uns ausrichten, damit wir offen werden und offen bleiben.

Meist sind es in unserem Leben die schwierigen Situationen und Herausforderungen, die uns diesen Fragen näherbringen. Aber die spirituelle Dimension unseres Lebens öffnet sich uns auch in so vielen anderen Augenblicken.

Wenn wir z. B. in den Himmel schauen und die grenzenlose Weite wahrnehmen und wir uns wirklich einen Augenblick bewusst Zeit dafür nehmen, dann spüren wir, dass die konkreten Dinge unseres Lebens in einem viel größeren Kontext eingebettet sind. Unser Gefühl „alles-selbst-machen-zu-müssen“ verringert sich, und wir werden empfänglicher für die Kraft des Lebens, die über den Tod hinaus wirkt.

Andrea Eichenmüller
Koordination

HAPPY BIRTHDAY

INTERVIEW

mit der Chefärztin der Palliativstation, Dr. Sabine Gernhardt, zum 20-jährigen Bestehen

Nach mehrjähriger Planung und Vorarbeit konnte unsere Palliativstation am 13. Mai 2003 eingeweiht werden. Aus Anlass des 20-jährigen Jubiläums fand die jetzigen Leiterin, Frau Dr. Gernhardt, trotz ihres vollen Tagespensums Zeit für ein Interview für die Hospizpost.

Frau Nickel: Frau Doktor Gernhardt, Sie sind Klinikdirektorin der hiesigen Palliativstation. Diese Aufgabe setzt sicher eine Spezialisierung in Ihrer Profession voraus.

Frau Dr. Gernhardt: Ich bin Anästhesistin, Palliativmedizinerin, Schmerztherapeutin und Notfallmedizinerin. Dieses umfassende Wissen ermöglicht ein Zusammenspiel, das für unsere Patientinnen und Patienten mit sehr unterschiedlichen und individuellen Symptomen hilfreich sein kann.
Darüber hinaus bin ich Ansprechpartnerin für alle chronischen Schmerzpatienten im Klinikum und verantwortlich für die palliativmedizinische Lehre am neu gegründeten Medizincampus Oberfranken.
Nachdem ich im persönlichen Umfeld ungute Sterbephasen miterlebt hatte, nahm ich mir vor, die Versorgung Schwerstkranker und Sterbender zu verbessern. Und an diesem Ziel habe ich meine Ausbildung ausgerichtet.

Frau Nickel:
Wer sind Ihre Patienten?

Frau Dr. Gernhardt: Es sind schwerstkranke Menschen, bei denen eine Heilung ausgeschlossen ist. Unsere Aufgabe ist es nicht zu heilen, sondern Symptome und Schmerzen bestmöglich zu lindern und beherrschbar zu machen, um den Menschen die Zeit, die ihnen noch bleibt, lebenswert zu machen. Aber es stimmt nicht, wie oft gesagt wird, dass all unsere Patientinnen und Patienten zum Sterben kommen. Von den etwa 230 Patienten pro Jahr können uns ca. 100 wieder verlassen. Der eine, nachdem er schmerztherapeutisch gut eingestellt ist. Ein anderer kehrt mit seiner individuell herausgefundenen Medikation wieder zur Familie zurück. Mancher wird in ein Altenheim oder ins Hospiz verlegt, oder kann nach Erstellen eines Versorgungsplanes durch externe Versorgungsangebote wie z. B. die SPAV (Spezialisierte ambulante Palliativversorgung) in vertrauter Umgebung und im Kreis seiner Angehörigen begleitet werden.

Frau Nickel:
Partner sind also wichtig.

Frau Dr. Gernhardt: Absolut. Zwei Aspekte sind für mich essentiell: Zum einen ist es das Team. Ohne Teamarbeit wäre die Betreuung der Kranken hier nicht zu schaffen. Ich führe dieses Team zwar, aber ich verstehe mich in, erster Linie als ein Teil von ihm. Und ich bin sehr stolz auf all die Kräfte, die hier mitwirken: die Pflegekräfte die Therapeuten (z. B. Kunst, Musik, Physiotherapie), die Seelsorge, der Sozial- und Bäderdienst – um nur einige zu nennen.
Der zweite Aspekt ist das bestehende gute Netzwerk. Wir arbeiten mit dem Hospizverein und der Palliativstation in Kulmbach, mit dem hiesigen Hospiz und mit der SAPV (Spezialisierte Ambulante Palliativ Versorgung) kollegial

zusammen. Und natürlich auch mit unserem Hospizverein. Dessen Leitung nimmt z. B. an unseren multiprofessionellen Team- und Notlagenbesprechungen teil. Der Verein unterstützt uns auf Anfrage auch beim Erstellen von Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Diese Zusammenarbeit und Vernetzung erachte ich als unabdingbar und sie klappt hier gut!

