



HospizStern

HOSPIZ
AN DER LUTTER

*Ich könnte das nicht!
Wir tun das.*



Menschen erzählen:
Deshalb engagiere ich mich

Berührende Momente:
Geschichten aus dem Hospiz

Inhaltsverzeichnis

23. Ausgabe | März 2024

Vorwort Seite 3

Wir tun das

Wie schaffst Du das? Seite 4 – 8

Das Hospiz – ein Lebensort Seite 9 – 11



Das Salutogenese-Modell Seite 12 – 13

Musiktherapie mit Tatjana Vetter Seite 14

Lotti – Therapiehund und gute Seele Seite 15

Wunschessen mit Bernd und Tatjana Wieland Seite 16

Ein Gruß von Johannes Oerding Seite 17

Gedichte

Zeit für Lyrik Seite 18 – 19

Berührung – ein Grundbedürfnis Seite 20

Gemeinsame Auszeit Seite 21

Sylvia Hennemann geht in den Ruhestand Seite 22

Nadine Wissinger ist neue stellvertretende Hospizleiterin Seite 23

Neue Mitarbeiterinnen stellen sich vor Seite 24 – 26

Bundesverdienstkreuz für Beatrix Haan Seite 27

Das Kuratorium Seite 28

Spenden

Zwei neue Autos fürs Hospiz Seite 29

Sie haben gespendet Seite 30 – 31

Jahresrückblick und -vorschau

Wir schauen zurück und nach vorn Seite 32 – 34

„Woche der Würde“ – Ralf Knoblauchs Skulpturen kommen nach Göttingen Seite 35

Termine für Trostpunkt und Trauercafé Seite 36

„Sie ist doch hier“ – eine Kurzgeschichte Seite 37

Buchtipps Seite 38

Dank und Impressum Seite 39

So viele erfüllte Momente

Ich kann meine Fähigkeiten und Stärken einbringen und etwas bewirken

Oft bekomme ich – wie alle, die sich in der Hospizbewegung engagieren – zu hören: „Ich könnte das nicht! Immer mit Leid und Tod konfrontiert werden, immer sehen, dass Menschen sterbenskrank sind, nicht nur alte Menschen, die ihr Leben gelebt haben. Ich könnte das nicht!“

Ich tue das, wie so viele im Ambulanten und Stationären Hospiz. Warum? Eine gute Frage.

Ich tue das, freiwillig, jede Woche mehrmals, weil es so viel Sinn macht.

Es macht Sinn, Menschen in dieser schweren Zeit beizustehen, ihnen ein würdiges Leben bis zuletzt zu ermöglichen.

Es macht Sinn, dass es einen solchen Schutzraum gibt, an dem Menschen in der letzten Phase ihres Lebens wahrgenommen werden als einzigartige Persönlichkeit, mit ganz eigenen Vorlieben, Bedürfnissen und Ängsten. Wo sie das bekommen an Medikamenten, Zuwendung und Wärme, was für sie gut ist. Und mancher Mensch ist mit sehr wenig zufrieden.

Und es macht Sinn, dass die Angehörigen, die oft bis an die Grenzen ihrer Kräfte für den schwer Erkrankten da sind, nun zur Ruhe kommen können. Nicht mehr Haushaltshilfe, Pflegerin, Alltagsmanagerin, Koch, Chauffeur, Sprachrohr und noch mehr sein zu müssen, sondern einfach nur noch

Mutter, Ehemann, Partnerin, Sohn oder Tochter sein zu dürfen – für alles andere wird im Stationären Hospiz von anderen gesorgt.

Oder bei ambulanter Unterstützung selbst einmal zum Friseur, in eigener Sache zur Ärztin zu gehen oder eine Gesprächspartnerin mit offenem Ohr zu haben.

Und es gibt so **viele erfüllte Momente** zu erleben, Menschen, die

im Hospiz aufatmen können, loslassen, die sich wohl fühlen, geborgen und dieses durch Worte, durch Gesten, ein Lächeln zum Ausdruck bringen. Ein Gesangsduo, das ein kleines Konzert gibt für einen Gast, dem es verbunden ist, ein paar Freunde eines Gastes, die sich spontan ans Klavier setzen und dazu einen Gospel singen, Kinder, die ohne Scheu im Hospiz spielen oder basteln, eine vielköpfige „Gemeinde“, die zum Weihnachtsgottesdienst mit vier Generationen zusammenkommt und singt und so vieles mehr.

Auch die breite Unterstützung und Anerkennung durch die Bevölkerung, die uns auf so unterschiedliche Weise hilft, ist sehr motivierend.

Und die wunderbare und wertschätzende **Zusammenarbeit im Team** erlebe ich als sehr bereichernd, jede an ihrem Platz, jeder bei seiner eigenen Aufgabe, aber immer das gemeinsame Ziel vor Augen und im Herzen. Ich kann meine Fähigkeiten und Stärken darin einbringen und **etwas bewirken**.

So tue ich meine Arbeit als Vereinsvorsitzende sehr gern – freiwillig, ehrenamtlich, gemeinsam mit vielen – und fühle mich reich beschenkt.

Elke Reichardt
Vorsitzende des Hospizvereins



Wie schaffst du es, dich zu engagieren?

Die Beweggründe sind so vielfältig wie die Menschen



Manja Schondorf-Denecke

Seit ich im Hospiz arbeite und gerade nachdem ich auch eine Ausbildung als Trauerbegleiterin gemacht habe, höre ich aus meinem Umfeld immer wieder den Satz: „Also ich könnte das nicht!“ Sicher ist es so, dass der Umgang mit Trauer eine besondere Herausforderung darstellt. Aber ich glaube auch fest daran, dass die Fähigkeit, für andere da zu sein, in uns allen steckt. Es geht nicht allein um besondere Kompetenzen oder spezifisches Fachwissen, sondern vielmehr um die Bereitschaft, zuzuhören und Beistand zu leisten. Trost spenden durch Empathie und einfach da sein, ohne zwangsläufig alles verstehen zu müssen.

Ja, manchmal braucht es Trauerbegleitung durch spezialisierte Fachkräfte. Aber immer brauchen Trauernde auch einfach Mitgefühl und Unterstützung von Menschen, die bereit sind, einfühlsam auf ihre individuellen Bedürfnisse einzugehen.

Also vielleicht überlegen auch Sie beim nächsten Mal, wenn Sie denken, „ich könnte das nicht“, ob es nicht doch etwas gibt, was Sie tun können. Ich bin mir sicher, Sie finden etwas!



Marlene Hille

Mein Wunsch, mich sozial zu engagieren, für Menschen da zu sein, ihnen in schwierigen Situationen zu helfen und sie zu unterstützen, hat sich erst nach meiner „aktiven“ Arbeitszeit erfüllt. Und diese Erfüllung habe ich in der Hospizarbeit und hier besonders im Stationären Hospiz gefunden.

Menschen auf ihrem letzten Lebensweg zu begleiten, ist für mich

eine Herzensangelegenheit geworden.

Ich freue mich auf die wöchentlichen Begegnungen mit „unseren“ Gästen, den Angehörigen, ich freue mich auf die Mitarbeiter*innen und Ehrenamtskolleg*innen und nehme die Herausforderungen des Hospizalltages gerne an. Trotz aller Schwere, der besonderen Atmosphäre mit Trauer und Abschied, überwiegen die vielen schönen Momente, Erlebnisse und Situationen, und das ist es, was mich berührt und stärkt. Wertvolle Gespräche, zuhören, da sein, die Hand halten, vorlesen, gemeinsames Singen, ein Spaziergang im Garten, kochen, backen und vieles mehr, das ist erfüllender Hospizalltag. Fürsorge, Humor und oftmals Kreativität sind gefragt – ein Miteinander auf Augenhöhe, auch wenn Lachen und Weinen dabei oft ganz nahe beieinander liegen.

Die Kraft dazu schöpfe ich aus meiner Familie, aus der Natur und hier besonders aus meinem Garten mit Blumen, Obst und Gemüse. Und wenn ich dann mit einem kleinen Blumenstrauß Freude ins Hospiz bringen kann, ist es ein besonderes Geschenk für mich.

Aber all diese Dinge sind so wenig, so klein, denn das Größte, was wir können – ist Mensch zu sein – und das versuche ich (Liedtext, „Seite an Seite“ von Christina Stürmer).



Pamela Langebrake: Ich möchte durch meine Arbeit Mut machen

Ich möchte Menschen auf ihrem persönlichen Weg begleiten – durch Krisen, schwere Zeiten und Krankheit. Mein Wunsch und Bestreben ist es, dass unsere Gäste wahrnehmen, dass sie nicht nur Diagnose und Krankheit sind, sondern noch Möglichkeiten oder Ressourcen haben.

An einem Tag, der in der Zukunft liegt, werden sie sterben und dann tot sein, aber an den anderen Tagen werden sie leben und vielleicht noch Freude spüren oder Licht sehen. Hier im Hospiz wird sehr intensiv gelebt und gefühlt, sehr ehrlich miteinander kommuniziert, und es gibt viel Menschlichkeit, Vertrauen und die Möglichkeit der Begegnung. Der Tod ist hier alltäglich und ein selbstverständlicher Teil des Lebens. In unserer Gesellschaft wird der Tod oft verdrängt und vergessen. Der Gedanke an Tod und Sterben macht vielen Menschen Angst. Ich möchte durch meine Arbeit Mut machen, sich damit auseinanderzusetzen und Vertrauen in das Ungewisse zu haben.

Ich komme durch die Arbeit mit Sterbenden und ihren Angehörigen mit vielen Emotionen wie Angst, Traurigkeit, Verzweiflung, Wut in Berührung. Ich begleite Menschen mit Schmerzen, Unruhe und Verwirrtheit. Das alles hat auch Auswirkungen auf meine körperliche und psychische Verfassung. Es bedeutet, dass ich gute Selbstfürsorge betreiben muss, um mit diesen Herausforderungen umgehen zu können. Es ist wichtig, Nähe zuzulassen, aber genauso wichtig, einen guten und professionellen Abstand und Distanz zu haben.

Für mich bedeutet es, in meiner Freizeit Möglichkeiten und Zeit zu finden, das Leben zu genießen und Leichtigkeit und Freude zu erleben. Das ist unglaublich wichtig für mich persönlich und auch für unsere Gäste, die diese Freude und Lebenslust unbedingt benötigen, um Licht in ihrer persönlichen Dunkelheit zu sehen. LICHT UND VERTRAUEN, um den ungewissen Weg in den Tod gehen zu können.



Helena Schlesinger: Diese Arbeit ist erfüllend

Mein Name ist Helena Schlesinger. Ich bin 23 Jahre alt und arbeite seit dem 1. September 2023 als FSJlerin im Hospiz an der Lutter. Viele Menschen haben mich seither gefragt, warum ich mich für solch eine Einrichtung entschieden habe. – Meine Antwort? – Vielseitig!

Zum einen interessiere ich mich aufgrund meines anvisierten Medizinstudiums für den Palliativzweig, zum anderen wollte ich nach meinem Abitur zunächst praktische Erfahrungen sammeln und sah in der Hospizarbeit den geeigneten Ort dafür. – Denn hier steht der Mensch mit all seinen Bedürfnissen, Wünschen und Ängsten im Mittelpunkt.

Gleich zu Beginn habe ich gespürt, wie erfüllend diese Arbeit für mich ist. Ein nettes herzoffenes Team, das mich vom ersten Tag an eingebunden hat und die Möglichkeit, sterbende Menschen auf ihrem letzten Weg zu begleiten und ihnen einige schöne Augenblicke zu beschern, geben mir das Gefühl, eine wichtige Arbeit zu verrichten. Auch, wenn dieser Ort für die meisten Gäste der letzte ist, an dem sie zur Ruhe kommen können, bevor ihre irdische Reise zu Ende geht, so sehe ich ihn doch als etwas Kraftspendendes und Bedeutsames. Es ist ein Ort, den unsere Gesellschaft dringend benötigt und der das Leben aller Menschen bereichern kann.

Ein Kurs für das Ende des Lebens

Ein Letzte Hilfe Kurs hilft, den Tod als Teil des Lebens zu begreifen. Wir informieren darüber, wie schwerkranke und sterbende Menschen am Lebensende umsorgt werden können.

Das Lebensende und das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos. Obwohl die meisten Menschen sich wünschen zu Hause zu sterben, stirbt der größte Teil der Bevölkerung in Krankenhäusern und Pflegeheimen.



Wir bieten regelmäßig vierstündige Basis-Kurse zur Letzten Hilfe an, in denen Sie lernen, was Sie für ihre Mitmenschen am Ende des Lebens tun können. Wissen um Letzte Hilfe und Umsorgung von schwerkranken und sterbenden Menschen kann so (wieder) zum Allgemeinwissen werden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens brauchen. Umso wichtiger ist es, in solchen Situationen gut vorbereitet zu sein, um sich sicherer zu fühlen und weniger Angst zu haben. Angst beginnt im Kopf – Mut aber auch und Wissen macht Mut!

Wir bieten auch Letzte Hilfe Kurse für Firmen und Institutionen an und kommen dann auch zu Ihnen.

Weitere Informationen auf www.hospiz-goettingen.de, telefonisch 0551 / 270726-20 oder per E-Mail an ambulantes-hospiz@hospiz-goettingen.de.

Kindermund: Warum kommt ihr eigentlich gern mit ins Hospiz?

Beim letzten Sommerfest kam ich mit den Töchtern von Pflegefachkräften aus dem Stationären Hospiz ins Gespräch. Es war mir mehrmals aufgefallen, dass die Mädchen immer dabei sind, wenn im Hospiz Menschen zusammenkommen, um etwas zu feiern. Aber auch sonst sind sie manchmal in der Wohnküche zu sehen, zum Beispiel, wenn sie ihre Eltern von der Arbeit abholen.

