



HAMBURGER
HOSPIZ | Lebenswerte Zeiten

Hospizkultur

Ausgabe 19

April 2022



Lebenswerte Zeiten

Inhalt

Auf ein Wort	3
Ulrich Meinecke stellt sich vor	
Wir stellen vor	4
Ehrenamt im Hospiz am Deich	
Einblicke	8
Unsagbares in Worte fassen – drei Bücher und ein Podcast	
Willkommen	13
Martina Bozkurt	
Bea Mitzlaff	
Sven Rinne	
Akiko Schmidt	
Bettina Kok	
Haus und Hof	18
Gespräch mit Michael Kolle über das Hospiz am Deich	
Weihnachtspakete statt Weihnachtsfeier	
Denkanstoß	22
Tierisch in Trauer	
Trauerarbeit	24
Gefühle, schwer wie Stein	
Öffentlichkeitsarbeit	25
Hoffnung im Dialog	
Neun Uhr sechzig – ein Gang durch die Ausstellung	
Wir danken	30
Abschied von Schatzmeister Gerhard Renner	
Die Geschichte einer großzügigen Kranzspende	
Gute Idee	
Dank an uns	33
Veranstaltungshinweise	36

Impressum

Redaktion:

Angela Reschke, Bettina Kok
Text-Beiträge von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen

Fotos:

Sebastian Engels, Angela Reschke, Bettina Kok u.a.

Titelbild und Zeichnungen (S. 28-30):

Julia Zeichenkind
<https://steadyhq.com/de/zeichenkind/>

Adresse:

Hamburger Hospiz e.V.
Helenenstraße 12
22765 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 – 38 90 75 -205
Fax: 040 – 38 90 75 -133
E-Mail: presse@hamburger-hospiz.de
Internet: www.hamburger-hospiz.de

Bankverbindung:

GLS-Gemeinschaftsbank
IBAN: DE 73 4306 0967 0044 0567 10
BIC: GENODEM1GLS
Stichwort: Bürgerschaftliches Engagement

Realisierung:

Werner Justen

Auf ein Wort

Liebe Leserinnen und Leser,

ich möchte mich Ihnen als neuer Schatzmeister des Hamburger Hospiz e. V. vorstellen. Gerhard Renner, der diese Aufgabe bisher und in hervorragender Weise wahrgenommen hat, hat die Altersgrenze erreicht. Deshalb hat der Vorstand beizeiten nach einer Nachfolge gesucht – und mich gefunden.

Mein Name ist Ulrich Meinecke, ich bin 68 Jahre alt, verheiratet und habe drei Söhne und fünf Enkel. Nach einem zehn Jahre währenden Ausflug in die Welt, nach Neu-Delhi und Bonn, sind wir vor gut zwei Jahren als Rentner in unsere Heimat Hamburg zurückgekehrt und hier inzwischen gut wieder angekommen. Wie der vermeintliche Zufall so spielt, traf ich Ende letzten Jahres meinen langjährigen Kollegen Uwe Grund. Er berichtete, dass der Hamburger Hospiz e. V. einen neuen Schatzmeister sucht. Es war der richtige Moment, ich war gerade dabei zu überlegen, wo ich mich intensiver engagieren möchte. Zahlen liegen mir. Als ich als Kleinkind im Kinderbett meine Finger zählte, meinte mein Großvater: „Der Junge wird mal gut im Rechnen!“ – er hat Recht behalten. Während meines beruflichen Lebens habe ich



Ulrich Meinecke

verschiedene Budgets verantwortet, z.B. bei der Gewerkschaft HBV in Hamburg oder zuletzt bei der Exportinitiative „Training Made in Germany“ in Bonn. Auch war ich verschiedentlich Mitglied in Aufsichtsräten großer Handelsgesellschaften.