Frau Nickel:
Bei mir entsteht der Eindruck einer großen Diskrepanz: Sie tragen Verantwortung für die Palliativstation, für chronische Schmerzpatienten und für die Ausbildung von Studenten. Die allgemeinen Klagen über Verwaltungsaufwand, zu viel Bürokratie, zeitraubende, minutiöse Dokumentation etc. gilt sicher auch für Sie und Ihr Team. Gibt es eigentlich auch etwas „Schönes"?

Frau Dr. Gernhardt: Ja: Die Gesten der Patientinnen und Patienten, die Rückmeldungen der Angehörigen, die Wertschätzung des gesamten Teams, die Anerkennung unseres Tuns ...
Ein besonderes Beispiel: Die Tochter eines moribunden Patienten will noch zu Lebzeiten ihres Vaters heiraten. Und er, der Vater, hatte immer vor, seine Tochter als Braut zum Altar zu führen. Geht aber gar nicht mehr! Also wird die Trauung mit Geistlichem und engsten Familienangehörigen in den Raum der Stille verlegt. Und das Team bildet danach ein Rosenspalier.
Ohne die Leistung des Teams, ohne zusätzlichen Einsatz, wäre so etwas gar nicht machbar. Können Sie sich vorstellen, warum ich jeden Tag gern hierherkomme und mich auf die Zusammenarbeit freue?

Frau Nickel:
Stellen Sie sich vor, ich sei eine Fee und Sie dürfen Wünsche äußern.

Frau Dr. Gernhardt: Zunächst einmal bin ich dankbar, dass es diese Station gibt und dass sie während der Pandemie offen gehalten werden durfte.
Normalerweise sind wir zu 100 Prozent belegt, momentan jedoch nicht immer. Der Grund ist, dass wir für unsere zehn Plätze nicht genügend Pflegepersonal haben. So können unbedingt benötigte Betten nicht belegt werden. Deshalb wünsche ich mir für die Zukunft, dass

- diese Station dauerhaft erhalten bleibt,
- besonders Pflegekräfte und Ärzte, die den Hospizgedanken mit Leben erfüllen wollen, gefördert werden.

Das sind nur einige meiner Wünsche. Aber besonders die letzten würden die Arbeit meines Teams sehr entlasten. Auch für zukünftige Mediziner (siehe Medizincampus Oberfranken) könnte das ein positives Signal sein für eine Spezialisierung in einem Bereich, der angesichts des demographischen Wandels eine ganz neue Dimension annehmen wird.

Ich danke Ihnen für die geschenkte Interviewzeit.

Das Interview führte Gesine Nickel
Hospizbegleiterin

Bevor ich sterbe, möchte ich …

Before I die I want to …

Die eigene Vergänglichkeit ist ein eher schwieriges Thema für die meisten von uns. Wahrscheinlich weil wir uns dann unangenehmen Gefühlen wie Trauer, Hilfslosigkeit und auch Ängsten stellen müssten. Die Erfahrung in der Hospizarbeit zeigt aber, dass die Beschäftigung mit dem Tod das Leben tatsächlich bereichern kann. Denn am Ende bereut man meistens nicht, was man gemacht hat, sondern was man verpasst hat. Aus diesem Grund und um das 15-jährige Bestehen des Albert-Schweitzer-Hospizes zu feiern, wurde am Bürgerfest im Rahmen des Künstlermarktes in Bayreuth zusammen mit vielen Freiwilligen vom Hospizverein Bayreuth e. V. das interaktive Kunstprojekt der US-amerikanischen Künstlerin Candy Chang „Before I die I want to …“ umgesetzt. Es wurde von der Künstlerin auf einem leerstehenden Haus in New Orleans erstmals entwickelt, nachdem sie einen ihr nahestehenden Menschen verloren hatte. Das Projekt, das seit 2011 weltweit mehr als 5000-mal in 78 Ländern durchgeführt wurde, soll die Menschen dazu anregen, sich mit ihrer eigenen Vergänglichkeit auseinanderzusetzen und das Thema Tod enttabuisieren – es war eine Einladung zum Innehalten: Was möchte ich noch tun, bevor ich sterbe? Was ist mir wichtig im Leben?

Das Prinzip war einfach, aber wirkungsvoll: es wurden Tafeln mit der Überschrift „Before I die I want to … / Bevor ich sterbe, möchte ich …“ aufgestellt. Um diese Sätze zu ergänzen, wurde bunte Kreide bereitgelegt. Weitere Vorgaben gab es nicht. Alle Besucher des Bürgerfestes waren eingeladen sich zu beteiligen und die eigenen Wünsche festzuhalten.