So habe ich mit Enya (12 Jahre), Neele (13), Anna (9) und Lotta (12) über diese Frage gesprochen: *Warum kommt ihr eigentlich gern mit ins Hospiz? Es ist doch ein Ort, an dem Menschen schwer krank sind und nicht mehr lange zu leben haben, ein Ort, an dem Menschen sterben. Die meisten Menschen wollen damit nichts zu tun haben.*

Lotta: Wir kommen gern hierher, wegen der Atmosphäre. Es ist alles so schön gestaltet, man fühlt sich sofort geborgen und in Sicherheit. Die Menschen sind alle so höflich, so nett und liebevoll. **Anna:** Es ist so kinderfreundlich gestaltet, und man wird gleich gefragt, ob man einen Kakao oder ein Eis haben möchte.

Neele: Hier sind immer Menschen, es ist nie langweilig, man kann sich immer mit jemandem unterhalten.

Neele: Wenn ich mit Freunden schreibe und sie fragen, wo ich denn bin und ich sage: „Ich bin im Hospiz“, dann schreiben die „Was? Da ist es doch voll traurig!“ Aber das stimmt nicht, mir macht es Spaß, dass ich anderen eine Freude machen kann. Manchmal komme ich abends mit und helfe mit und bringe jemandem sein Abendessen. Oder wenn jemand allein ist, dann unterhalte ich mich mit ihm.



Von links: Enya, Neele, Anna und Lotta.

Anna: Ich glaube auch, dass die Gäste sich freuen, wenn sie hier Kinder sehen, die ihr Leben noch vor sich haben.

Was meint ihr, warum arbeiten eure Eltern gern im Hospiz?

Lotta: Zuerst habe ich auch nicht verstanden, warum die Arbeit im Hospiz meine Mutter glücklich macht, erst als ich es selbst gesehen habe, wie es hier ist. Sie ist eben ein liebevoller Mensch und möchte ihre Herzlichkeit teilen. Manchmal ist sie natürlich auch traurig, wenn sie

nach Hause kommt, wenn jemand gestorben ist. **Enya:** „Mein Vater arbeitet gern hier, weil er Menschen helfen kann – auch wenn es manchmal schwer ist.“

Einig sind sich alle vier darin: Unsere Eltern helfen gern, dass es Menschen in der letzten Zeit in ihrem Leben gut geht. Sie können und wollen etwas Gutes tun. **Lotta:** Ich bin stolz auf meine Mutter, dass sie hier arbeitet.

Aufgezeichnet von Elke Reichardt.

Dr. Susanne Fischer: Eine wertvolle und bereichernde Arbeit

Im Jahr 2014 betreute ich erstmals einen Patienten im Hospiz. Mit einem etwas mulmigen Gefühl betrat ich die Räumlichkeiten, die ich zuvor nur von einer Besichtigung kannte. Ich war sofort angetan von der Freundlichkeit und der Wärme, die mir vom Pflegepersonal entgegengebracht wurde.

Bei meinem ersten Patienten handelte sich um einen französischsprachigen afrikanischen Patienten, der das Team und mich vor eine riesige Herausforderung stellte. Ich war und bin bis heute fasziniert, was das Team des Hospizes für diesen Gast alles möglich gemacht hat.

Französischsprachige Mitarbeiter und Ehrenamtliche, die Kooperation mit der muslimischen Gemeinde, die afrikanische Musik oder einfach nur das Kochen von Spaghetti mitten in der Nacht – wir konnten dem Gast neben der medizinischen Betreuung so manchen Wunsch erfüllen. Er lebte drei Monate im Hospiz, bemühte sich sehr, Deutsch zu lernen und sagte einmal zu mir: „Wenn ich gesund wäre, würde ich auch hier arbeiten!“ Er starb friedlich im Kreise seiner großen Familie.

Nach dieser intensiven Zeit beschloss ich, mich in der Palliativmedizin weiterzubilden und erlangte 2018 die Zusatzbezeichnung Palliativmedizin. Als Mitglied des Vorstands des Vereins „Hospiz an der Lutter“ kann ich meine Ideen, Wünsche und Erfahrungen als Ärztin einbringen.

Eine große Bereicherung

Ich bin dankbar, dass ich viele Patientinnen und Patienten auf ihrem letzten Lebensweg begleiten durfte.



Der Austausch mit dem Pflegepersonal, den Ehrenamtlichen, den Zugehörigen und den anderen im Hospiz tätigen Menschen ist eine große Bereicherung meiner beruflichen Tätigkeit.

Ich habe gelernt, wie wichtig es ist, angesichts der begrenzten Lebenszeit von Monaten, Wochen oder Tagen zu versuchen, die Lebensqualität der Gäste bis zum Lebensende zu erhalten. Ich bemühe mich, auch mal Dinge möglich zu machen, die nicht unbedingt unter die ärztliche Tätigkeit fallen und bin überrascht, wie einfach es manchmal ist, Patienten eine Freude zu bereiten.

Bei meiner Arbeit als Palliativmedizinerin geht es nicht nur darum, auf den Moment des Sterbens zu

schauen, sondern auf den Weg dorthin. Ich lerne Menschen und ihre Zugehörigen kennen, deren Biografien mich berühren und deren Lebensläufe zeigen, welche Vielfalt das Leben bietet. Ich bin stolz darauf, ein Teil des Teams des Hospiz an der Lutter zu sein und gemeinsam das Ziel zu verfolgen, unseren Gästen ein würdevolles Sterben mit möglichst wenig Schmerzen und anderen belastenden Beschwerden zu ermöglichen.

Ein slavisches Sprichwort sagt: „Es sind die Lebenden, die den Toten die Augen schließen. Es sind die Toten, die den Lebenden die Augen öffnen.“

Für mich ist die Arbeit im Hospiz eine wertvolle und bereichernde Arbeit.

Atmosphäre voller Leben, voller Gefühle

All unser Tun ist ausgerichtet auf die Bedürfnisse unserer Hospizgäste

Unsere Redaktionssitzungen sind immer sehr lebhaft. Zunächst blicken wir zurück auf den Hospizstern, den wir veröffentlicht haben. Wir reflektieren und berichten von den Rückmeldungen der Leser*innen. Oft entwickeln sich in diesem Diskurs schon Ideen für die nächste Ausgabe. Mögliche Themen und Inhalte werden abgewogen und beleuchtet. So entstand das Thema „Wie schaffst Du das, ins Hospiz zu kommen?“ und sehr gern beantwortete ich diese Frage.

Oft ist es schwer im Hospiz, weil es viele traurige Momente gibt: Wir begleiten viele Menschen am Ende ihres Lebens. Sie halten Rückschau auf ihr

Leben, auf das Traurige und auch auf das Erfüllende, das Gelungene, auf all das, was offengeblieben ist und auf die Fragen, auf die es keine Antworten gegeben hat. Wir stützen die Zugehörigen, die im Abschied unseren Beistand brauchen und im Hospiz immer willkommen sind. Und obwohl es diese vielen traurigen Momente gibt, erfüllen mich all meine Aufgaben im Hospiz mit Freude. Sollte ich das mit einem Satz begründen, so würde dieser wie folgt lauten:

Weil das Hospiz ein Lebensort ist – ein Lebensort für schwerstkranke sterbende Menschen und ihre Zugehörigen

Hospiz – ein Lebensort, das klingt zunächst einmal paradox. Kommen doch zu uns ins Stationäre Hospiz Menschen, die schwer erkrankt sind und nur noch eine sehr begrenzte Lebenszeit haben. Die allermeisten unserer Hospizgäste leiden an einer weit fortgeschrittenen Tumorerkrankung, und wir ermöglichen mit unserem interdisziplinären Team aus Pflegefachkräften, Ärzten, Therapeuten und Ehrenamtlichen eine palliative Begleitung. Ziel ist die Linderung von Leiden und die Verbesserung der Lebensqualität. All unser Tun und auch das Lassen sind ausnahmslos ausgerichtet auf die Bedürfnisse unserer Hospizgäste. Gemeinsam mit ihnen und ihren Zugehörigen ermitteln wir diese bezogen auf allen Ebenen des Menschseins. Ganzheitliche Begleitung umfasst körperliche, soziale, psychische und spirituelle Bedürfnisse. Am Tag des Einzugs in unser Hospiz und immer wieder ist die Pflege und Begleitung geleitet von Fragen wie: „Was kann Ihnen jetzt guttun?“, „was wünschen Sie sich?“, „was ist Ihnen jetzt wichtig?“

Nicht alleingelassen werden

Oft reagieren unsere Hospizgäste zunächst irritiert auf diese Fragen. Mit erstauntem Blick sagen viele „Oh, das

Herzenswunsch: Das Enkelkind noch kennenlernen (Symbolfoto: pixelio.de).



Das Ultraschallbild steht auf dem Nachttisch (Symbolfoto: pixelio.de).



kann ich gar nicht beantworten, diese Frage wurde mir noch nie gestellt.“ Und nach wenigen Augenblicken kommen dann erste, manchmal zögerlich geäußerte Antworten. Schmerzlinderung und nicht alleingelassen werden, das sind die am meisten geäußerten Wünsche. Wenn wir dann genauer nachfragen, dann werden die Antworten ganz individuell und sehr unterschiedlich. Nun könnte man meinen, am Ende des Lebens sind dies ganz außergewöhnliche Wünsche, aber in meinen vielen Berufsjahren im Hospiz waren es fast immer kleine und gut zu erfüllende Wünsche – beispielsweise

noch mal die Lieblingsspeise der Kindheit essen, oder auch ein Pferd streicheln und den Pferdegeruch in der Nase haben.

Stiller geäußert werden Wünsche, von denen der Schwerstkranke weiß, dass sie nicht erfüllbar sind. Wie gut, dass auch diese Wünsche ausgesprochen werden. Wir bleiben im folgenden Gespräch bei diesem Wunsch und manchmal taucht der Hospizgast ganz tief ins Erzählen ein, schmückt den Wunsch aus, beschreibt alles ganz genau, und die Bilder werden vor unserem inneren Auge lebendig. Und dann ist im Zimmer eine Atmosphäre voller Leben, voller Gefühle, es wird gelacht, geweint, Erinnerungen und Träume werden wach und ganz lebendig im Inneren erlebt. Und obwohl diese Wünsche oft nicht mehr in Erfüllung gehen werden, sind sie doch jetzt in diesem Augenblick in inneren Bildern erfüllt und erlebt.

Sie wollte ihr Enkelchen auf dieser Welt begrüßen

Ganz besonders ist mir der Wunsch von Frau Berger* in Erinnerung, und ich

möchte Sie daran teilhaben lassen. Frau Berger war an einem bösartigen Hirntumor erkrankt und mehrere Monate bei uns im Hospiz. Ihr großer Wunsch war es, ihren kleinen Enkelsohn kennenzulernen. Ein Wunsch, der wohl nicht erfüllbar sein würde, denn ihre Erkrankung war sehr weit fortgeschritten und ihre Schwiegertochter erst im dritten Monat schwanger. Es verging kein Tag, an dem wir nicht über den Kleinen sprachen (sie war sich sicher, dass es ein Junge wird). Eingerahmte und auf dem Nachtschrank platzierte Ultraschallbilder, die rege Diskussion über den passenden Namen, der im Hospizzimmer geparkte Kinderwagen – sie wollte ihr Enkelchen auf dieser Welt begrüßen, darauf hat sie hingelegt! Sie sprach immer und immer wieder über ihre große Hoffnung, ihren festen Glauben, dass ihr dieser Wunsch erfüllt werde. Das ihre Liebe zu ihrem Sohn sie lange genug leben lassen würde.

Und dann gab es auch immer wieder viele verzweifelte Stunden voller Tränen, denn in den folgenden Wochen schritt die Krankheit voran. Belastende

Symptome nahmen zu. Frau Berger konnte das Bett nicht mehr verlassen, das Sprechen wurde immer schwieriger, Konzentration und Aufmerksamkeit wurden weniger, selbst das Schlucken war nur noch sehr erschwert möglich. Oft wirkte sie zurückgezogen und traurig. Ihre Schwiegertochter, inzwischen im achten Monat ihrer Schwangerschaft, und Ihr Sohn überlegten, ob es nicht zu schmerzhaft sei, all die Babysachen im Zimmer zu belassen – und damit immer das Unmögliche vor den Augen der sterbenden Mutter. Ich ermutigte die beiden, mit der Mutter darüber zu sprechen. Die drei hielten sich an den Händen, sie weinten zusammen – Worte waren kaum möglich. Aber sehr unmissverständlich gab Frau Berger zu verstehen, dass nichts, aber auch gar nichts in ihrem Zimmer verändert werden durfte.

„Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe“

Frau Berger wurde zunehmend schlaftrüger, wenn sie in wachen Momenten zum Kinderwagen blickte, lächelte sie. Dann konnte ich ihr erzählen, von dem, was sie vor Wochen vor ihrem inneren Auge hat lebendig werden lassen – von ihrem Enkelkind. Ihre Hoffnung blieb – und sie wurde erfüllt!

Der kleine Andreas* wurde vier Wochen zu früh geboren – ein zwar sehr kleiner und leichter, aber gesunder Enkelsohn. Am Abend der Geburt hat der Sohn mit uns Pflegekräften im Zimmer seiner sterbenden Mutter mit uns angestoßen. Frau Berger hat dabei fest



Der Kinderwagen steht im Zimmer bereit (Symbolfoto: pixelio.de).

geschlafen – hat sie uns wahrgenommen? Noch lange saß ihr Sohn an diesem Abend an ihrem Bett.