Ich hatte mir freilich eine Bedenkenzeit erbeten und mich dann entschieden: Das ist eine richtig sinnvolle Aufgabe. Zweifellos hat Gerhard Renner „große Schuhe“ hinterlassen, in die ich nun hineinschlüpfe. Andererseits ist das Feld gut bestellt, sowohl finanziell als auch mit dem Abschluss des Umbaus des Hospizes im Heleenstift mit einem sehr engagierten und qualifizierten Team. Vor uns lie-

gen zentrale Weichenstellungen für die Zukunft, die Gründung der „Stiftung Hamburger Hospiz“, die Überführung des Hospizes im Helenenstift in eine gGmbH, die Eröffnung unseres Hospizes in Bergedorf. Ich freue mich, daran mitwirken zu dürfen. Manchmal empfinde ich es auch als etwas eigenartig, eine so bedeutende Aufgabe wie die Hospizarbeit vor allem unter finanziellen Gesichts-

punkten zu begleiten und zu unterstützen – andererseits ist eine gute, möglichst geräuschlose finanzielle Basis eben auch sehr notwendig. Hier helfe ich gerne mit. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Elke Huster-Nowack und Uwe Grund sowie dem gesamten Leitungsteam.

Ulrich Meinecke

Schatzmeister

Wir stellen vor

Ohne Ehrenamt geht im Hamburger Hospiz am Deich nichts. Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen sind für das Hospiz unverzichtbar und so liegt es nahe, dass der erste Einführungskurs für die zukünftigen Ehrenamtlichen im Hospiz am Deich bereits begonnen hat, einige Monate vor der Fertigstellung des Hauses und der Eröffnung des stationären Hospizes. So trifft sich jetzt jede Woche eine Gruppe von 17 Hospizbegeisterten mit Entdeckergeist, die sich gemeinsam mit dem hauptamtlichen Pioniersteam darum bemühen wird, das Hospiz in den Vier- und Marschlanden auf den Weg zu bringen.

Unabhängig davon, wie sehr wir uns auf unser altes Schulhaus mit

neuem Innenleben freuen: Hospiz ist mehr als ein Haus. Hospiz ist Haltung. Hospiz ist eine Idee, die „Wissende“ weiter verbreiten und in die Welt tragen.

Hospiz ist eine Bürgerbewegung, die sich aus dem Engagement besonderer Menschen speist, die in ihrem Hauptberuf vielleicht einer ganz anderen Tätigkeit nachgehen: den Ehrenamtlichen. Die ehrenamtlichen Hospizler*innen sind ein wesentlicher und unverzichtbarer Bestandteil von Hospiz, immer und in jedem Zusammenhang. Was sind das für Menschen, die einen Teil ihrer Zeit, ihrer Energie und ihrer Herzenswärme verschenken wollen an Menschen in der letzten Phase ihres Lebens? Was zeichnet sie aus, was motiviert



Ehrenamtliche Hospizler*innen

sie und was sind ihre Wünsche für sich selbst?

—

**Eva Kleßmann, 62, Kirchenmusikerin/
Gestalttherapeutin:**

Ich hatte schon immer eine Affinität zu diesem Thema, die musikalische Begleitung bei Trauerfeiern empfinde ich als zutiefst sinnvoll in meiner Arbeit. Der Kontakt zu Sterbenden und Trauernden fällt mir leicht und macht mir keine Angst. Zum Ende meiner Berufstätigkeit möchte ich gerne meine Fähigkeiten ehrenamtlich im Umgang mit Menschen in einer besonderen Lebenssituation einsetzen.

—

Eine bunte Truppe hat sich da zusammengefunden: Aus allen möglichen Berufsgruppen und Le-

benssituationen heraus möchten 17 Menschen ein Ehrenamt im Hospiz am Deich ausüben und glauben, dass das gut ist für sie selbst und für die Gemeinschaft. Viele wohnen auch in der Gegend, sind dort verwurzelt. Einige haben auf die Frage nach Fremdsprachen sogar mit „Plattdeutsch“ geantwortet. Sie alle stehen mitten im Leben und haben etwas zu erzählen.

Das sollen sie auch, uns und einander im Verlauf des Kurses. Dieser dient nämlich nicht nur der Vermittlung von Lernstoff und der Schärfung der Wahrnehmung im Umgang mit sich selbst, sondern auch der Teambildung. Die Ehrenamtlichen sollen sich untereinander gut kennen, klar. Aber auch für das Team, das die späteren Einsätze koordiniert, ist

es wichtig zu erfahren, mit wem sie es zu tun haben. Schließlich möchten wir gerne tolle „Matches“ zwischen Gästen und Ehrenamtlichen zusammenstellen; Paarungen, in deren Begegnungen beide Seiten profitieren.