Und so sammelten sich viele unterschiedliche, zum Teil allgemeine, aber auch persönliche und ungewöhnliche Wünsche auf den Tafeln: Gesund bleiben, die Welt bereisen, Frieden auf der Welt, die Depression besiegen, ein Kind bekommen, einen schnellen Arzttermin finden, einen Hund heranziehen, in der NBL spielen, im Bikini

tanzen, mit Alpakas wandern etc. Wiederholt hat man immer wieder folgende Wünsche gelesen: mehr Zeit für sich und die Liebsten, lieben und geliebt werden und einfach glücklich sein. Wir waren dankbar und überwältigt von den unzähligen wunderbaren Beiträgen und den vielen Gesprächen, die uns auch persönlich sehr berührt haben.

Tod und Leben liegen im Hospiz und der Hospizarbeit besonders nah beieinander. Diesen letzten Lebensabschnitt durch Zeit und Zuwendung mit Sinn zu erfüllen, ist daher einer der wichtigsten Grundsätze der Hospizarbeit. Und gleichzeitig bietet die frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Thema Tod eine Chance, nachträglich nichts bereuen zu müssen und in vollen Zügen gelebt und geliebt zu haben.

Und was möchten Sie noch tun, bevor Sie sterben?

Viktoria Winkler
Mitarbeiterin im Albert-Schweitzer-Hospiz

Seit 15 Jahren betreut das Team des Albert-Schweitzer-Hospizes in Bayreuth schwerstkranke, sterbende Menschen und ihre Angehörigen. 5475 Tage gefüllt mit Trauer und Abschied, aber auch mit Lebensfreude, Liebe und Mitgefühl. Alle Arbeit ist darauf ausgerichtet, die Lebensqualität und Selbstbestimmung der Gäste zu erhalten, zu stärken und ihnen ein würdevolles Leben bis zuletzt zu ermöglichen.

www.hospiz-bayreuth.de

Nachruf

Wir nehmen Abschied von unserer Ehrenamtlichen Mitarbeiterin

Georgia Landwehr

Georgia Landwehr war mit unserem Verein über die Mitgliedschaft und Ihr vielseitiges Engagement auf ganz besonderer Weise verbunden. Wir haben sie sehr geschätzt. Sie hat über die lange Zeit viele wertvolle Spuren hinterlassen.

Wir werden sie in dankbarer Erinnerung behalten.

Urnenwald Mengersdorf

Der Urnenwald Mengersdorf (www.urnenwald-mengersdorf.de) wurde im November 2021 eröffnet und bietet naturnahe Bestattungen in einem sonnendurchfluteten Mischwald. Das Areal bildet für die Verabschiedung einen würdigen Rahmen und ermöglicht den Angehörigen einen friedvollen Ort des Erinnerns.

Oberhalb des Dorfes Mengersdorf, Gemeinde Mistelgau, am Eingang zur Fränkischen Schweiz nahe Bayreuth liegt der Wald an einem sonnigen Südhang mit weitem Blick ins Truppachtal und auf die Neubürg. Das Gelände besteht aus mehreren Ebenen, überwiegend von alten Buchen auf sandigen Böden bewachsen. Insgesamt erstreckt sich das Gebiet auf 10 Hektar.

Im Dorf befindet sich gegenüber der Kirche der Gutshof Mengersdorf. Dort kann geparkt werden. Ein Waldparkplatz steht für Menschen mit eingeschränkter Mobilität zur Verfügung.

Die Familie von Aufseß besitzt und verwaltet diesen Wald seit über 400 Jahren. Auf Anregung des Fördervereins Ruhewald Bayreuth e. V. entschied sich der Besitzer zur Umwandlung von 10 Hektar in einen Urnenwald. Die Trägerschaft hat die Gemeinde Mistelgau übernommen, Betreiberin ist die Firma Gutshof von Aufseß GmbH & Co KG.

Führungen werden regelmäßig in kleinen Gruppen durchgeführt, auf denen man sich unverbindlich informieren und sich Zeit nehmen kann, einen Baum als letzte Ruhestätte auszusuchen.

Vorerst werden nur aus den Abteilungen A bis C Urnenbäume mit bis zu 12 Plätzen angeboten. Auf einer Freifläche im Zentrum besteht auch die Möglichkeit, selbst einen Baum zu pflanzen, hier können auch exotische klimaresistente Baumarten gewählt werden.

Im Urnenwald Mengersdorf gibt es verschiedene Arten von Grabstätten, im Wesentlichen wird zwischen Familienbäumen mit 60 Jahren Laufzeit und Einzelgrabstätten an Gemeinschaftsbäumen mit 30 Jahren Laufzeit unterschieden.

Der Sternschnuppenbaum dient als kostenlose Grabstätte zur Beisetzung von Totgeborenen und Kindern bis zum 3. Lebensjahr als Ort der Trauer für Eltern, die ihr Kind verloren haben.