Frau Berger wurde nur noch für wenige Momente am Tag wach. Sie hat gelebt bis zur Geburt des kleinen Andreas. Und dann für uns alle die große Überraschung: Nur drei Tage nach seiner Geburt ging der kleine Andreas auf seine erste Reise – vom Kreißsaal direkt ins Hospiz zu seiner Oma. Die beiden erlebten eine wunderbare Schmusestunde. Andreas im Arm seiner Oma, beide tief schlafend. Danach wurde Andreas in seinem Kinderwagen aus dem Zimmer gefahren.

Frau Berger verstarb zwei Tage später. Die kleine Familie hat uns ein halbes Jahr später im Hospiz besucht. Sie hatten gerade die Taufe gefeiert. Ins Hos-

pizgedenkbuch haben sie den Taufspruch des kleinen Andreas geschrieben: „Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei, aber die Liebe ist die größte unter ihnen.“

Eines von vielen meiner Erlebnisse im Hospiz als ein Lebensort für Schwerstkranke, Sterbende und ihre Zugehörigen. Aus den vielen Begegnungen mit diesen Menschen und ihren Zugehörigen habe ich wenige Antworten gewonnen, aber immer und immer wieder Fragen wie diese: „Was macht unser Leben aus? Was machen wir mit und aus unserem Leben? Was bedeutet uns das Leben im Angesicht des nahenden Todes?“

Manuela Brandt-Durlach

* Namen geändert

Wie schaffen wir das?

Eine Erklärung mit Hilfe des Salutogenese-Modells

Die Entstehung des Modells: Was macht Menschen aus, die trotz großer Belastungen nicht krank werden? Diese Fragen waren für Aron Antonovsky der Ausgangspunkt seiner theoretischen und empirischen Arbeit. Bei einer Studie zur Gesundheit von Frauen in den Wechseljahren machte er eine

bahnbrechende Entdeckung: 29 Prozent der befragten Frauen, die vor etwa 30 Jahren die schrecklichen Erfahrungen eines Konzentrationslagers gemacht hatten, waren körperlich und seelisch gesund geblieben. Einige von ihnen gaben sogar an, dass sie durch diese Erfahrung gestärkt wurden.

Antonovsky war fasziniert von diesem „Wunder“ und stellte den gesund gebliebenen Frauen die Frage, wie sie es geschafft hatten, trotz des enormen Stresses gesund zu bleiben. Die Auswertung der Interviews ergab, dass diese Frauen ein tiefes, schwer zu beschreibendes Vertrauen hatten, das sie innerlich miteinander verband, über persönliche Beziehungen hinaus.

Was ist die Salutogenese?

Das Konzept beschreibt den individuellen Prozess der Entwicklung und Aufrechterhaltung von Gesundheit. Nach diesem Modell ist Gesundheit kein Zustand, sondern ein kontinuierlicher Prozess. Krankheit und Gesundheit werden nicht als getrennte Zustände betrachtet, sondern als fließender Übergang.

Was bedeutet „Wie schaffen wir das?“ für unsere Arbeit im Hospiz:

Wir empfinden unsere Tätigkeit als bedeutsam und emotional sinnvoll, ob ambulant oder stationär. Die menschliche Unterstützung im palliativen Setting ist der Rahmen, in dem wir Bedeutung und Sinnhaftigkeit erfahren. Dies geht einher mit einem tiefen Interesse an unserer Arbeit und der ständigen Reflexion über die gesunden Aspekte und wie wir diese gemeinsam mit den

Wir vertrauen darauf, dass wir über die geeigneten Ressourcen verfügen.





Angehörigen und Mitarbeitenden leben können.

„Das mit Abstand beste, was das Leben uns bietet, ist hart an etwas zu arbeiten, das einen Sinn hat.“ (Theodore Roosevelt, 7. September 1903)

Unser Ziel ist es, die besonderen Herausforderungen, die sich aus den existenziellen Krisen unserer Gäste und ihrer Angehörigen ergeben, wie Krankheitssymptome, psychische Belastungen oder die ganzheitliche Belastung der Familie, verständlich zu machen. Unsere Erfahrungen, Kenntnisse und Aus- und Weiterbildung helfen uns dabei, diese Erfahrungen zu strukturieren und vorhersehbar und erklärbar zu machen.

Wir vertrauen darauf, dass wir über die geeigneten Ressourcen verfügen – Zeit, Hilfsmittel, kommunikative Kompetenzen, menschliche Unterstützung und Wissen –, um den Anforderungen, die sich aus den besonderen Herausforderungen ergeben, gerecht zu werden. Dabei entwickeln wir diese Ressourcen gemeinsam mit den Gästen, Angehörigen, Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen. Es geht darum, eine Balance

zwischen Individualität und Zusammengehörigkeit zu finden und den Blickwinkel auf die Dinge immer wieder zu verändern und uns gemeinsame Erfolge bewusst zu machen.

Was schützt uns, damit wir es schaffen?

Humor schafft Solidarität und Verbindung. Er stärkt unsere Widerstandskraft, auch in schwierigen Lebenssituationen, wie sie uns oft am Lebensende und bei schweren Erkrankungen begegnen. Humor ermöglicht uns einen anderen, erweiterten Blick auf unser Leben und unsere Realität.

Das Team ist ein wichtiger Schutzfaktor. Die Vielfalt der Teammitglieder, sowohl Haupt- als auch Ehrenamtliche, ermöglicht uns unterschiedliche Perspektiven auf die Herausforderungen des hospizlichen Alltags. Das Team hilft uns sowohl auf praktischer Ebene als auch in der Reflexion dabei, unseren eigenen Standpunkt kontinuierlich zu überdenken und unsere Kompetenzen weiterzuentwickeln.

In der Hospizinstitution helfen uns auch gemeinsame Teamaktivitäten

wie Betriebsausflüge, Weihnachtsfeiern, Leitbildarbeit und das spürbare Mitgefühl der anderen gegenüber Gästen, Angehörigen und uns selbst. Supervision ist eine wichtige Säule, um Erlebtes zu verarbeiten und zu reflektieren.

Das Privatleben jedes Einzelnen im Hospiz ist eine Quelle dafür, wie wir es schaffen. Die verschiedenen Elemente des Privatlebens wie Familie, Naturerleben, Glaube, Spiritualität, sportliche Aktivitäten und Hobbys bieten uns Schutzräume und Zeiten außerhalb unserer hospizlichen Aufgaben.

Fazit – ein Rahmen zur Überprüfung

Um physische und psychische Gesundheit zu erhalten, müssen Sinnhaftigkeit, Handhabbarkeit und Verstehbarkeit in einen Bezugsrahmen gestellt werden. Wir brauchen einen Rahmen und eigene Bedingungen, die regelmäßig überprüft werden sollten:

- Passt die Arbeit / das Engagement noch zu mir?
- Treffen mich immer wieder die gleichen Probleme?
- Kann ich Nähe herstellen und mich nach der Arbeit distanzieren?
- Nehme ich ausreichend Pausen?
- Kann ich akzeptieren, dass ich das Leid nicht aus der Welt schaffen kann, auch wenn ich es mir wünsche?
- Kann ich Freude in alltäglichen Begebenheiten empfinden?

Daniel de Vasconcelos

Einkuscheln in Musik gibt Geborgenheit

Die Arbeit von Musiktherapeutin Tatjana Vetter

Wenn Menschen im Sterbeprozess kaum noch erreichbar sind, öffnet Musik oft noch ein Fenster zu ihrer Seele. Die Musikerin Tatjana Vetter, die mit ihren Instrumenten einmal pro Woche in das Hospiz an der Lutter kommt, hat das schon oft erlebt. Viele Menschen identifizieren sich ganz besonders mit einem Instrument, einer bestimmten Musikrichtung oder Melodie. Frau Vetter erzählt von einem älteren Herrn, für den das Volkslied „Ännchen von Tharau“ diese besondere Bedeutung hatte. Als sie ihn besuchte, war er unserer Welt schon weit entrückt und schien uner-

reichbar. Von den Angehörigen entsprechend vorbereitet, stimmte sie das „Ännchen“ an und der Sterbende mobilisierte seine Lebensgeister ein letztes Mal – Magie der Musik.

Einfach zuhören

Frau Vetter erfragt und erspürt, welche Art von Musik, welches der vielen Instrumente, die sie beherrscht, gerade gebraucht werden. Sie sieht sich als einfühlsame Musikerin, die Bedürfnisse von Kranken besonders gut aufnehmen und umsetzen kann. Sie ist von Musik umgeben aufgewachsen

und mit vielen Instrumenten vertraut, die man problemlos auch in die Zimmer der Gäste mitnehmen kann. Die Gitarre gehört dazu, die „Quetschkommode“ (Harmonika), sogar ein kleines tragbares Klavier und auch die eigene Stimme. Gesang verbindet immer wieder die Kranken und ihre Besucher zu einem Kraft spendenden Chor. Das kann bei Zimmerkonzerten sein oder beim gemeinsamen Musizieren im Wohnzimmer des Hospizes. Manchmal setzt sie sich einfach in den Garten und fängt dort an zu musizieren. Wer zuhören möchte, aber nicht mehr mobil ist, kann dann einfach das Fenster öffnen und gehört dazu.

Auch Schlager oder Hard Rock

Musik ist Ausdruck von Leben. Auch das Hospiz ist oft von Musik und Gelächter erfüllt. Das können sich viele Menschen, denen Frau Vetter von ihrer Arbeit erzählt, nicht vorstellen. Die Wünsche der Hospizgäste sind dabei so vielfältig wie die Menschen selbst. Auch Schlager oder Hard Rock gehören dazu. Frau Vetter erinnert sich an eine junge Frau, mit der sie laut und leidenschaftlich AC/DC gehört hat. Jeder Hospizgast soll sich „in Musik einkuscheln“ können, sagt sie, in der Musik Frieden, Trost und Geborgenheit finden.

Yvonne Bangert

Immer wieder mittwochs kommt Tatjana Vetter zu unseren Gästen ins Hospiz.



„Gestatten: Lotti-Therapiehund & gute Seele“

Katharina Scholze kommt mit ihrem Hund einmal pro Woche

Tiere hören zu, trösten, nehmen den Menschen an, wie er ist. Sie geben Wärme, helfen durch Krisen. Wer schon Hund, Katze oder Meerschweinchen als Freund hatte, weiß das gut. Das gilt umso mehr für ausgebildete Therapiehunde. Sie helfen Menschen, die in Ausnahmesituationen sind, existenzielle Nöte überwinden müssen.

Lotti ist so ein Therapiehund. Sie arbeitet im Hospiz an der Lutter, zusammen mit ihrer Partnerin Katharina Scholze. Jedem, ob Hospizgast, Zugehörigen oder ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen, zaubert Lotti ein Lächeln ins Gesicht, einfach, weil sie da ist. Manche Gäste, die sich völlig

in sich zurückgezogen haben und für ihre Umwelt nicht mehr erreichbar sind, leben mit Lotti wieder auf, streicheln sie, sprechen mit ihr, können ihre inneren Barrieren überwinden.

Wir haben uns im Sommer 2023 im Hospizgarten kennengelernt. Damals ist Lotti, ihres Zeichens ein Spanischer Wasserhund, vier Jahre jung und schon fast am Ende ihrer Ausbildung zur Therapiehündin angekommen. Lotti liebt das Wasser. Ihre Vorfahren wurden einst gezüchtet, um den Fischern in Küstengewässern bei der Arbeit zu helfen. Sie waren aber auch Hütehunde, Wachhunde und holten als Apportierhunde Beutetiere aus dem Wasser.

Auch der Hospizteich zieht Lotti magisch an. Aber die Fische sind sicher. Sie ist und bleibt an der Leine.

Freundlich, aufgeschlossen, lebenslustig

Lotti ist freundlich, aufgeschlossen, lebenslustig und intelligent. Sie kann Menschen in Ausnahmesituationen sehr gut zur Ruhe bringen, ihre Gedanken in andere Bahnen lenken, den Menschen helfen, sich zu fokussieren. An einem Lotti-Tag können sich Hospiz-Gäste, die von ihr besucht werden möchten, melden und sagen, was sie dann gern mit ihr unternehmen würden. Manchmal ist sie einfach nur im Raum, manchmal darf sie auch ins Bett eines Gastes, lässt sich durchknuddeln oder wird im spielerischen Gerangel um Leckerli zur Bewegungstherapie für schwer bewegliche Finger oder Hände.

Mehr als zwei Zimmer pro Einsatz besucht Lotti in der Regel aber nicht. Für den Hund sind diese Einsätze, bei denen sie sich eine gute Stunde lang mit voller Konzentration und ganzer Kraft auf ihr Gegenüber einlässt, Schwerstarbeit. Deshalb kann sie auch nicht in jedes Zimmer gehen. Nach einem Einsatz braucht sie einige Tage Erholung.

Yvonne Bangert



Lotti ist als Therapeutin einfach unbezahlbar. Deshalb sind Spenden, die ihre Arbeit ermöglichen, besonders willkommen.

Wunschessen mit Rouladen und Vanilleeis

Bernd und Tatjana Wieland kochen gern für unsere Gäste

Tatjana und Bernd Wieland kochen leidenschaftlich gern. Und das machen sie auch regelmäßig für die Gäste im Hospiz. Das Menü ist dieses Mal ein Klassiker: Hochzeitssuppe, Rouladen mit selbstgemachten Knödeln, Rotkohl und zum Nachtisch Vanilleeis mit Sahne und heißen Himbeeren standen auf dem Wunschzettel.