—

Petra Harste, 56, Hausfrau:

Ich möchte Sterbende oder ihre Familien begleiten, weil ich es als sinnhaft empfinde, ich der Gemeinschaft etwas von meinem Glück abgeben möchte und das Thema Sterben/Tod mehr Platz in unserem täglichen Leben haben sollte. Weil ich aus eigener Erfahrung weiß, wie wohltuend es sein kann, wenn ein Mensch am Ende seines Lebens nicht allein sein muss. Trotz aller Anstrengungen habe ich aus diesen Erfahrungen in meinen früheren Begleitungen Kraft geschöpft.

—

Da wir uns noch nicht in „unserem Haus“ treffen können, freuen wir uns, für die Kursabende zunächst den Seminarraum im benachbarten Hanse-Hof nutzen zu können. Dieser ist angenehmerweise und im Gegensatz zur alten Schule mit Heizung, Strom, Wasser und Sitzgelegenheiten ausgestattet. Am 1. März fand bereits der erste Gruppenabend statt, in Präsenz, alle Teilnehmer*innen (und das Team) sind geimpft/ge-

boostert und jedes Mal wieder mit einem tagesaktuellen Test ausgestattet. So lautet die Übereinkunft und nur so ist es unter den derzeit geltenden Bedingungen möglich, dass vielleicht am Platz und vor allem beim Sprechen die Maske abgenommen werden darf. Sobald wir uns im Raum bewegen, muss aber die Maske wieder drauf!

Das kam im Laufe des ersten Termins häufiger vor, denn wir hatten uns zum gegenseitigen Kennenlernen ein paar „wilde Workshop-Spiele“ ausgesucht, die etwas Bewegung in den Abend bringen sollten, der ansonsten naturgemäß viel Theorie enthielt (Ablauf und Themen des Kurses, Gruppenregeln, Hygieneregeln, weitere organisatorische Fragen).

—

Susanne Harms, 34, Versicherungsangestellte:

Für mich ist Freiheit ein wichtiger Wert, und wenn die letzte Phase des Lebens ansteht, ist ein Hospiz für mich ein Ort, an dem die Gäste so selbstbestimmt wie möglich sein können. Deshalb finde ich es toll, dass das neue Hospiz am Deich entsteht und somit mehr Menschen die Möglichkeit haben werden, sich im Hospiz begleiten zu lassen, wenn sie dies möchten. Dafür möchte ich mich einsetzen

und bin bereits jetzt – nach wenigen Abenden in der Ausbildung – sehr froh, ein Teil dieser tollen Ehrenamtlichen-Gruppe zu sein.

Als äußerst interessant stellte sich am ersten Abend eine Wahrnehmungsübung heraus, die „Cold Reading“ genannt wird. Dabei geht es um die Wahrnehmung der eigenen Gefühle in einer Situation mit einer unbekannt Person und dem Nicht-Wissen um die Erwartungen der*des anderen. Das kommt in der hospizlichen Begleitung oft vor: Unsicherheiten und Unklarheiten im Umgang mit den Gästen gibt es bei den Ehrenamtlichen immer mal wieder – es ist jedes Mal aufs Neue (manchmal nicht nur in jeder Begleitung, sondern tatsächlich bei jedem Besuch) eine Herausforderung, möglichst wenig vorauszusetzen und offen zu sein für etwas, von dem unser Gast heute vielleicht noch gar nicht weiß, dass sie*er es sich in der nächsten Woche dringend wünschen wird. Das Wort „Absichtslosigkeit“ gewinnt hier sehr an Bedeutung.

Silke Späthe, 59, Kaufmännische Angestellte

Das Gefühl zur Pioniergruppe des neuen Hospizes zu gehören fühlt sich großartig an. Irgendwie nach Auf-



Die Gruppe beim ersten Kursabend

bruch. Nach etwas Neuem und Unbekanntem. Was erwartet uns?

Was ich fühle, ist, dass es etwas ganz Tolles wird. Man spürt das Engagement und ganz viel Herzblut und viele Möglichkeiten. Wie wird es letztendlich aussehen und was kann jeder Einzelne an Persönlichkeit von uns dann einbringen? Auch darauf kommt es an. Es fühlt sich einfach richtig gut und sehr spannend an.

Das Hamburger Hospiz am Deich finden Sie auch im Internet:

Website: www.hamburger-hospiz-am-deich.de

Facebook: Hamburger Hospiz am Deich

Instagram: [hamburgerhospizamdeich](https://www.instagram.com/hamburgerhospizamdeich)

Twitter: [HHospizAmDeich](https://twitter.com/HHospizAmDeich)

Einblicke

Wie können wir Unsagbares in Worte fassen?