In Bayern übernehmen in der Regel die Bestatter den Urnentransport. Die Feierlichkeiten können von den Angehörigen selbst gestaltet werden. Für diese Abschiedszeremonien gibt es im Urnenwald einen Andachtsplatz als zentralen Ort der Stille.

Der Gutshof Mengersdorf (www.gutshof-mengersdorf.de) mit seinem Restaurant, Saal und Übernachtungsmöglichkeiten sowie die evangelische Kirche im Ort stehen auf Wunsch zur Verfügung.

Wolf von Aufseß
Forstwirt
Urnenwald Mengersdorf

HOSPIZWANDERUNG

Der auch in diesem Jahr ersehnte und notwendige Niederschlag ereilte uns just am 27. Juli, mitten im Hochsommer, zur alljährlichen Wanderung. Allerdings tat dies der guten Stimmung und dem regen Interesse der ca. 50 Teilnehmer, begleitet von zwei lauffreudigen Hunden, keinen Abbruch. Unsere farbenfrohe Gruppe traf sich am Gutshof Mengersdorf, wo wir von Wolf von Aufseß begrüßt wurden und den Rundgang durch den dortigen Urnenwald unter seiner fachkundigen Leitung antraten.

Alle Informationen den Urnenwald betreffend, werden im nebenstehenden Beitrag von Herrn von Aufseß persönlich und ausführlich erläutert.

Wir verzichteten darauf, mit dem Auto auf den höher und näher gelegenen Parkplatz zu fahren, welcher natürlich für Menschen mit eingeschränkter Mobilität immens wichtig ist. Auch dies ist also kein Hinderungsgrund, sich dem Urnenwald anzunähern. Aber schließlich war unser Motto ja, sich etwas zu bewegen und wir waren froh, nicht bei extrem sommerlichen Temperaturen laufen zu müssen.

Übrigens ist dieser Wald nicht zu verwechseln mit einem „FriedWald“, von welchen es fünf in Bayern gibt und die ein eigener Anbieter unter diesem Namen betreibt.

Meine persönliche Entscheidung zu dieser Bestattungsform habe ich als sehr naturverbundener Mensch schon vor langer Zeit getroffen und bin froh, dass es nun auch in unserer Nähe einen solch wunderbaren Wald gibt. Natürlich sollte man in Zeiten des Klimawandels auf eine resistente Baumsorte setzen. Kein Fehler ist es, wenn auch Steinpilze oder Pfifferlinge dort wachsen und der ein oder andere Waldbewohner zu Besuch vorbeikommen würde.

Nach der ca. einstündigen, äußerst interessanten und beeindruckenden Führung und vielen guten Gesprächen erwartete uns im Gutshof ein schmackhaftes und abwechslungsreiches Büffet, welches keine Wünsche offenließ. Auch war Platz und Zeit für ausführliche Gespräche und es entspann sich ein munterer Austausch in geselliger Runde. Abgerundet durch den herzlichen Service vor Ort wird uns dieser Ausflug ganz sicher in guter Erinnerung bleiben und wir freuen uns schon auf die Wanderung im nächsten Jahr.

An dieser Stelle gilt unser Dank dem Vorstand des Hospizvereins für diese schöne Tradition.

Silvia Kubitzky
Hospizbegleiterin

Kunsttherapie für Hospizbegleiter*innen

Ein Abend mit Ingrid Seidel, Dipl. Kunsttherapeutin

Was ist das Besondere an der Kunsttherapie?

Schon der Leitsatz des palliativen Gedankens, „nicht dem Leben mehr Zeit geben – sondern der Zeit mehr Leben" führt zu einer Antwort. Die Anforderungen, Ideen, Ziele der Kunsttherapie sind so vielfältig wie das Leben. Manchmal ist es gut, nur da zu sein, Zeit zu haben, zu schenken. Ein anderes Mal sind es Kleinigkeiten: Z. B. ein Nebensatz, der Aufmerksamkeit erregt, Anlass bietet für Nachfragen. Und daraus entstehen die Ideen: wir malen noch einmal ein Bild von der Lieblingsblume, gestalten ein Bild nach eigenen Wünschen, schreiben einen Brief für die Enkelkinder, halten Urlaubserinnerungen mit Fotos wach.

Bei dem Monatstreffen der Hospizbegleiter*innen habe ich im September zunächst meine Arbeit, die Einsatzmöglichkeiten und Angebote anhand vieler Beispiele vorgestellt. Seit inzwischen 7 Jahren bin ich 2-mal wöchentlich als Kunsttherapeutin auf der Palliativstation und ab und an auf Nachfrage auch im Albert-Schweitzer-Hospiz kreativ tätig.

Wie komme ich überhaupt in Kontakt zu den Menschen am Lebensende?