„Mein Mann und ich haben Freude am Kochen und uns überlegt, diese Fähigkeit für einen guten Zweck einzusetzen“, sagt Tatjana Wieland. Sie gehört zum ehrenamtlichen Hospiz-Vorstand. Wunschkochen heißt die Idee, mit dem

Ziel, den Gästen im Stationären Hospiz etwas Gutes zu tun.

Ein Stück Normalität

„Wichtig war uns, ein Stück Normalität in den Alltag der Hospizgäste zu bringen, verbunden mit dem Gesprächsaustausch beim Kochen in der offenen Küche und dem gemeinsamen Abendessen. Kochen hat etwas mit Wahrnehmung zu tun.

Durch die leckeren Gerüche werden positive Emotionen geweckt – und das war für uns sehr schön wahrzunehmen. Wir haben viel Freude, Fröhlichkeit und

auch Wehmut aus dem Abend mitgenommen“, sagt sie.

Ein Abend im Wohnzimmer-Restaurant

Bei den Gästen kam der Abend im Wohnzimmer-Restaurant sehr gut an. Das sei wie Ausgehen, sagte eine der Hospizbewohnerinnen. Ein wunderschöner Abend sei das gewesen, sagte eine andere Bewohnerin, die von ihrem Sohn zum Essen begleitet worden war. Auch ein Candlelight-Dinner im Raum der Stille haben Wielands für ein weiteres Ehepaar möglich gemacht.

Für Tatjana Wieland und ihren Mann war die schönste Rückmeldung, dass am Ende die Töpfe so gut wie leer waren. Allen hat es hervorragend geschmeckt. „Wir werden das Kochevent gern wiederholen. Vielleicht mit einem weiteren Klassiker – Kartoffelpuffer.“

Eida Koheil



Tatjana und Bernd Wieland kochen immer wieder gern für unsere Gäste.

Persönlicher Gruß von Johannes Oerding

Der Musiker hat unserem Gast eine Videobotschaft geschickt

Das Gespräch kam bei fast jeder Visite auf Johannes Oerding. Seine Musik, seine Konzerte. Einer unserer Hospiz-Gäste war ein glühender Johannes Oerding-Fan. Mit Hilfe der „Helping Angels“ aus Gotha, zum Beispiel, ist ihm ein Herzenswunsch erfüllt worden, und er konnte kurz bevor er ins Hospiz an der Lutter eingezogen ist, noch ein Johannes Oerding-Konzert besuchen.

Dr. Susanne Fischer, eine unserer Hausärztinnen im Hospiz, hat unseren Gast ärztlich betreut, und bei ihren Besuchen gern mit ihm über den Musiker

geplaudert. Schließlich kam ihr eine Idee: „Ich habe überlegt, ob es nicht eine Möglichkeit wäre, Johannes Oerding anzuschreiben und ihn um einen Gruß für unseren Patienten zu bitten? Ich glaube, dass wäre für ihn etwas ganz Besonderes zum Lebensende. Ein Versuch ist es bestimmt wert!“

Eine E-Mail an Johannes Oerding

Schließlich haben wir eine E-Mail an Johannes Oerding gesendet und ihn gebeten, unseren Gast kurzfristig mit einer kleinen persönlichen Botschaft

zu überraschen. Innerhalb weniger Stunden haben wir tatsächlich eine Antwort erhalten – mit einer persönlichen und sehr herzlichen Videobotschaft von Johannes Oerding.

Ein sehr emotionaler Moment

Die Überraschung war gelungen: „Es war ein sehr emotionaler Moment, als ich meinem Patienten die Grußbotschaft von Johannes Oerding auf dem iPad gezeigt habe“, sagt Susanne Fischer. „Er hat sich so unglaublich gefreut. Tränen der Rührung und Freude sind bei allen Beteiligten geflossen. Mehrfach hat er sich die Grußbotschaft angeschaut und gesagt: „Ich kann das nicht fassen – eine Grußbotschaft für mich!“ Und immer wieder hat er meine Hand gedrückt und sich bedankt. Ich bin sehr glücklich, dass ich ihm mit Hilfe des Hospizes diese Freude machen konnte“, erzählt die Ärztin.

Für ein Foto extra das Tour-Shirt angezogen

Für ein gemeinsames Foto hat unser Gast dann auf seine Initiative hin extra das Tour-Shirt von Johannes Oerding angezogen. Die Fotos haben wir gleich mit einem großen Dankeschön an Johannes Oerding weitergeleitet. Dies miterleben zu dürfen, war für alle hier im Hospiz etwas sehr Besonderes und sehr bewegend.

**An guten Tagen gibt es nur hier und jetzt – auch wenn's nur jetzt und nicht für immer ist ... (Johannes Oerding)*



Das Video von Johannes Oerding war eine gelungene Überraschung (Foto: Yvonne Goldschmidt).

Trauer

Zuhause im Nirgendwo
Suche im Irgendwo
gelegentlich Rast
Von suchender Hast
Nach bleibendem Ort
Doch: Du bist fort

Finde Ruhe im eigenen Herzen
lasse das Grübeln, die Schmerzen,
hier auf Erden
wird keine Bleibe dir werden

Du gingst mit mir ein Stück
– Glück –
Du bist gegangen,
alles verhangen,
ich bleibe zurück

Blasser die Welt,
wenn dein Licht entfällt,
alles verändert.
Ich erinnere mich
an dich

Mein Leben mit dir
ein Augenblick
am Ende ein Blick zurück
es bleibt nur
eine Spur

Es gibt immer einen,
der allein bleibt,
und es gibt keinen

Weg zurück
zu früherem Glück.
Nach längerer Zeit
einsame Zufriedenheit

Ich möchte dich sehen,
zu mir drehen,
dich umarmen,
mit dir leben,
nicht allein sein,
zu zweit sein.
Doch wird es dies nicht geben,
kein Erbarmen.
Mein ist die Erinnerung

Wolkenbilder
Himmelsschilder
Wegweiser
alles leiser
alles verweht
alles geht

Wer bin ich ohne dich
ich muss leben lernen ohne dich
mich neu erfinden ohne dich
alles ist anders ohne dich
es bleibt mein verstörtes Ich

Und doch bist du
bei mir
in mir
du tröstest mich
ich denk an dich

Anne Schmidt-Dahrendorf

HospizStern März 2024

Das könnte ich nicht! – Wir tun das.

Du sagst:

Das könnte ich nicht,
das ständige Erleben
von Abschied und Tod
und von Schmerz und Leid,
das Ertragen des Unerträglichen,
die Belastung
des eigenen Lebens.

Wir sagen:

Lass uns sehen und erkennen,
versuchen zu helfen
das Bedrückende zu erleichtern,
das Unerträgliche zu ertragen,
die Leere etwas zu füllen
und die Verschlechterung zu mildern.

Wir tun das.

Du könntest das auch!

Nikolaus J. Kahlen



Anne Schmidt-Dahrendorf und Nikolaus Kahlen engagieren sich beide ehrenamtlich im Hospiz (Foto: Nikolaus J. Kahlen).

Berührung ist ein Grundbedürfnis

Ein Seminartag mit unseren Ehrenamtlichen

„Achtsame Berührung – berührende Achtsamkeit“ allein diese Worte bringen etwas in Schwingung. Neugierig nähern wir uns dem Thema an: Was bedeutet Berührung für uns? Berührung ist ein Grundbedürfnis, und zweckmäßige Berührungen bei vielen Tätigkeiten bestimmen unseren Alltag. Eine bewusste, angekündigte Berührung kann uns sehr tief berühren, kann Nahrung für die Seele sein. Unser Tastsinn bleibt auch im Sterbeprozess lange erhalten, die Haut empfängt Reize, die angenehm oder auch unangenehm sein können. Deshalb muss eine Berührung oder sanfte Massage immer ein Angebot sein, das nur bei Zustimmung durchgeführt wird. Damit Berührung nicht schmerzhaft oder

grenzüberschreitend erlebt wird, braucht es unsere volle Achtsamkeit.

Sanfte Kontaktaufnahme

Wir erproben zu zweit eine Handmassage, die mit einer sanften Kontaktaufnahme an Oberarm oder Schulter beginnt. Wie kann ich achtsam einen anderen, einen mir vielleicht fremden Menschen berühren?

Dann lernen wir die „klingende Wuschung“ kennen und sind verblüfft über die entspannende und gleichzeitig belebende Wirkung. Freude beim Geben wie Empfangen macht sich breit. Wenn ich achtsam in Verbindung zu meinem Gegenüber stehe, tut es mir selbst wohl.

Was brauche ich, um eine achtsame Atmosphäre zu schaffen, und dann jemandem eine Berührung an Hand oder Fuß – vielleicht auch mit Öl oder einer Salbe – anzubieten? Wärme durch eine Wärmflasche und Handtücher, einen ruhigen geschützten Raum, eine bequeme Lage oder Sitzposition – für Gebende und Empfangende! Viele Aspekte kommen zur Sprache. Sandra Liebscher-Koch erläutert uns exemplarisch die Wirkung einiger Wirkstoffe und zeigt uns wie rhythmische Einreibungen ausgeführt werden. Natürlich dürfen wir auch das aneinander ausprobieren.

Praktische Einblicke

Mit viel Freude und Dankbarkeit verabschieden wir uns von Sandra, die uns einen praktischen Einblick in die Vielfalt der achtsamen Berührung gegeben hat. Gern möchten einige der Teilnehmer*innen noch viel mehr darüber lernen. Und einige bieten den Menschen, die sie hospizlich begleiten zeitnah das neu Erlernte an – dafür ist diese Fortbildung ja auch gedacht.

Gabriele Carstens



Eine bewusste, angekündigte Berührung kann uns sehr tief berühren und Nahrung für die Seele sein.

Die gemeinsame Auszeit hat uns gutgetan

Gesundheitstag in Bursfelde mit Friederike Busse und Thorsten Bothe

Zu einem Gesundheitstag hat sich das Team des Hospiz an der Lutter im vergangenen Herbst im Kloster Bursfelde getroffen.

Wenn es einem gutgehen soll, muss man sich auch um sich selbst kümmern, die eigenen Ressourcen nutzen und schauen, welche Kraftquellen uns helfen, um aufzutanken.

Den Alltagsstress hinter sich lassen

Friederike Busse, Beauftragte für Hospiz- und Palliativarbeit bei der evangelischen Landeskirche Hannovers, und Hospizseelsorger Thorsten Bothe haben für unser Team in der besonderen Atmosphäre des Klosters Bursfelde einen Tag gestaltet, bei dem es darum ging, sich der eigenen Kraftquellen bewusst zu werden und sie zu nutzen. Den Alltagsstress kurz auf einem Zettel notiert und über die Schulter geworfen und es kann losgehen mit dem Krafttanken. Mit einer kleinen Meditation sind wir dann ganz entspannt in diesen sonnigen Tag gestartet, haben die Stille der über 1000 Jahre alten Klosterkirche auf uns wirken lassen, Musik gehört, unsere Kraftquellen gemalt, uns neue überlegt, konkrete Pläne gemacht, wie wir diese realisieren könnten und uns intensiv miteinander ausgetauscht.

Die Natur ist eine wichtige Kraftquelle

Viele Kraftquellen sind bei den Kolleg*innen schon vorhanden: die Familie, Freunde, Tiere und Hobbies. Auch der Kontakt zur Natur ist für die meis-



Manchmal ist ein Perspektivenwechsel gut.

ten eine wichtige Kraftquelle. Und neue sollen für einige dazukommen: mutiger werden, Gitarre spielen lernen, regelmäßig zum Tanzen gehen, weniger Freizeitstress haben. Friederike Busse und Thorsten Bothe haben gemeinsam mit uns überlegt, wie wir die eigenen Kraftquellen (wieder)entdecken und Schwung und Energie entwickeln können, um unsere Wünsche zu verwirklichen.

Manchmal reicht es aus, in sich hineinzuspüren, die Perspektive zu wechseln oder mit Neugier zu schauen, welche Anregungen die Kraftquellen der anderen bieten.

Fazit nach dem Gesundheitstag: Die gemeinsame Auszeit hat uns gut getan, und wir freuen uns, wenn der Vorstand dem Team so einen Tag auch in diesem Jahr wieder ermöglicht.

Eida Koheil

Den Menschen eine Stütze sein

Die stellvertretende Hospizleiterin Sylvia Hennemann geht in den Ruhestand

Mit einer Annonce in der Zeitung hat alles angefangen. 2017 wollte Sylvia Hennemann noch einmal neu durchstarten. Die Krankenschwester aus Bodenfelde bewarb sich vor sieben Jahren auf die Stelle der stellvertretenden Leitung im Hospiz an der Lutter und bekam die Stelle. Jetzt geht sie nach 45 Berufsjahren in den Ruhestand.