Im Zusammenhang mit Sterben, Tod und Trauer erleben wir viel Belastendes, manchmal auch Schlimmes. Die Erfahrungen gehen oft über unsere vermuteten Grenzen, die damit verbundenen Empfindungen können riesig und beängstigend sein. Oft entsteht ein starker Mitteilungsdrang, aber auch Unsicherheit darüber, wie wir uns mitteilen können, und zwar in der Weise, dass ein Austausch über unsere Erfahrungen möglich wird.

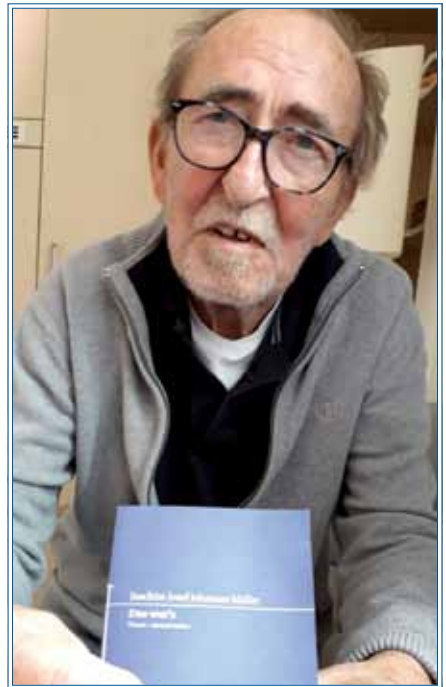
Wie können wir Unsagbares in Worte fassen? Das kann gelingen, indem wir die Inhalte nicht nur im Kopf bewegen, sondern auch unsere Kreativität ins Spiel kommen lassen. So wie die Autor*innen von drei Büchern und einem Podcast, die wir hier ausdrücklich empfehlen möchten.

Das war's: Trauer – einmal anders Metta Schmidt, Sozialpädagogin im stationären Hospiz, stellt Joachim Müller und sein Werk „Das war's: Trauer – einmal anders“ vor:

„Das war's: Trauer – einmal anders“, so titelt das kleine Heftchen von Joachim Müller. Es ist gefüllt mit Gedichten, die aus ihm herausgesprudelt

seien, erzählt er. Das war kurz nach seiner Diagnose eines Bronchialkarzinoms im August 2020. Seine Gedichte erzählen aus seinem Leben und greifen seinen Blick auf die eigene Endlichkeit auf - und das mit viel Humor, wie sollte es anders sein bei seinem Vornamen: Joachim Josef Johannes (JoJoJo).

Herr Müller verschenkt hier stolz und freudig sein Heft an alle Mitarbeiter*innen. Und wenn man die Möglichkeit hat und sich zu ihm setzt,



Joachim Müller und sein Werk

ist es eine wundervolle Zeitreise, seinen Erinnerungen zu lauschen. 1943 ist er in Greifswald geboren, hat dort so manchen Lehrer in Rage gebracht und sich mit seiner Jungs-Bande wo es ging dem DDR-Drill entzogen. „Das war eine schöne Zeit!“, sagt er heute und erzählt dankbar von seiner Oma, bei der er aufgewachsen ist: „Ich hatte mal ne Oma-Ma-Ma, die war für mich als Mutter da. Sie war so schön und liebevoll, das Leben mit ihr war ganz toll.“ Familie und Fußball waren und sind Herrn Müller immer wichtig, und so geben die Gedichte einen kleinen Einblick in die große Liebe und das Leben seiner Söhne und Enkelkinder.

Auch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Lebensende klingt in dem Heftchen an. Herr Müller spricht nicht so gerne darüber. Mit Vernunft an die Dinge heranzugehen, um sich vor anderen Dingen zu schützen, war auch in seinem Leben ein gutes Netz. Ein gutes Netz vielleicht für die tiefe Emotionalität, die ich in ihm deutlich spüren kann.

Sommer 2021, Balkonien Hospiz Helene: Hier trifft man sich zum Schnacken und Rauchen. Manche Freundschaften entstehen. Herr Müller begegnet den Menschen offen und kann wunderbar jeden so nehmen, wie er ist – mit all seinen Eigen-

arten, die auch durch eine schwere Erkrankung entstehen können. Sich einlassen auf diese Begegnungen bedeutet im Hospiz auch, sich verabschieden zu müssen. Herr Müller hat sich manchmal auch am Sterbebett oder vom Verstorbenen verabschiedet. Das habe ich hier selten so erlebt.