Die Anregung kommt von den auf der Palliativstation Tätigen bzw. Hospizmitarbeiter*innen. Ich öffne die Türen und besuche die Menschen einzeln in den Zimmern; versuche, Kontakt aufzunehmen, die Menschen kennenzulernen, ein Gespür dafür zu bekommen, ob und welche kreative Anregung oder Begleitung gewünscht wird. Hier einige Beispiele:

Zur Begrüßung habe ich manchmal verschiedene Kräuterzweige dabei: „Schnuppern Sie doch einfach mal, fühlen Sie und lassen Sie spontan Erinnerungen aufkommen!" Da waren sie, die Erinnerungen an einen Urlaub, einen Tag im Garten, ein besonderes Essen … und der Beginn eines Gespräches über Erinnerungen, Gefühle, Wünsche. Das ist eine sehr wichtige Basis der Kunsttherapie mit Menschen in ihrer letzten Lebensphase: Das Angebot, sich an Phasen des Lebens zu erinnern, Ressourcen zu entdecken, Gefühle, Gedanken, die stärken können, zuzulassen. Aber auch Gespräche über unerfüllte Wünsche, Sehnsüchte, Verluste.

Besonders berührt hat mich z. B. eine Patientin, die ich bat, etwas von sich zu erzählen, um sie kennenzulernen. Sie berichtete von all ihren Krankheiten, Operationen, Medikamenten. Auf meine Intervention, dass ich eigentlich eher etwas von ihr als Person, ihrem Leben, ihren Gefühlen, Gedanken erfahren wolle, reagierte sie mit Tränen. „Das hat schon so lange niemand mehr gefragt, alle reden nur noch über die Krankheit."

Und dann wird vielleicht erzählt von der großen Sehnsucht nach dem geliebten Garten, als Erinnerung wäre doch ein

Bild im Krankenzimmer gut! Wenn die Möglichkeit besteht, malen die Patient*innen dies selbst, aber genauso ist es auch denkbar, dass ich das stellvertretend mache. Und vor kurzem machte ein Patient deutlich, dass in der Reihe ein ganz wichtiges Bild fehlte: Erst als auch die Gießkanne gemalt war, war alles gut. Blumen (und Menschen) brauchen Stärkung.

Viel Fröhlichkeit ist auch in dem Erlebnis mit einer Patientin, die traurig war, weil sie seit Jahrzehnten die Sträuße zu Maria Himmelfahrt gebunden hatte und dies durch den Aufenthalt auf der Palliativstation nicht möglich war. Doch: dank der Mithilfe vieler Kolleginnen wurde das Zimmer verwandelt und mit einem Meer von Kräutern zu einer Werkstatt fürs Blumenbinden ausgestattet. Welch ein Duft auf der ganzen Station …

Letztendlich geht es immer darum, die erfüllbaren Wünsche und Sehnsüchte herauszufinden und versuchen, sie zu erfüllen.

Ein weiterer noch wichtiger, sehr berührender Akt des Abschiedsnehmens, den ich manchmal begleiten darf: Familien treffen sich mit den Schwerkranken, um einen gemeinsamen Handabdruck zu hinterlassen. Die Hände werden gegenseitig mit der jeweiligen Lieblingsfarbe eingepinselt und auf einer Leinwand platziert: Ein wertvolles Erinnerungsbild entsteht und erzählt oft sehr viel über das gelebte Miteinander.

Der anschließende Teil des Abends war der bunten und kreativen Selbsterfahrung vorbehalten. Vier vorbereitete Maltische mit Leinwänden, Acrylfarben und Malutensilien standen bereit. An den Tischen gruppierten sich fünf bis sechs Hospizbegleiter*innen. In Stille – ohne Kommunikation – sollte ein gemeinsames Bild entstehen. Die Themen an den Kreativtischen lauteten: **Welche Farben hat die Freude, die Liebe, die Trauer, die Ruhe**?

Die Intention war, zu entdecken, dass es nicht die eine Antwort auf die Frage gibt, dass sich auch in der Vielfalt der Farben und Formen zeigt, wie unterschiedlich diese Gefühle wahrgenommen und ausgedrückt werden. Ein Großteil schaffte es gut, sich nur nonverbal zu verständigen, manchmal war aber auch Austausch untereinander wichtig, das Bild, die Geste auch mit Worten zu begleiten. Der Flow-Effekt war garantiert. Vier ganz verschiedene Kunstwerke entstanden.

Die anschließende gemeinsame Betrachtung gestaltete sich sehr lebendig. Zuerst sollte erraten werden, welche Themen die jeweiligen Bilder hatten. Die Antworten zeigten noch einmal, wie genau manchmal auf kleine Details geschaut werden musste, um dem auf die Spur zu kommen. „Nein, so sieht Trauer nicht aus“ war der spontane Ausruf einer Teilnehmerin!