Eine glückliche Fügung

Krankenschwester, Gemeindeschwester, Leiterin einer Sozialstation, SAPV-Fortbildung (Spezialisierte ambulante Palliativversorgung) und schließlich Hospiz – eine glückliche Fügung, nennt Sylvia Hennemann ihren Weg zur Hospizarbeit, der im Grunde schon 1997 begonnen hatte. Damals hatte sie an

einem Pilotprojekt mitgearbeitet, einem Verbund der Universitätsmedizin Göttingen. Das Support-Team hat Schwerkranken und Sterbende zu Hause betreut. „Ich fand es großartig, was in diesem Bereich möglich ist.“

Die logische Folge

Beeindruckt hat Sylvia Hennemann 2006 auch der Vortrag von Prof. Friedemann Nauck „Palliativmedizin – ein Konzept für das Leben“. Sie wollte dazu beitragen, dieses Konzept umzusetzen. „Rückblickend kann man sagen: Da war der Weg ins Hospiz die logische Folge.“

Erfüllende Jahre

Die letzten Arbeitsjahre im Hospiz verbringen zu können, in diesem ge-

schützten Raum, hat Sylvia Hennemann sehr geschätzt. „Am Schluss reduziert sich alles auf die Mitmenschlichkeit“, sagt sie. Das sei das Besondere am Hospiz. Den Menschen eine Stütze sein, sie auf ihrem letzten Weg begleiten, das hat ihre Arbeit ausgemacht und bereichert. Ohne Einschränkung könne sie sagen, „die sieben Jahre im Hospiz waren für mich erfüllende Jahre“ – mit den Hospizgästen, von denen ihr viele in Erinnerung geblieben sind, und mit den Kolleginnen und Kollegen. „Die Arbeit hat mir immer Freude gemacht.“

Und was kommt jetzt? – Reisen, fotografieren, die Zeit frei einteilen – und bestimmt ein Ehrenamt.

Eida Koheil



Sylvia Hennemann an ihrem letzten Arbeitstag im Hospiz an der Lutter. – Nun freut sie sich auf den Ruhestand.

Eine einzigartige Verbindung

Nadine Wissinger ist unsere neue stellvertretende Hospizleiterin

Schon mit 18 Jahren wusste Nadine Wissinger „irgendwann möchte ich im Hospiz arbeiten – aber noch nicht jetzt.“ Das war während eines Praktikums, das sie gleich bei ihrer Ausbildung im Hospiz an der Lutter am damaligen Standort in Weende absolviert hat. Es folgten zahlreiche Jahre im ambulanten Pflegedienst. Dort lag der Fokus schließlich auch auf der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung (SAPV), die schwerkranken Menschen ein menschenwürdiges Leben bis zum Tod in ihrer vertrauten Umgebung ermöglicht.

Mehr als bloße Routine

Im Jahr 2018 war die Zeit für den Einstieg ins Hospiz gekommen. Nadine Wissinger begann als Pflegefachkraft im Stationären Hospiz. „Der Weg ins Hospiz fand für mich seinen Anfang in

der Suche nach einer beruflichen Erfüllung, die tiefer geht als bloße Routine. Was mich hier besonders fasziniert, ist die respektvolle, würdevolle Pflege und die Wahrung der Autonomie der Menschen, die uns anvertraut sind – sowohl im ambulanten als auch im stationären Bereich“, sagt sie. Es sei beeindruckend zu sehen, wie hier jeder als Individuum mit seiner eigenen Geschichte und Lebenserfahrung behandelt wird. „Diese Atmosphäre schafft nicht nur für die Gäste, sondern auch für uns als Team eine einzigartige Verbindung und Menschlichkeit, die mich täglich inspiriert.“

Eine neue Herausforderung

Nach sechs Jahren in der Pflege hat für Nadine Wissinger nun eine neue berufliche Herausforderung begonnen. Sie hat zu Anfang des Jahres die stell-

vertretende Hospizleitung von Sylvia Hennemann, die in den Ruhestand gegangen ist, übernommen.

„Mein Hauptziel ist es, die außergewöhnliche Arbeit unseres Teams fortzusetzen. Ich wünsche mir, dass jeder im Team die Möglichkeit hat, sein Bestes zu geben und dass unsere Gäste weiterhin die liebevolle und individuelle Betreuung erhalten, die sie verdienen. Gleichzeitig ist es mir wichtig, dass sich das Hospiz weiterentwickelt, ohne dabei das Herzstück unserer besonderen Atmosphäre zu verlieren. Eine gute Zusammenarbeit mit dem interprofessionellen Team ist für mich entscheidend, um gemeinsam an der erfolgreichen Entwicklung und dem Wohlergehen unseres Hospizes zu arbeiten.

Ich freue mich sehr auf meine neuen Aufgaben und bin dankbar, diesen neuen Weg an der Seite unseres gesamten Teams gehen zu dürfen.“

Eida Koheil



Nadine Wissinger freut sich auf ihre neuen Aufgaben.

Willkommen im Hospiz-Team

Neue Mitarbeiter*innen stellen sich vor

Bianca Hogreve

Respekt ist kein Privileg, sondern die einfachste Form mit Menschen umzugehen.

Mein Name ist Bianca Hogreve, ich bin 47 Jahre alt und wohne mit meinem Sohn in Adelebsen. Im Evangelischen Krankenhaus Göttingen-Weende war ich 28 Jahre als Krankenschwester, später als Stationsleitung einer Station mit dem Schwerpunkt Onkologie mit Palliativbetten tätig.

Durch die jahrelange enge Zusammenarbeit mit dem Ambulanten Hospiz, dem regen Austausch und die Unterstützung durch die Präsenz der ehrenamtlichen Mitarbeitenden, konnte ich viel an facettenreiche Erfahrungen und Fachwissen gewinnen. Die Begleitung und die Beratung von schwerstkranken Menschen sowie ihren Angehörigen sind für mich nicht befremdlich, sondern sehr vertraut und haben für mich höchste Priorität.

Der Mensch steht für mich im Mittelpunkt.



Bianca Hogreve.

Mein Ziel ist es, Menschen durch diese schwere, anstrengende und vielleicht auch kopflose Zeit zu begleiten und zu unterstützen.

Ich bin begeistert und dankbar, ein Teil von diesem großartigen Team zu sein. Es ist eine spannende und bedeutsame Aufgabe, die wir gemeinsam schaffen.

Carmen Krebs

Wer sich mit dem Thema Tod und Sterben beschäftigt, stößt unweigerlich auf die Hospizarbeit. So ging es auch mir. Nach einem Todesfall in meiner eigenen Familie entschloss ich mich zu einem beruflichen Kurswechsel. Ich wollte enger mit Menschen zusammenarbeiten – ihnen beistehen und helfen. Also absolvierte ich eine Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin. 2016 habe ich das Examen erfolgreich abgelegt. Bereits



Carmen Krebs.

während der Ausbildung habe ich mich in der neurologischen Fachklinik sehr wohl gefühlt und hatte große Freude an dieser Arbeit, deshalb blieb ich noch über sechs Jahre dort.

In der ganzen Zeit habe ich aber nie meinen ursprünglichen Wunsch vergessen, und als ich eine Stellenanzeige des Hospiz an der Lutter gesehen habe, wusste ich, dass die Zeit nun reif ist. Seit Beginn 2023 bin ich jetzt schon Teil des Teams. Ich wurde vom ersten Moment an herzlich aufgenommen. Hier im Hospiz an der Lutter gibt es eine ganz besondere Atmosphäre. Ich bin stolz auf unsere Arbeit. Das Zusammenspiel von unterschiedlichen Professionen und ganz unterschiedlichen Charakteren, hauptberuflichen sowie ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, ermöglicht eine Pflege von ganz hoher Qualität.



Katrin Benken.

Katrin Benken

Das Hospiz an der Lutter ist ein Ort, an den ich gerne zurückkehrt bin!

Meine Hospizanfänge liegen schon sehr lange zurück. Während meiner Tätigkeit im Krankenhaus Neu-Mariahilf habe ich mit Interesse die Entwicklung der Hospizarbeit verfolgt. Die Versorgung von Schwerstkranken und Sterbenden war mir dort immer eine Herzensangelegenheit.

Schlüsselerlebnisse während meiner Tätigkeit im Krankenhaus haben den Wunsch in einem Hospiz zu arbeiten verstärkt. Im April 1998 war es dann endlich so weit. Ich durfte im Stationären Hospiz als examinierte Krankenschwester angefangen zu arbeiten. Welch eine Freude und auch Herausforderung! Im Mai 2009 wechselte ich aus privaten Gründen in das Ambu-

lante Hospiz. Der berufliche Wechsel ins Hospiz war eine meiner besten Entscheidungen! Damals war mir nicht bewusst, dass diese Entscheidung meine berufliche Laufbahn für immer prägen würde!

2013 stand erneut eine berufliche Veränderung an. Ich begann im Palliativnetz Leine-Solling GmbH, erst als Koordinatorin und später als Teamleitung zu arbeiten. Während dieser Zeit absolvierte ich verschiedene Weiterbildungen.

Seit Oktober 2022 bin ich wieder zurück im Ambulanten Hospiz und komme meinen bunten und vielfältigen Aufgaben mit viel Freude nach.

Mario Gunkel

Mein Name ist Mario Gunkel. Ich bin 46 Jahre alt und lebe gemeinsam mit

meiner Frau und meinen beiden Kindern in Rosdorf.

1997 habe ich meine Ausbildung an der Krankenpflegeschule des St.-Vincenz-Krankenhauses in Heiligenstadt mit dem Examen abgeschlossen. In den vergangenen 22 Jahren war ich im Bereich der psychiatrischen Pflege tätig.

Jetzt freue ich mich auf die Chance, noch einmal eine ganz neue Seite der Pflege kennenzulernen.

Die würdevolle Begleitung der Sterbenden und ihrer Angehörigen ist eine besondere Aufgabe, die viel Empathie und Einfühlungsvermögen bedarf. Ich möchte diese Menschen in ihrer letzten Lebensphase einfühlsam begleiten, sie unterstützen und ihnen Sicherheit und Geborgenheit schenken.



Mario Gunkel.

Danke, dass ich seit dem 1. Januar 2024 Teil dieses einzigartigen Teams sein darf.

Michaela Karnebogen

Als gelernte Gärtnerin habe ich lange im Pflanzencenter in Rosdorf gearbeitet. Seit August 2022 darf ich den Garten des Hospiz pflegen, gestalten und umgestalten. Ich möchte einen zusätzlichen Raum schaffen für unsere Gäste, Angehörige und natürlich auch für alle Mitarbeitenden. Die Arbeit bereitet mir sehr viel Freude, auch Dank des tollen Teams fühle ich mich angekommen.

Wenn ich nicht im Hospizgarten anzutreffen bin, dann bin ich mit meiner Familie im eigenen Garten oder gehe auch gern mit unserer Hündin spazieren.

Rijan Tamrakar

Ich habe mich entschlossen, dem wunderbaren Team von Hospiz beizutreten, damit ich unsere Gäste unterstützen kann, indem ich ihr Leiden verringere,



Michaela Karnebogen.

damit sie mit möglichst wenig Schmerzen durch den Sturm der Unruhe segeln können. Auch die Angehörigen der Gäste, die mit körperlichen, emotionalen und psychischen Belastungen umgehen müssen, möchte ich unterstützen. Ich möchte Teil des Teams sein, damit ich ihnen auf ihrer beschwerlichen Reise eine Stütze sein kann.

Ich bin mir bewusst, dass die Unterstützung der Gäste und ihrer Angehörigen eine Herkulesaufgabe ist. Nach kurzer Zeit habe ich festgestellt, dass ich hier ein wunderbares Team von Pflegern habe, die mich bei der Überwindung aller Hindernisse unterstützen; ich habe ein wunderbares Lei-



Rijan Tamrakar.

tungsteam, auf das ich mich stützen kann, um die Probleme zu lösen, die ich habe; ich habe ein wunderbares Team von Ehrenamtlichen, das mich immer wieder motiviert, Menschen in Not zu helfen.

Ich bin lernfähig. Ich glaube, man kann viel von unseren respektvollen Gästen und ihren Angehörigen lernen. Ich freue mich darauf, von so vielen erfahrenen Kollegen, dem Managementteam und den Freiwilligen zu lernen. Ich freue mich darauf, mit jedem einzelnen von Ihnen zu sprechen, Ihnen zuzuhören und von Ihnen zu lernen. Damit ich am Ende lerne, wie ich im schlimmsten Fall des Lebens mit mir selbst umgehen kann.

Bundesverdienstkreuz für Beatrix Haan

Feierliche Verleihung im Göttinger Rathaus

Eine besondere Auszeichnung für ein beeindruckendes Engagement: Bundespräsident Frank Walter Steinmeier hat das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland – kurz: Bundesverdienstkreuz – an Beatrix Haan verliehen. Am 20. Oktober 2023 hat Göttingens Oberbürgermeisterin Petra Broistedt die Auszeichnung an Beatrix Haan im feierlichen Rahmen überreicht. Die Bürgermeisterin fand sehr persönliche Worte, um das besondere Engagement von Beatrix Haan zu würdigen. Um den langen Tisch im Sitzungssaal Thorn im Neuen Rathaus waren die Familie der Geehrten und Wegbegleiter*innen versammelt, um an der Verleihung teilzunehmen.

Beatrix Haan ist eine Hospizmitarbeiterin der ersten Stunde. Seit der Eröffnung des Stationären Hospiz an der Lutter am 2. April 1997 hat sie sich unermüdlich für die Hospizarbeit engagiert; zuerst beruflich, dann ehrenamtlich viele Jahre die Geschicke des Vereins geleitet. Als Vereinsvorsitzende hat sie gemeinsam mit anderen manche Krise bewältigt und das Hospiz in die Zukunft geführt. So betonte Beatrix Haan in ihrer Dankesrede: „Ich fühle mich geehrt und nehme die Auszeichnung stellvertretend für alle entgegen, die sich in Göttingen in der Hospiz- und Palliativarbeit engagieren!“

Herzlichen Glückwunsch vom gesamten Hospiz-Team für diese besondere Auszeichnung, liebe Frau Haan!



Oberbürgermeisterin Petra Broistedt hat Beatrix Haan das Bundesverdienstkreuz überreicht.