Es saß ein Männlein auf dem Baum,
es schaut sich um in seinem Raum.
Es sieht nur Schönes, bunt, gesund,
in seinem rot-schwarz-blauen
Hintergrund.

Da kam ein Adler, stark und groß,
nahm das Männlein in seinen Schoß
und trug es fort ins Niemandsland,
wo es keiner wiederfand.

„Aus der Zeit“

Als bei ihrem langjährigen Lebensgefährten Bauchspeicheldrüsenkrebs diagnostiziert wurde, erlebte **Roswitha Mehling** eine Zeit „außerhalb der Zeit“. Von dieser erzählt die Autorin in ihrem bewegenden Gedichtband „Aus der Zeit“. Das 78 Seiten umfassende Buch ist farbig bebildert und kann für 15€ bezogen werden: romehling@gmx.de.

Frau Mehling, ist „Aus der Zeit“ ein Erstlingswerk?

Ich war schon immer schreibfreudig. Außer in meinem Tagebuch



Bild aus Roswitha Mehlings Gedichtband

drücke ich mich in Umbruchsphasen gerne in Gedichten aus. Das ist alles sehr intim. Bisher hatte ich nicht das Bedürfnis, die Texte zu veröffentlichen. Aber ich liebe es, sie mit meinen Freund*innen zu teilen.

Ihre Gedichte sind von einer beeindruckenden Intensität. Wie kommt es dazu?

Meine Gedichte tauchen in meinem Geist auf, sind einfach DA. Sie kommen in einer Urform zu mir. Das kann ein Bild sein, eine oder mehrere Strophe(n), Sätze mit einem Rhythmus oder auch der komplette Text. Während des Niederschreibens entsteht ein flow der Bilder, der Gedanken, des Textes. An manchen Gedichten feile ich mehr, an anderen weniger.

Was bedeutet es für Sie, sich das Erlebte von der Seele zu schreiben?

Schreibend lege ich ab, reflektie-

re, verarbeite. Durch das Benennen z.B. schmerzhafter Gefühle oder Erfahrungen bin ich weniger ihr passives Opfer. Ich packe sie beim Schopf, bezeichne sie, ordne sie ein, weise ihnen einen Platz zu und durchlebe sie, ohne darin unterzugehen. So entdecke ich mich und meine aktuelle Wirklichkeit auf tiefere Weise. Unterschiedliche Facetten eines Zusammenhangs können sich mir erschließen, wie z.B. vielfältige Schattierungen einer Situation, die sich zunächst nur in schmerzhaftem Schwarzweiß-Kontrast dargestellt hat. Schreiben bedeutet also zunächst Kommunikation mit mir selbst.

Wie ist es Ihnen mit dem Schreiben dieses Buches ergangen, was haben Sie entdeckt?

Neben den gerade geschilderten Klärungs- und Verarbeitungsprozessen zunächst die erstaunliche Beobachtung, wie viele Farben das Sterben eines nahen Menschen hat, welche Bandbreite des Erlebens es bei allem Tieftraurigen und fundamental Schmerzhaftem auch bieten kann, sowohl gemeinsam für uns als Paar wie auch als Individuen. Welche neuen Möglichkeiten und Tiefen der Verträutheit, welche einzigartigen Chancen der Verbundenheit es uns bietet. All das hat sich mir tiefer erschlossen, hat unseren gemeinsamen Austausch

befruchtet und uns in schweren Zeiten bereichert.

Haben Sie auch nach dem Tod Ihres Partners geschrieben?

Ja, nach Günters Tod erfuhr ich vertieft durch das Schreiben, welche unterschiedliche Seiten auch meine Trauer hat, selbst bisher unbekannte und unerwartete. Das hat mich ebenfalls überrascht und gestärkt. Zudem möchte ich nicht die Freude verschweigen, die mir das ästhetische Schaffen gegeben hat. Und die große Dankbarkeit, dass ich all das Genannte beim Schreiben empfinden durfte.

Klarheit

von Roswitha Mehling

Nur eines ist todsicher.
Wir wissen es alle
irgendwie,
nur nicht, wann
und gehen unserer Wege
irgendwohin,
Horizonte überschreitend.