Ein Anlass für intensive Gespräche über die Vielfalt des Lebens, der Sicht auf das Leben …

Und gerade das möchte doch die Kunsttherapie bewirken.

Ingrid Seidel
Kunsttherapeutin

Mein Weg zum Hospizbegleiter

Der Weg, den ich als Hospizbegleiter eingeschlagen habe, begann aus einem tiefen inneren Bedürfnis heraus, Menschen in ihrer schwersten Lebensphase Trost und Unterstützung zu bieten. Das klingt für viele überraschend, denn normalerweise kennen sie mich als lebensfrohen und humorvollen Menschen. Als meine Freunde und Familie von meiner Entscheidung erfuhren, haben sie alle mit großen Augen gestaunt und gesagt: „Du? Ernsthaft?“ Anscheinend hatten sie nicht erwartet, dass ausgerechnet ich mich in dieser anspruchsvollen Rolle wiederfinden würde.

Die Inspiration für meine Entscheidung kam als meine Mutter die Diagnose Krebs erhielt und die Ärzte meinten, dass sie nur noch wenige Monate zu leben hatte. Meine Mutter war eine temperamentvolle Spanierin – laut, lebensfroh, manchmal streng, und sie hatte immer eine feste Meinung, die natürlich die einzig richtige war. Sie hat uns vier Kinder alleine großgezogen, nachdem mein Vater mit 44 Jahren tragisch verunglückt war. Das war eine harte Zeit für sie und sie hat buchstäblich nur für uns Kinder gelebt.

Diese Erfahrungen mit meiner Mutter haben mir die Augen für die Fragilität des Lebens geöffnet. Sie haben mich daran erinnert, wie kostbar und kurz das Leben ist und dass wir die Zeit, die uns bleibt, in vollen Zügen genießen sollten. Seitdem versuche ich, jeden Augenblick bewusst zu erleben und im Hier und Jetzt zu leben.

Meine Familie ist mir in dieser Hinsicht besonders wichtig. Wir haben ein enges Band und verbringen viel Zeit miteinander. Wir lachen viel, teilen Erinnerungen und erinnern uns daran, dass das Leben viel zu kurz ist, um es nicht zu feiern.

Meine Partnerschaft ist ebenfalls ein bedeutender Teil meines Lebens. Zeit mit meiner Partnerin zu verbringen, bedeutet mir sehr viel. Wir haben gemeinsame Interessen und bauen gemeinsam Erinnerungen auf, die unsere Beziehung stärken. Unsere gemeinsamen Momente sind für mich Ausdruck von Lebensfreude und der Bedeutung von Liebe und Nähe.

Auch meine Freundschaften sind mir heilig. Ich habe das Glück, Freunde zu haben, die mich unterstützen und mit denen ich viele lustige und bedeutungsvolle Momente teilen kann. Ihre Unterstützung und ihr Verständnis haben mir geholfen, den Weg als Hospizbegleiter zu gehen.

Zuletzt, aber keineswegs unwichtig, sind meine Kinder eine Quelle der Freude und des Stolzes. Zeit mit ihnen zu verbringen, ihre Entwicklung zu begleiten und gemeinsame Abenteuer zu erleben, ist unbezahlbar. Ich schätze mich glücklich, eine liebevolle Beziehung zu ihnen aufzubauen und ein Papa zu sein, der immer für sie da ist.

Im Moment betreue ich eine erstaunliche ältere Dame, die stolze 90 Jahre alt ist. Sie lebt in einem Pflegeheim und bekommt leider nur selten Besuch. Ihr Sohn kommt ein bis zwei Mal pro Woche vorbei. Diese Besuche bedeuten ihr alles und sie kann es kaum erwarten, wenn ich anrufe und einen Termin für einen Besuch vereinbare.

Wenn ich dann zu ihr komme, setzen wir uns gegenüber und unsere Gespräche beginnen. Sie möchte wissen, wie es mir geht, was ich in der letzten Woche erlebt habe, welche Geschichten ich zu erzählen habe. Ihre Augen leuchten, wenn ich von meinen Erlebnissen berichte und es scheint, als würde sie in diesen Momenten aus ihrem begrenzten Raum ausbrechen.

Aber nicht nur ich erzähle. Die Dame teilt auch ihre Gedanken und Sorgen mit mir. Sie fragt oft, warum sie überhaupt noch lebt. Sie hinterfragt, was das für ein Leben ist, wenn man nur im Bett liegt, nicht auf

die Toilette gehen kann und andauernd Schmerzen hat. Diese tiefgründigen Gespräche berühren mich zutiefst. Sie erinnern mich daran, wie wichtig es ist, für Menschen in ihrer letzten Lebensphase da zu sein und zuzuhören. Natürlich stellen wir uns auch die großen Fragen: Warum und was kommt danach? Aber am Ende haben wir keine Antworten, und das ist in Ordnung.