25-jähriges Dienstjubiläum



Jens Eikemeier arbeitet seit über 25 Jahren in der Pflege. Im Sommer 1998 hat er das Stationäre Hospiz im Rahmen seiner Krankenpflegeausbildung kennengelernt und ist geblieben. Was er bis heute schätzt, ist der würdevolle Umgang mit den Gästen und ihren Zugehörigen und den Umgang mit den Mitarbeitenden im Team.



Kathrin Leven-Keesen ist auch seit 25 Jahren Mitarbeiterin im Hospiz an der Lutter. Sie kümmert sich unter anderem um die Spendenverwaltung und ist in der Mitarbeitervertretung aktiv. Sie schätzt die Vielseitigkeit der Aufgaben im Hospiz an der Lutter.

Improtheater und Buswerbung

Unser Kuratorium unterstützt das Hospiz auf vielfältige Weise

Eine wunderbare Benefizveranstaltung hat das Kuratorium rund um Jan-Thomas Ockershausen und Onyeka Oshionwu im vergangenen Oktober für das Hospiz an der Lutter organisiert: Improtheater für den guten Zweck. Das Göttinger Improtheater *Improsant* hatte im Jungen Theater (JT) nach den Vorgaben des Publikums mit erstklassiger Impro-Comedy einen lustigen, unterhaltsamen und gewinnbringenden Abend zu bieten.

Der Abend stand im Zeichen, dringend benötigte Spenden für das Hospiz an der Lutter zu generieren. Das ist mit einem Ergebnis von gut 2000 Euro bestens gelungen.

Das JT stellte die Räumlichkeiten und verzichtete auf die Saalmiete und *Improsant* sorgte ohne Gage für beste Unterhaltung. Im Anschluss lud das Kuratorium zu einem kleinen Imbiss und Getränken ein – ein absolut gelungener Abend im vollbesetzten Jungen Theater.

Hospizwerbung im Stadtbus

Auch eine Werbekampagne für unser Hospiz in den Göttinger Stadtbussen hat das Kuratorium im vergangenen Jahr neben vielen weiteren Aktivitäten angeschoben. Vielleicht achten Sie bei Ihrer nächsten Busfahrt mal darauf, ob Sie das Hospiz-Team auf den Monitoren oder Plakaten entdecken.

Das Kuratorium arbeitet eng mit dem Hospiz-Vorstand zusammen. Die Mitglieder unterstützen die Hospizarbeit bei vielen Gelegenheiten. Sie organisieren Benefizveranstaltungen, reprä-



Foto (von links): Onyeka Oshionwu, Beatrix Haan, Jan-Thomas Ockershausen, Dr. Frank Uhlhorn, Eberhard Fuchs, Dr. Dagmar Schlapeit-Beck, Friedrich-Wilhelm Beckmann, auf dem Bild fehlen Katharina Kastendieck, Dr. Stefan Bartels und Professor Dr. Friedrich Schöndube.

sentieren das Hospiz in der Öffentlichkeit, vermitteln Sponsoren für die dringend gebrauchten Spenden, helfen mit beim Sommerfest und der Adventsfeier und bei so vielem mehr. Zudem stehen uns die Mitglieder des Kuratoriums mit ihren persönlichen Expertisen bei vielen Fragestellungen zur Seite.



Ein gelungener Abend mit *Improsant* im Jungen Theater.

www.hospiz-goettingen.de

IHRE SPENDE HILFT!

GEMEINSAM GEHEN
und leben bis zuletzt

...danke!

Buswerbung fürs Hospiz.

Zwei neue Autos fürs Hospiz

Danke für die vielen Spenden!

Im September hatten wir um Unterstützung gebeten, um ein größeres Auto für das Hospiz an der Lutter anschaffen zu können. Mehr als 37500 Euro sind für das „Projekt Auto“ gespendet worden. Das ist eine enorme Summe und viel mehr, als wir zu hoffen gewagt hatten. Wir konnten nun für das Hospiz und unsere Gäste sogar zwei Fahrzeuge anschaffen. Wir haben einen Kleinbus (Renault Trafic) gekauft, mit dem auch Rollstühle transportiert werden können – damit kann so mancher Wunsch unserer Gäste noch in Erfüllung gehen – und einen Renault Clio, mit dem nun unter anderem die Menschen in den ambulanten Begleitungen erreicht werden können.

Viele Spenden und große Unterstützung

Möglich geworden ist das dank vieler Spenden und der Unterstützung des Göttinger Tageblatts. Auch dort wurde unser Spendenaufruf veröffentlicht und ist auf große Resonanz gestoßen.

In der Woche vor Weihnachten sind die neuen Autos im Hospiz angekommen.

Uwe Altmann und Markus Esseln vom Autohaus Hermann, das die Spendenaktion mit 5000 Euro unterstützt hat, fuhren die Fahrzeuge am Vormittag auf den Parkplatz. Sie wurden von Spender*innen, die stellvertretend für alle Geldgeber eingeladen worden waren, Ehrenamtlichen und Mitarbeiter*innen freudig im Empfang genommen.

Gespendet hat unter anderem auch die Göttinger Bärengemeinde. Kanzler



Die neuen Autos sind da
(Foto: Christina Hinzmann /
Göttinger Tageblatt).

Herbert Krause betonte bei der Auto-Übergabe, wie wichtig das Hospiz für Göttingen sei: „Wir werden es auch weiter unterstützen.“

Auch Prof. Heyo Eckel und seine Frau Gilrun sind zur Auto-Übergabe ins Hospiz gekommen. Prof. Eckel hatte den Spendenaufruf gelesen, und sofort gewusst, dass er helfen wird. Vor Jahren hatte er schon einmal Fahrzeuge für das Evangelische Krankenhaus über das Autohaus Hermann besorgt und kontaktierte den Inhaber erneut.

Wir sind dankbar

„Mit den beiden Autos ist so viel mehr für die Gäste und die Arbeit des Teams möglich“, sagte die Vereinsvorsitzende Elke Reichardt. Und Geschäftsführer Daniel de Vasconcelos fügte hinzu, „wir sind dankbar für jede Hilfe und für jedes Engagement“

Die erste Ausfahrt gleich nach Weihnachten

Die erste Ausfahrt mit dem neuen Bus wurde gleich zur Überraschung: Beate Taubert ist Gast bei uns im Hospiz. Zum 40. Geburtstag ihres Sohnes hat sie sich gemeinsam mit unserer Mitarbeiterin Alina Scharberth auf den Weg gemacht, um ihn mit ihrem Besuch zu überraschen. Ihr Sohn hatte überhaupt nicht mit dem Besuch der Mutter gerechnet und war einfach nur gerührt.



Sie haben gespendet

Dafür danken wir Ihnen!

Viele Menschen haben das Hospiz an der Lutter im vergangenen Jahr mit ihren Spenden unterstützt. Darüber freuen wir uns sehr. Wir sind auf dieses Geld angewiesen, denn ohne die Spenden wäre die Hospizarbeit in Göttingen nicht möglich. Hier sind einige Spenden des Jahres in Bildern – stellvertretend für so viel mehr Zuwendungen, die uns zuteil geworden sind.

Die Bilanz hat uns beeindruckt: Gut **4600 Euro sind im Jahr 2023 in Hospiz-Spendendosen** gesammelt worden. Ein tolles Ergebnis!

Herzlichen Dank an alle, die die Spendendosen bei sich aufstellen, alle Ehrenamtlichen, die die Spendendosen betreuen und natürlich besonders an all die Menschen, die mit ihrer Spende beitragen, die Hospizarbeit in Göttingen zu ermöglichen!

Die **Brocken-Challenge** unterstützt uns auch im Jahr 2023 wieder mit 10 000 Euro! Dafür sind wir sehr dankbar! Auch dafür, dass in diesem Jahr sowohl

Läufer*innen als auch die Hospiz-Helfer*innen-Teams in Landolfshausen und am Ziel den sehr langen Tag im Sturm und Kälte mit Bravour gemeistert haben. Das Spendengeld wird für ein Mehr im Hospiz verwendet. Unter anderem für die Pflege, Physiotherapie, Musik, Trauerarbeit, Kunst. Und einen Besuchshund haben wir seit kurzem, über den sich die Gäste des Hospizes sehr freuen. Alle diese Angebote müssen aus Spenden finanziert werden. Die große Spende der Brocken-Challenge hilft uns dabei enorm. Vielen Dank!

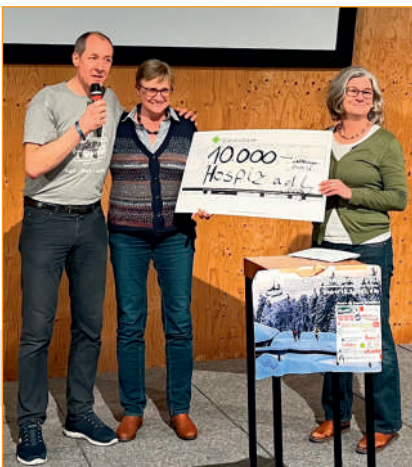
Der viele Regen tat der Stimmung keinen Abbruch. Alkoholfreien Sekt, selbstgemachte Zitronenlimonade, Hühner aus Beton und vieles mehr haben Mitarbeiter*innen des Hospiz an der Lutter beim **verkaufsoffenen Sonntag von Pro City** in der Innenstadt angeboten. Trotz des schlechten Wetters waren viele Menschen unterwegs, und viele besuchten den Stand des Hospi-

zes. 520 Euro sind an Spenden für die Hospizarbeit zusammengekommen. Das ist eine tolle Unterstützung für unsere Arbeit. Danke!



Der **Adventskalender** der drei Göttinger Lions Clubs „Bettina von Arnim“, „Hainberg“ und „Göttingen“ hat 27 000 Euro Erlös eingebracht. Je 13 500 gehen an das Hospiz an der Lutter und an den Frauennotruf Göttingen. Mehr als 170 Sponsoren waren an dem großartigen Adventskalender-Projekt beteiligt. Zur Spendenübergabe sind Vertreter*innen der Lions-Clubs und des Frauennotrufs zu uns ins Hospiz gekommen. Wir haben das Geld für die Überdachung unserer Terrasse verwendet, damit unsere Gäste auch bei schlechtem Wetter an die frische Luft können, wenn sie möchten, und für unsere Trauerarbeit, für die wir zu 100 Prozent auf Spenden angewiesen sind.

Gemeinsam aktiv sein und dabei Gutes tun – unter diesem Motto stand der **Aktionstag des Rotary Club Göttingen Sternwarte** im Mai. In diesem Jahr kann sich das Hospiz an der Lutter über die Unterstützung freuen, bei der Hochbeete für den Garten angelegt wurden. Kurze Zeit später wurden die Rotarier ein zweites Mal aktiv und ha-





ben das Gartenhaus und die Gartenmöbel gestrichen.

Die **Ballettschule art la danse** beteiligt sich an der Nacht der Kultur und unterstützt damit das Hospiz an der Lutter. Auf dem Programm stehen unter



anderem Tanzauftritte und ein Ballettflohmarkt. 300 Euro waren in der Spendeose. Wir sind von so viel Engagement ihrer Ballettschülerinnen begeistert. Auch 300 Euro Spenden, die im Rahmen der Göttinger Tanz-Kultur-Woche gesammelt wurden, hat das Hospiz bekommen. Wir haben das Geld verwendet, um unseren Gästen die Besuche von Therapiehund Lotti zu ermöglichen.

Und auch **Schüler*innen des 9. Jahrgangs des Max-Planck-Gymnasiums**



haben 130 Euro aus einem Projekt für Lotti und unsere Musiktherapie gespendet. Den Schüler*innen war besonders wichtig, regionale und kleinere soziale Einrichtungen wie das Hospiz an der Lutter zu unterstützen. Klasse!



Nach zwei Jahren Corona-Pause fand auch wieder das **Fest der Erinnerung** in der St. Albani Kirche in Göttingen statt. Angehörige und Freunde der Verstorbenen kommen dabei im Gedenken zusammen und können sich gegenseitig versichern, in ihrem Schmerz nicht allein zu sein. Der Gottesdienst, geleitet von Florian Benstem und Pastor Hauschild, hat schon Tradition, ebenso wie die Aufteilung der Spenden. Das Hospiz freut sich über eine großzügige Spende von mehr als 1000 Euro, die im Sommer übergeben wurde.

Das Northeimer **Gewerbe- und Industrieunternehmen HMN** unterstützt das Hospiz an der Lutter wieder mit einer großzügigen Spende – ein tolles Weihnachtsgeschenk! Die Geschäftsführer Ingo Ballay und Andreas Heine haben das Hospiz besucht und der Vorsitzenden des Hospizes Elke Reichardt, Hospiz-Geschäftsführer Daniel de Vas-



concelos und Hospizleiterin Manuela Brandt-Durlach eine Spende über 2000 Euro überreicht. Das Unternehmen HMN ist dem Hospiz seit vielen Jahren eng verbunden. Dafür sind wir sehr dankbar!



Birgit Stemme und ihr Mann Peter Cohrs haben eine Leidenschaft für Gärten. Die beiden saßen schon beim Frühstück direkt am Fenster mit Blick auf unseren wunderschönen Hospizgarten. So entstand die Idee, etwas Bleibendes für den Garten zu schaffen. Unsere Gärtnerin hat einen Zierapfelbaum ausgesucht, den sie gemeinsam mit Birgit Stemme neben die Terrasse gepflanzt hat. Wir freuen uns über dieses wunderbare Geschenk!

Jahresrückblick 2023

Wir schauen zurück und nach vorn

Ein ereignisreiches Jahr liegt hinter uns. Mit vielen Veranstaltungen, zahlreichen Begegnungen und vielen dem Hospiz verbundenen Menschen.