Es kann geschehen,
dass du
irgendwann
plötzlich vor dir
auf deinem Pfad
die Mauer siehst
irgendwo
diesseits des Horizonts,

vielleicht noch in unbestimmter
Ferne

oder schon deutlich und nah,
jedenfalls unübersehbar.

Ein Nebel,
bislang wenig beachtet,
hat sich aufgelöst,
mit ihm Illusionen.
Stattdessen jetzt
Klarheit.

„Lebensmutig“

Mit Ü45 das ganze Leben radikal ändern und neu anfangen in einer neuen Konstellation? Davon träumen viele, aber wer wagt es wirklich? **Beatrice Bleß-Lieb** und **Martin Lieb**, beide im Hamburger Hospiz im Hehlenstift als Ehrenamtliche tätig, haben sich getraut. Sie wollten nicht nur raus aus aktuellen Krisen, sondern auch hinein in ein neues Selbstverständnis, eine neue Balance von Seele, Geist und Körper. Gemeinsam. Krisen und Verluste hinter sich lassen – aber daraus gelernt haben und die gewonnenen Erkenntnisse mitnehmen in das neue Leben.

In ihrem Buch „Lebensmutig“ schildern die beiden eindringlich ihre Entwicklung mit Höhen und Tiefen bis zu dem Punkt, an dem sie den Sprung wagten: über den eigenen Schatten und über die bishe-

gen Grenzen, die ihr Leben bestimmt hatten.

„Bewegung“ und „Menschen“ als zentrale Begriffe des Lebens und ihrer Berufstätigkeit, das hat für Beatrice Bleß-Lieb und Martin Lieb funktioniert. Ihre Erfahrungen und ihr Wissen geben sie weiter, in ihrem gemeinsamen Buch wie auch in ihrem Unternehmen „neun“ in Hamburg, in dem sie sich auf die Begleitung von Menschen in der Lebensmitte in Krisensituationen spezialisiert haben.



Beatrice Bleß-Lieb und Martin Lieb

In zehn Kapiteln erzählen die beiden ihre Geschichte. Diese wird ergänzt durch „Fälle aus der Praxis“ und einen Lebenskompass mit vielen verschiedenen Fragestellungen, durch die jede*r Leser*in für sich selbst den aktuellen Standpunkt mit Ansprüchen, Wünschen und Bedürfnissen abgleichen kann. Dazu kommen konkrete Tipps zur Steigerung

des Wohlbefindens.

Das Buch möchte berühren und bewegen (dies auch im Wortsinne). Es ist ehrlich und ermutigt seine Leser*innen zum unerschrockenen Umgang mit den eigenen Bedürfnissen, zur Bewältigung von Krisen, aber auch zur Wiederentdeckung der Selbstwirksamkeit und letztlich einem erfüllteren Leben.

Mit dem Kauf dieses Buches unterstützen Sie auch den Aufbau der Akademie Hamburger Hospiz am Deich. Weitere Details unter: <https://neun.de/www-neun-de-buch/>

Podcast: einergehteinerbleibt.de

Mit dem letzten Atemzug eines Geliebten beginnt für manche ein Überlebenskampf. Während die tiefe Erschütterung dringend nach Ausdruck verlangt, macht das Unbegreifliche viele sprachlos. So haben es auch die Schauspielerin Kimberley Reschke und die Fotografin Natalie Siegmund erlebt. „Wir möchten der Trauer eine Stimme und ein Gesicht geben“, beschlossen sie und gründeten ihren Podcast: www.einergehteinerbleibt.de

Ein innig geliebter Mensch stirbt. Sein letzter Atemzug verändert das Leben der Dableibenden. Radikal. Von einer Millisekunde auf die andere. Und nicht selten liegt dann das ei-



Kimberley Reschke und Natalie Siegmund

gene Leben in Scherben. Das Leben ohne den anderen kann wie ein unbekanntes (oftmals feindliches) Land sein. Trauernde werden nicht gefragt, sondern mitten hineingeworfen. Ein Land, anfänglich noch ohne Wegweiser, ohne Wörterbuch, ohne Sinn.