Die Arbeit als Hospizbegleiter erfüllt mich auf eine Weise, die schwer in Worte zu fassen ist. Es ist eine wertvolle Möglichkeit, Liebe und Menschlichkeit zu schenken, wenn sie am dringendsten benötigt werden. Und ich bin froh, all diese Menschen um mich herum zu haben, die mich in meinem Leben begleiten.

Die Entscheidung, Hospizbegleiter zu werden, ist eine der wertvollsten und bereicherndsten, die du treffen kannst. Wenn du diesen Artikel gelesen hast und auch nur den Hauch eines Interesses oder einer Neugier verspürst, ermutige ich dich von Herzen dazu, den Schritt zu wagen. Es ist eine Reise, die nicht nur die Leben der Menschen, denen du begegnest, verändern wird, sondern auch dein eigenes Leben in vielerlei Hinsicht bereichern wird.

Denke daran, dass du nicht perfekt sein musst, um ein guter Hospizbegleiter zu sein. Es geht darum, deine Zeit, dein Mitgefühl und deine Bereitschaft zu schenken. Die Welt braucht mehr Menschen wie dich, die bereit sind, in schweren Zeiten Beistand zu leisten und Trost zu spenden.

Wenn du bereit bist, deine Empathie und Liebe zu teilen, dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt, den Weg zum Hospizbegleiter zu beschreiten. Deine Reise beginnt heute, und ich verspreche dir, dass es eine dich erfüllende Reise werden wird, die dein Leben und das Leben anderer

auf wunderbare Weise bereichern wird. Zusammen können wir einen positiven Unterschied in der Welt machen und denen, die am meisten Unterstützung benötigen, Trost und Hoffnung schenken. Mach mit und sei Teil dieser wertvollen Gemeinschaft der Hospizbegleiter!

Mit hospizlichen Grüßen
Manuel Ittner
Hospizbegleiter

Buchvorstellung

Wer entscheidet, wenn ich es nicht mehr kann …

… ist eine der wichtigen Fragen, die den alten Mann und den Hasen auf ihrem gemeinsamen Spaziergang beschäftigen. Sie reden in einem ehrlichen und humorvollen Gespräch über das Leben und das Sterben, über Sehnsüchte, Ängste und Wünsche.

Der Schöpfer dieser beiden liebenswerten Figuren, Prof. Dr. Dr. Berend Feddersen, ist nicht nur ein renommierter und engagierter Experte auf dem Gebiet der Palliativmedizin und der Vorausplanung, sondern auch ein begabter Zeichner.

So gelingt es dem Mediziner, die wichtigen Fragen, die in Patientenverfügungen sowie Betreuungs- und Vorsorgevollmachten geklärt werden müssen, sensibel, klug und dennoch mit einer erstaunlichen Leichtigkeit anzugehen. Die liebevollen Zeichnungen des Autors unterstreichen den emotionalen und empathischen Zugang zu diesen schwierigen Fragen am Ende des Lebens.

Über den Autor
Professor Dr. Dr. Berend Feddersen ist Oberarzt und Leiter des Ambulanten Palliative-Care-Teams der Universität München am Klinikum Großhadern. Feddersen ist aktives Mitglied bei der Deutschen Gesellschaft für Neurologie, der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie, der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin und der European Association of Palliative Care. Seine Interessensschwerpunkte liegen im Bereich der Versorgungsforschung in der Spezialisierten Ambulanten Palliativen Versorgung (SAPV) und der Erforschung neurophysiologischer Grundlagen von Symptomen in der Sterbephase.

Turmführung Stadtkirche Bayreuth

mit Koordinatorin Antje

Viele von „uns“ waren schon an der Stadtkirche versammelt, als ich kam und alle waren gespannt. Es war schon etwas Besonderes an dieser Führung teilzunehmen.

Wie fast alle hatte ich immer wieder einmal die Türme der Stadtkirche erklommen und jedes Mal war es ein Erlebnis, die Stadt aus der Vogelperspektive zu betrachten. Trotz der unerwarteten und tiefhängenden Regenwolken waren alle guter Stimmung – und waren gespannt auf Antje.

Antje Fischer ist eine unserer Koordinatorinnen und sie hatte uns zu dieser Führung eingeladen. Sie hatte die Prüfung zur Turmführerin abgelegt und statt zu koordinieren, führte sie uns nun auf die Türme der Stadtkirche und wir lernten eine neue Seite an ihr kennen.