99 Fragen an den Tod: Der Buchautor Rainer Simader ist im **März** bei unserem Hospiz-Forum zu Gast. Mitten im Leben hat sich Rainer Simader mit dem Tod beschäftigt und gemeinsam mit der Münchner Palliativmedizinerin Professorin Claudia Bausewein ein Buch über Bedürfnisse und Gefühle am Lebensende geschrieben: 99 Fragen an den Tod – Leitfaden für ein gutes Lebensende, über das er mit gut 60 Besucher*innen spricht.



Für Menschen, die uns ehrenamtlich bei der Arbeit im Hospiz unterstützen möchten, startet im **April** ein **Qualifikationskurs**. Elf neue ehrenamtliche Mitarbeiter*innen haben sich in dem Kurs zu Hospizbegleitern ausbilden lassen. Sie unterstützen das Hospiz in-



zwischen im ambulanten und stationären Bereich.



Gedenkfeier in der Kapelle: Während einer Feierstunde gedenken wir im **Mai** gemeinsam mit den Zugehörigen den zwischen Anfang Oktober und Ende März bei uns im Stationären Hospiz gestorbenen Gästen – eine emotionale und schöne Atmosphäre.



Nacht der Kultur im Juni mit Sabine Mariss: „Aus Liebe zum Leben“ ist eine inspirierende Lesung mit wunderschöner Musik im Holbornschen Haus. Bei der diesjährigen Nacht der Kultur ist Sabine Mariss wieder für das Hospiz dabei.



La Finesse: Musik kennt keine Grenzen. Das zeigt das Streichquartett La Finesse Ende **Juni** mit einem virtuosom Crossover Konzert im Göttinger Alten Rathaus. Die Finessen haben in ihrem Programm ein Ziel: Grenzen überwinden, überschreiten, aufheben, um grenzenlos und ohne Einschränkung zu musizieren.



Hospiz an der Lutter und Kinderhospiz Sternenlichter sind im **Juli** gemeinsam unterwegs: Am Info-Stand beim Sommerfest auf dem Holtenser Berg informieren sich viele Besucher*innen über die Göttinger Hospizarbeit.

Ihr macht den Unterschied – Wir feiern im **August** ein Dankesfest im Hospizgarten für unsere Ehrenamtlichen. Ehren- und hauptamtlich Mitarbeitende des Ambulanten Hospizes genießen die Zeit für Gespräche und leckeres Es-



sen vom Grill im wunderschönen Hospizgarten.



Klaviermusik mit Carolin Hlusiak: Die Pianistin spielt an einem **August**-Nachmittag leichte und mitreißende Sommermelodien.



Mit Pfeil und Bogen starten wir im **August** unseren diesjährigen Betriebsausflug. Wir sind zum Bogenschießen beim ASC. Nach dem Sport braucht's natürlich eine Stärkung. Bei vietnamesischem Essen und exotischen Getränken lassen wir diesen schönen Tag, der durch die großzügige Spende eines Zugehörigen unterstützt worden ist, ausklingen.

Sommerfest: Mit Musik und Tanz und mehreren Hundert Gästen feiern wir



im **September** unser großes Sommerfest im Hospizgarten. Die Besucher werden bestens von der Musik der Swinging Amateurs unterhalten. Malin Baehr von der Ballettschule art la danse zeigt eine kleine Tanzperformance, mit der die 14-Jährige das Publikum begeisterte, und wir haben Besuch vom Gänseliesel. Bei bestem Sommerwetter ist Zeit für gute Gespräche, Gegrilltes und das wunderbare Kuchenbuffet. Wir freuen uns, dass so viele Menschen mit uns feiern.

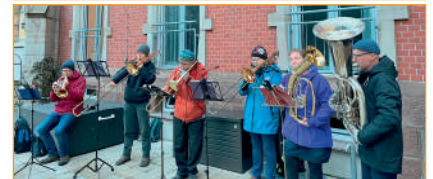
„**Hospiz lässt mich noch mal**“ ist das Motto des Welthospiztags 2023 im **Oktober**. Zahlreiche Interessenten nutzen die Gelegenheit, sich unser Haus zeigen zu lassen. Bei Waffeln, Getränken und Popcorn führen wir viele gute Gespräche. Und auch unser kleiner Basar findet regen Anklang.

Improtheater: An diesem Abend ist das Publikum der Regisseur. Das Göttinger *Improtheater Improsant* gibt eine Benefizvorstellung zugunsten des Hospiz an der Lutter im Jungen Theater. Das JT stellt die Räume, und *Improsant* sorgt für die Unterhaltung. Im Anschluss lädt das Kuratorium des Vereins Hospiz an der Lutter, das den Abend organisiert hat, zu einem kleinen Imbiss und Getränken ein. Ein gelungener Abend.

Ein inspirierender Abend: Zum Thema „Trauerrituale in den Religionen“ lädt das Hospiz an der Lutter im **November** zu seinem zweiten Forum ein. Referenten sind Jacqueline Jürgenliemk, Vorsitzende der Jüdischen Gemeinde Göttingen, und Ali Shabaz, Vorstand der

DITIB Moschee, sowie unser Hospizseelsorger Thorsten Bothe. Sie informieren über religiöse und kulturelle Besonderheiten, hospizliche Versorgung, Bestattungsformen, Trauerrituale und spirituelle Aspekte zu Tod und Sterben.

Gedenkfeier: Während einer Feierstunde in der Kapelle haben wir gemeinsam mit den Zugehörigen der im Hospiz Verstorbenen gedacht. Es war die Gedenkfeier für 47 Gäste, die zwischen Anfang April und Ende September bei uns im Stationären Hospiz gestorben sind. 61 Angehörige sind zur Gedenkfeier in die Kapelle gekommen. Das gemeinsame Trauern hat gutgegan-



Advent: Alle Jahre wieder lädt das Hospiz im **Dezember** zur Adventsfeier ein, um Förderkreismitgliedern und Spendern für ihre Unterstützung zu danken. 143 Mitglieder gehören dem Förderkreis an. 30 000 Euro sind im Jahr 2023 allein von diesen Mitgliedern gespendet worden. Bei Kaffee, Kuchen und Wintergrillen erleben wir einen geselligen Nachmittag, mit Musik von den Stadtpfeifern, einer Lesung und Klaviermusik.

Das Fest zum neuen Jahr für Mitarbeiter*innen und Ehrenamtliche steht im Februar unter dem Motto „Wie schaffst Du das?“. Unter den 60 Gästen des Festes entstand ein angeregter Austausch über die Arbeit und das Engagement für das Hospiz an der Lutter.

Unser Programm für das Jahr 2024

Wir freuen uns auf die Veranstaltungen mit Ihnen

Auch in diesem Jahr planen ein vielfältiges Programm. Wir freuen uns, sie bei den folgenden Veranstaltungen zu begrüßen:



Hospiz-Forum: „Im Spannungsfeld zwischen Selbstbestimmung und Bevormundung“ ist das Thema eines Impulsvortrags mit anschließender Diskussion mit Prof. Dr. Gunnar Duttge von der Universität Göttingen. Am **Mittwoch, 10. April, 19 Uhr**. Anmeldungen telefonisch unter 0551 / 270726-34 oder per E-Mail an medien@hospiz-goettingen.de.

Hospiz bewegt: Weil es so schön war und so gutgetan hat, wollen wir auch in diesem Jahr dreimal gemeinsam wandern. Los geht's jeweils samstags, am **25. Mai, 17. August und 26. Oktober**. Anmeldungen sind erbeten per E-Mail an stationaeres-hospiz@hospiz-goettingen.de oder telefonisch unter 0551 / 27072610.

Nacht der Kultur: Das Hospiz an der Lutter beteiligt sich auch in diesem Jahr an der Nacht der Kultur. Mit dabei



ist auch wieder **Sabine Mariss** mit einer musikalischen Lesung. **Samstag, 8. Juni, 18 bis 19.30 Uhr** in der Marienkirche, Neustadt 21, 37073 Göttingen.

Benefizkonzert: Die Göttinger Band **Front Porch Picking** (Foto unten) spielt am **Freitag, 16. August, um 20 Uhr** im Göttinger Alten Rathaus Blues, Bluegrass und Hawaiian Hot Swing.

Sommerrock in der musa: Zur Tanzparty laden wir für **Samstag, 24. Au-**

gust, ab 20 Uhr in die Göttinger *musa*, Hagenweg 2a, ein.

Sommerfest: Natürlich wollen wir auch in diesem Jahr wieder gemeinsam mit Ihnen unser großes Sommerfest im Hospizgarten feiern. Mit dabei sind wie immer die *Swinging Amateurs*. Wir freuen uns, Sie am **Samstag, 7. September, von 15 bis 18 Uhr** bei uns im Garten an der Humboldtallee 10 zu begrüßen.

Welthospiztag: Zum Welthospiztag am **Samstag, 12. Oktober**, laden wir nachmittags ins Hospiz an der Lutter ein, um über unsere Arbeit zu informieren und mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Der Eintritt zu allen Veranstaltungen ist frei. Wir bitten um eine Spende zugunsten der Hospizarbeit. Wir freuen uns auch über neue Mitglieder im Förderkreis des Hospiz an der Lutter.



Königliche Ausstellung

„Woche der Würde“ – Ralf Knoblauchs Skulpturen kommen 2025 nach Göttingen

Freuen Sie sich gemeinsam mit uns auch schon auf das nächste Jahr! Das Hospiz an der Lutter plant vom **5. bis zum 11. Oktober 2025** eine „Woche der Würde“. Während dieser Zeit werden wir in der **Göttinger Torhausgalerie** eine Ausstellung mit Königsskulpturen von Ralf Knoblauch präsentieren. Ei-

nige der König*innen, die der Bildhauer und Diakon Ralf Knoblauch als Unikate aus jahrhundertealten Holzbalken schnitzt, wird er uns für diese Woche ausleihen. Zudem gibt es ein umfangreiches Rahmenprogramm mit Lesungen, Konzerten und Tanzvorführungen. Lassen Sie sich überraschen!



Termine für Trostpunkt und Trauercafé

Trauer ist ein intensives Gefühl, es kann helfen sich dazu auszutauschen



*Trauer ist
gelebte Erinnerung*

Trauercafé im Hospiz

An jedem dritten Donnerstag im Monat können Sie in entspannter Atmosphäre im Gruppenraum des Hospiz an der Lutter bei Kaffee und Kuchen anderen Trauernden begegnen und ins Gespräch kommen.

Für Fragen und zur Terminabsprache für Trauereinzelgespräche sind wir gern für Sie da. Sie erreichen uns unter Tel.: 0551-270 726-20

Termine 2024
18. Januar | 15. Februar
21. März | 18. April
16. Mai | 20. Juni
18. Juli | 15. August
19. September
17. Oktober
21. November

jeweils 15 – 17 Uhr

HOSPIZ AN DER LUTTER
Humboldtallee 10
37073 Göttingen
www.hospiz-goettingen.de

SPENDENKONTO
Sparkasse Göttingen
IBAN: DE10 2605 0001 0044 3007 70
BIC: NOLADE21GOE

*In der Trauer
gemeinsam gehen*

Trostpunkt auf dem Göttinger Stadtfriedhof

Nach Ostern startet unser Trostpunkt. Immer am ersten Dienstag des Monats sind jeweils zwei Ehrenamtliche auf dem Stadtfriedhof an der Kasseler Landstraße präsent und bieten Ihnen die Gelegenheit, ins Gespräch zu kommen – auf einer der Bänke oder bei einem gemeinsamen Spaziergang. Das Angebot richtet sich an alle trauernden Menschen, unabhängig davon wie lange der Verlust zurück liegt.

Der Treffpunkt für den Trostpunkt ist an den Friedhofseingängen ausgewiesen: Auf dem Stadtfriedhof finden Sie uns am Bogen der Erinnerung (Feld 100).
Nähere Infos unter www.hospiz-goettingen.de oder unter Tel.: 0551-27072620.

TERMINE 2024
2. April
07. Mai
04. Juni
02. Juli
06. August
03. September
01. Oktober

jeweils 15 – 17 Uhr

HOSPIZ AN DER LUTTER
Humboldtallee 10
37073 Göttingen
www.hospiz-goettingen.de

SPENDENKONTO
Sparkasse Göttingen
IBAN: DE10 2605 0001 0044 3007 70
BIC: NOLADE21GOE

Sie ist doch hier

Eine Kurzgeschichte von Petra Koslowski

„Mama, warum weinst du?“ Eine kleine Hand streichelt das Gesicht der Mutter, und große Augen blicken sie fragend an.

„Weil die Oma tot ist.“

„Tot?“

„Ja, sie ist nicht mehr da.“

Sie haben es Laura doch schon so oft erklärt: Der Körper von Oma liegt jetzt in der Erde und der ganze Rest von ihr ist im Himmel. Aber dem Kind ist immer noch nicht klar, dass es seine Großmutter nie wiedersehen wird. Oma Elli wird nie wieder zum Spielen kommen, man kann nicht mehr mit ihr in den Garten gehen, und es wird auch keine Wochenendbesuche mehr bei ihr geben, mit Lieblingsessen, Schokopudding, Versteckspiel und Vorlesegeschichten. Ja, nicht mal in dem langweiligen Krankenhaus, wo sie zum Schluss immer nur ruhig dalag, kann man sie mehr besuchen.

„Wo ist sie jetzt?“

„Das weißt du doch. Auf dem Friedhof.“

„Komm, wir buddeln sie aus.“

Jetzt muss die Mama trotz ihres Kummers lachen, so wie man eben über Kinderideen lacht. Als ob das Sterben ein Sandkastenspiel wäre.

„Sie ist hier in meiner Hand“

„Das geht nicht, da ist nur noch Asche. Außerdem dürfen wir das gar nicht.“

Die Kleine überlegt – aber nur kurz. Dann sagt sie mit felsenfester Überzeugung: „Oma Elli ist nicht weg. Sie ist hier.“ Laura begreift es einfach nicht,

denkt die Mama, und wer könnte es ihr verdenken. Sie selbst und die anderen Erwachsenen können es ja auch kaum fassen, dass ein Mensch von einem auf den anderen Tag nicht mehr da sein soll. Unwiederbringlich.

„Sie ist hier in meiner Hand.“ Laura zeigt ihre offene, nach oben gerichtete Handfläche, in der etwas zu liegen scheint. Sie greift es mit Daumen und Zeigefinger der anderen Hand, so wie man eine kleine Perle oder Erbse aufnimmt.

Dann ist die Oma da. Sie sitzt mit am Tisch. „Oma Elli, willst du auch was essen?“ Nach dem Essen steht sie mit ihnen auf. „Komm, Oma Elli, wir gehen spielen.“ Laura streckt ihre Hand aus und führt die Oma ins Kinderzimmer. Lego und Stofftiere mag sie doch auch. Danach ist Laura nicht ganz sicher. „Kommt Oma Elli mit zum Spielplatz?“ Mama überlegt. „Ja, ich glaube, dazu hat sie auch Lust.“ Also gehen sie alle zusammen. „Schläft Oma Elli heute bei uns?“, fragt das Kind beim Zubettgehen und Mama nickt: „Am besten jetzt gleich. Alte Leute sind auch müde, wenn sie den ganzen Tag gespielt haben.“

„Ein Kindergarten ist nichts für Omas“

Am nächsten Morgen fragt Laura, ob die Oma mit in den Kindergarten geht. Nein, das doch eher nicht. „Ein Kindergarten ist nichts für Omas. Das ist viel zu laut und anstrengend für sie.“ Stattdessen nimmt Mama, als die Kleine weg ist, die Oma mit in den Garten. Sie zeigt ihrer Mutter die neuen Beete, in



„Komm, Oma Elli, wir gehen spielen“
(Foto: pixelio.de)

denen schon etwas wächst, und die Sträucher, die sie zusammen gepflanzt haben. Zur Arbeit fährt sie natürlich allein. Ihre Mutter kann sich ja in der Zwischenzeit ein wenig ausruhen. Nein, sie braucht nichts im Haushalt zu machen, wirklich nicht.

Auch in den folgenden Tagen ist die Oma meistens mit dabei und ganz oft noch in den nächsten Wochen. Mama und Laura fragen sich jedes Mal gegenseitig, ob Oma Elli das jetzt auch mag, ob sie dazu Lust hat, ob sie mitkommt, und das ist fast immer der Fall. Manchmal ist sie aber zu müde oder möchte ihre Ruhe haben. Und mit der Zeit passiert es auch immer öfter, dass sie anscheinend etwas anderes vorhat.

Die Flockenleserin: Ein Hospiz, 12 Menschen, ein Mörder von Mike Powelz

Mike Powelz verarbeitet in diesem Roman seine Erfahrung mit dem Sterben des eigenen Vaters. Er nahm seine Hospizerfahrung zur Vorlage, um sich dem Thema Sterben und Tod auf seine einzigartige und humorvolle Weise zu nähern. Ein Mörder, der nachts kommt, wenn alle schlafen. Außerdem hat der Mörder noch einen weiteren Trumpf in der Hand: Leichen im Hospiz werden in den seltensten Fällen obduziert. Alles läuft auf einen dramatischen Wettlauf gegen die Zeit hinaus: Der heimtückische Serienmörder heftet sich an die Fersen der Hauptprotagonistin, als ihre Kräfte nachlassen. Auf dem Sterbebett kommt es zur letzten Konfrontation.

Ein wunderschönes Hotel, in dem alle Gäste sterben. So können Sie sich ein Hospiz vorstellen. Waren Sie schon mal in einem? In ein Hospiz kann ein Kranker einziehen, wenn die Ärzte ihn nicht mehr heilen können und seine verbleibende Lebenszeit überschaubar ist – aufgrund von tödlich verlaufenden Krankheiten. Weiße Ärztekittel? Fehlanzeige. Haustiere? Erlaubt. Feste Besuchszeiten? Nein. Vorzeitig auschecken? Auch das kommt vor!

Dieser Krimi ist spannend und lehrreich zugleich und führt den Leser auf eine besondere Reise in die Arbeit eines fiktiven Berliner Hospizes.

Daniel de Vasconcelos

ISBN: 978-1-4778-2644-7
Verlag Edition M

Buchtipps

Ich schaf(f) das! Ein vierfarbiges Kartenset von Claudia Croos-Müller

Leichte Körperübungen für mehr Lebenspower: Die Autorin, Dr. med. Claudia Croos-Müller (* 1951), ist Fachärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie sowie Trauma-Therapeutin. Sie war Gründungsmitglied des Jakobus Hospizvereins in Rosenheim.

Die Gute-Laune-Schafe Oscar, Emily, Willy und Marie zeigen in diesem Kartenset kleine Körperübungen mit großer Wirkung. Die Bewegungsabläufe sorgen für mehr Kraft und Energie, für Ruhe und Gelassenheit, aber auch für die Aktivierung der Gesundheit und Lebenslust.

Das Kartenset enthält eine Auswahl von 50 Übungen wie „Hand aufs Herz“, „Kopf-hoch“, „Duft-Atmen“ sowie ein Begleitheft. Ein Farbleitsystem der Karten sorgt für Orientierung.

Die Übungen sind für alle Menschen geeignet. Sie bieten erste Hilfe in schwierigen Situationen, stärken das Selbstbewusstsein sowie das Wohlbefinden. Sie eignen sich besonders im Bereich der Trauerbegleitung für die eigene Psychohygiene, aber auch für trauernde Zugehörige.

Christel Wallmann

EAN: 9783466347629
Kösel

Trotzdem Ja zum Leben sagen von Viktor E. Frankl

Mehrere Jahre musste Viktor E. Frankl in einem deutschen Konzentrationslager verbringen und überlebte. Er sah und erlebte dort viel Leid. Der Autor war Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien.

Frankl beschreibt, wie er gezielte „Tricks“ anwendet hat, um zu überleben. Z.B. hat er das Wachrufen innerer Bilder und freudiger Situationen zur Selbstberuhigung angewendet oder zusammen mit anderen KZ-Insassen eine improvisierte Kabarettveranstaltung inszeniert. Auch spricht er von „Lagerhumor“ und dass Humor wesentlich für die Seele und deren Selbsterhaltung ist. Er fand Trost und Hoffnung in Zukunftsvisionen. So stellte er sich vor, dass er einmal an einem Rednerpult in einem großen, schönen, warmen und hellen Vortragsraum stünde und im Begriff sei, vor einer interessierten Zuhörerschaft einen Vortrag über psychotherapeutische Erfahrungen im Konzentrationslager zu halten – und er spräche von alledem, was er selbst erlebt habe. Jahre später wurde diese Vision Realität.

Wenn man sich eingehender mit dem Salutogenese-Konzept von Aaron Antonovsky beschäftigen möchte, ist der Inhalt dieses Buches eine Bereicherung. Das Buch vermittelt Mut und Zuversicht, dass man trotz widriger Lebensumstände und Krisen wieder Lebensfreude gewinnen kann. Das Wesentliche ist, dass der betroffene Mensch für sich den Sinn des Lebens herausfindet.

Katrin Benken

ISBN 978-3-328-10277-9
Penguin-Verlag 2009, 13. Auflage



Herzlichen Dank!

Wir danken für jede Art der Unterstützung, Hilfe und Verbundenheit

Es sind manchmal die kleinen Dinge, die wir bewegen und die große Lebensqualität ausmachen. In unserem Wohnzimmer steht seit kurzem ein Kaffeeautomat. Espresso, Cappuccino, Milchkaffee – man muss sich nur entscheiden. Unsere Gäste freut es: „Jetzt kann ich wie bei mir zu Hause Freunde und Angehörige einladen, ohne jemanden zu bitten, für uns Kaffee zu kochen“, sagte ein Gast.

Sie haben das und vieles mehr durch Ihre Spenden ermöglicht. Wir danken allen Spenderinnen und Spendern für ihre unermüdliche Unterstützung für das Hospiz an der Lutter. Sie leisten einen enormen Beitrag zu den gut 300.000 Euro Spenden, auf die das Hospiz jährlich angewiesen ist.

Das Hospiz an der Lutter blickt auf ein ausgesprochen aktives Jahr zurück. Neben Benefizveranstaltungen konnte Werbung für das Hospiz in den Göttinger Stadtbussen etabliert werden. Auch von den lokalen Medien wurden wir unterstützt. Nach einem Artikel im Göttinger Tageblatt sind mehr als 37000 Euro für ein großes Auto gespendet worden, das wir anschaffen konnten, um unseren Gästen letzte Wünsche zu erfüllen.

Auch im Hospiz haben wir investiert: Verwaltungstrakt, Dienstzimmer und Sozialraum sind renoviert worden. Im Hospizgarten haben wir nun eine Terrassenüberdachung, und unsere Gärtnerin hat aus Sandsteinen eine Kräuterspirale für die Gäste gebaut.

Für die nächsten Jahre haben wir neue Pläne: Es gibt Überlegungen, die Räume des Hospizes zu kaufen, auch über die Einrichtung von weiteren hospizlichen Angeboten wird angeregt nachgedacht.

Wir brauchen weiterhin Ihre Unterstützung, denn Kranken- und Pflegekassen tragen bei weitem nicht alle Kosten der Hospizarbeit und die oben aufgezählten Dinge und vieles mehr werden gar nicht finanziert.

Wir hoffen, dass wir mit Ihnen auch in den kommenden Jahren gemeinsam weitergehen dürfen. Über Ihre Unterstützung freuen wir uns!

Spendenkonto: Sparkasse Göttingen
DE 10 2605 0001 0044 3007 70
NOLADE21GOE

Impressum

Herausgeberin und Versand:

Elke Reichardt | Vorsitzende
Humboldtallee 10 | 37073 Göttingen
Telefon 0551 / 27072631
www.hospiz-goettingen.de
www.facebook.com/hospizgoettingen
www.instagram.com/hospizgoettingen

Redaktion:

- Eida Koheil | Öffentlichkeitsarbeit

Redaktionelle Mitarbeit:

- Daniel de Vasconcelos | Geschäftsführung
- Manuela Brandt-Durlach | Ambulantes Hospiz und Stationäres Hospiz
- Yvonne Bangert, Anne Schmidt-Dahrendorf, und Nikolaus Kahlen | Ehrenamt

Gestaltung:

Blueprint Werbeagentur | www.blueprint-online.de

Bildnachweis:

- Hospiz intern, Johanna Jepsen und privat
- Eida Koheil (Titelbild)

Druck:

Klartext | www.kopie.de

Auflage:

3000 Stück



*Wir freuen uns
auf Ihre Rückmeldung!*

Sie haben Fragen, Anmerkungen oder Anregungen?

Dann schreiben Sie uns eine Nachricht an e.koheil@hospiz-goettingen.de.

GEMEINSAM GEHEN

... mit Ihrer Hilfe



HOSPIZ
AN DER LUTTER

Im Göttinger Hospiz an der Lutter stehen die Wünsche und Bedürfnisse der Sterbenden sowie die Begleitung der Zugehörigen im Mittelpunkt. Ein würdiges Leben und Lebensqualität zu ermöglichen und dabei die Menschen ganzheitlich wahrzunehmen, ist der Leitgedanke der Hospizbewegung.

Unser Auftrag ist neben der Betreuung und Begleitung schwerstkranker Menschen auch die Information und Beratung über Unterstützungsangebote und die Qualifizierung von ehrenamtlichen Hospizmitarbeiter*innen.

Unser multiprofessionelles Team, die in Palliativ Care weitergebildeten Pflegefachkräfte und Hausärzt*innen helfen bei der Linderung von Schmerzen und anderer Begleiterecheinungen weit fortgeschrittener Erkrankungen. Eine psychosoziale Begleiterin, Therapeut*innen, Ehrenamtliche und Seelsorger*innen unterstützen zusätzlich.

Wir brauchen dafür auch Ihre Unterstützung: Unsere qualitativ hochwertige hospizliche Pflege und Begleitung ist auf bürgerschaftliches Engagement angewiesen, denn Kranken- und Pflegekassen finanzieren die Pflege und Begleitung im ambulanten und stationären Hospiz nicht vollständig. Auch für die Begleitung Trauernder in Einzelgesprächen und unserem Trauercafé sind wir gänzlich auf Spenden angewiesen.

Sie können auf vielfältige Weise helfen – durch:

- Ihre finanzielle Zuwendung
- Ihre Mitgliedschaft in unserem Förderkreis
- Ihre ehrenamtliche Mitarbeit
- Ihr Engagement im Verein
- Ihr Interesse

HOSPIZ AN DER LUTTER

Humboldtallee 10 | 37073 Göttingen | www.hospiz-goettingen.de

 facebook.com/hospizgoettingen |  instagram.com/hospizgoettingen

AMBULANTES HOSPIZ

Telefon 0551 / 27072620 | E-Mail: ambulantes-hospiz@hospiz-goettingen.de

STATIONÄRES HOSPIZ

Telefon 0551 / 2707260 | E-Mail: stationaeres-hospiz@hospiz-goettingen.de

SPENDENKONTO

Sparkasse Göttingen | IBAN: DE10 2605 0001 0044 3007 70 | BIC: NOLADE21GOE