Antje erzählte uns von ihrer Neugier auf unsere Stadt, in der sie nunmehr seit einem guten Jahr wohnt. Sie erzählte von den Menschen, die sie während der Ausbildung traf und die alle begeistertes Interesse an Bayreuth haben. Diese Neugier und Begeisterung strahlte Antje aus, als sie uns die Entstehung, die Geschichte, die Ereignissen rund um Türme und Kirche schilderte.

Auf der Treppe zur Orgel hinauf habe ich wohl zum ersten Mal bewusst das zauberhaft verzierte Treppengeländer wahrgenommen und dass man den Dachboden begehen kann, war mir ebenfalls neu. Auf einem langen schmalen Holzsteg liefen wir über die Kirchengewölbe, bis wir am anderen Ende durch ein kleines Fenster auf die ehemalige Schusterwerkstatt schauen konnten. Die Begeisterung war groß und so wollte jeder gern einen Blick nach unten werfen. Da das Fenster klein ist und wir viele Menschen waren, standen wir Schlange und warteten. Eine wunderbare Gelegenheit, um wieder einmal miteinander zu reden abseits von Begleitungen und Hospizthemen.

Auf der Wendeltreppe ging es weiter nach oben und als wir auf der Brücke zwischen den Türmen ankamen, hatte es angefangen zu regnen. Die Regenwolken verhinderten die Sicht in die Ferne, aber es gab auch in der Nähe viel zu entdecken, nicht zuletzt die Hinterhöfe und die herrlichen Balkone der Dachwohnungen in den Hinterhäusern. Antje schilderte anschaulich und lebendig das Leben des Türmers und seiner Familie und wie umständlich und beschwerlich es war. Auf engstem Raum wurde gelebt und gearbeitet, ein Haushalt geführt, wurden Kinder großgezogen, Lehrlinge ausgebildet. Eine Insel hoch oben im Himmel.

Der stärker werdende Regen trieb uns wieder auf die Treppe hinab zur Erde. Es war ein reicher Abend. Manches Wissen wurde aufgefrischt, viel Neues war dabei. Das, was mich am meisten beeindruckt hat, waren Antjes ansteckende Neugier und ihr Wissensdurst auf das, was uns in unserer Stadt ausmacht. Ich habe es als Anstoß genommen, meine Neugier auf Bayreuth zu entstauben und zu schauen, was es hier noch zu entdecken gibt.

Danke, Antje.

Fiona Ahlborn
Hospizbegleiterin

Manchmal ändert sich etwas

Manchmal im Leben
ändert sich etwas
ganz plötzlich, ganz schnell,
wie von einem Augenblick zum anderen.
Dein Herz erschrecke nicht.
Unbemerkt hat es sich länst angelegt,
das Neue, mitten im Alten hat es begonnen,
unbemerkt, unbewusst.
Der Schmerz des Alten war nötig,
um das Neue hervorkommen zu lassen.
Das sind die besonderen
Lichtzeiten im Leben,
die selten sind und kostbar.

Die Umstehenden verstehen es nicht,
brauchen Zeit, um zu sehen, was geschehen ist.
Du aber lasse dich ganz ein auf das, was geschieht.

Mit dir sind alle Engel,
sind alle Wesen des Lichts.
In dieser besonderen Zeit kannst du nichts falsch machen,
denn denen solches geschieht, die stehen unter dem
besonderen Schutz der anderen Welt aus Liebe und Licht.

Altes hebräisches Ritualbuch, Kap. 2, Text 13

Impressum

Hospizverein Bayreuth e. V.
Vorsitzender: Dr. med. Stefan Sammet

Hospizbüro im Klinikum Bayreuth
Preuschwitzer Str. 101
95445 Bayreuth
www.hospizverein-bayreuth.de

Zufahrt
Herzchirurgie/Palliativstation/Hospizverein

Öffnungszeiten
Montag – Freitag 10.00 – 12.00 Uhr

Koordination im Hospizverein
Frau Antje Fischer
Frau Marita Wagner
Frau Jennifer Pöhlmann
Frau Edith Zühlke
Frau Andrea Eichenmüller
Telefon: 0921 1505292
E-Mail: kontakt@hospizverein-bayreuth.de

Bürofachkraft
Frau Sigrid Görner
Telefon: 0921 1505294 mit AB
E-Mail: goerner@hospizverein-bayreuth.de

Bankverbindung
Sparkasse Bayreuth
IBAN DE31 7735 0110 0020 2811 50

Unsere Begleitung ist an keinerlei religiöses Bekenntnis oder Weltanschauung gebunden und unterliegt der Schweigepflicht.
Unsere Hilfe steht allen Menschen offen und es entstehen für die Betroffenen keine Kosten.

Mitgliederversammlung Hospizverein Bayreuth e. V.

Im Vortragssaal des Hospizvereins am Mittwoch, 15. Mai 2024, um 19.00 Uhr