Hier bekommen Trauernde Raum, ihre Geschichten zu erzählen. Gemeinsam mit den Betroffenen schauen die Autorinnen dabei auf intensive Trauerwege zurück. Wege, die die Trauernden bis ins heutige Leben

prägen. Sie hören von den „schwersten Stunden des Lebens“. Davon, wie Betroffene das „Leben ohne den anderen“ neu lernen mussten, auch davon, wie der Beistand eines „sprachlosen Mitmenschen“ ein unendlicher Segen und die Bemerkung eines „unachtsamen Besserwissers“ die Hölle bedeuten kann. Trauerprozesse können eine befreiende Selbstfindung mit sich bringen, die die Mitmenschen nicht schont. Daneben gibt es beglückende Momente des Friedens und des Einverständnisses, die ebenso zur Sprache kommen. Und schließlich hören wir davon, dass es die Liebe ist, die überlebt. Sie schwingt in all diesen Gesprächen unüberhörbar mit.

Die Autorinnen hoffen, dass Zugehörige ein größeres Bild von Trauer bekommen, um so vielleicht bessere Wegbegleiter*innen sein zu können.

Willkommen

Martina Bozkurt, Ambulanter Hospizberatungsdienst

Neu beim Ambulanten Hospizberatungsdienst, aber nicht neu im Hamburger Hospiz: Martina Bozkurt

Ich bin 44 Jahre alt, Mutter von zwei Söhnen. Nach 13 Jahren als Pal-

liativ-Pflegefachkraft im stationären Hospiz habe ich in den Ambulanten Hospizberatungsdienst gewechselt. Der Hospizgedanke ist für mich ein zentraler Punkt in meinem Leben und ich möchte weiter daran teilhaben, ihn in die Gesellschaft zu tragen. Das



Martina Bozkurt

kann ich hier tun, indem ich dazu beitrage, den Menschen ein gewünschtes Sterben zu Hause zu ermöglichen.

Wenn ich nicht bei der Arbeit bin, tobe ich mit meinen beiden Jungs über die Spielplätze oder im Schwimmbad rum. Ich mag Katzen, schaue gern gute Filme, mag lesen und regelmäßigen Austausch mit Freunden. Ich bin interessiert an anderen und fremden Kulturen; familiär bedingt reisen wir einmal im Jahr in die Türkei.

Bea Mitzlaff, Hospiz-Koordination und Empfang im Hospiz am Deich Moin, da bin ich, die neue Kollegin für das Projekt Hospiz am Deich.

Ich bin examinierte Kranken-

schwester, Fachkraft für Palliative Care und Koordinatorin. Seit 2013 engagiere ich mich in der stationären Hospizarbeit. Hier darf sein, was zum Leben gehört, das Sterben und der Tod, der Abschied und die Trauer. Die besondere Lebenssituation unserer Gäste hat Achtsamkeit, Wahrheit und Klarheit verdient. Mit hospizlicher Haltung begleiten zu dürfen, bereichert mein Leben und verändert meine Sicht auf die Dinge. Wer verstanden hat, dass das Leben endlich ist, lebt anders.

Aktuell bin ich mit ganz praktischen Dingen befasst und kümmerge mich um Einrichtung und Ausstattung. Welche Möbel sind geeignet, welche Farben schaffen freundliche Räume, welche Materialien sind sinnvoll, welche Pflegehilfsmittel sind notwendig und vieles Schöne mehr. Zusätzlich begleite ich den Vorbereitungskurs für das Ehrenamt, eine



Bea Mitzlaff

wichtige Säule der Hospizarbeit, die viel Freude macht.

Momentan findet man mich in meinem „Übergangs-Büro“ im Erdgeschoss des Helenenstifts. Hier ist es schön, hell, luftig, freundlich. Immer wieder einmal kommen Kolleg*innen vorbei, einfach nur so oder auf einen Coronatest, denn hier ist auch das „Testzentrum“ untergebracht.

Manchmal husche ich durchs Haus, mit Fragen und Zollstock bewaffnet, um ganz praktische Dinge in Erfahrung zu bringen und mir Anregungen zu holen für das Hospiz am Deich in Allermöhe. So lerne ich nach und nach hier im Hause die Kolleg*innen aller Bereiche kennen, die Pflegekräfte, die Hauswirtschaft und die Küche, die Verwaltung, den Ambulanten Hospizberatungsdienst, die Anmeldung, die Hospizleitung/Geschäftsführung. Alle sind sehr offen und geduldig, und mir ist bewusst, dass ich ein zusätzlicher Zeitklauer bin, der immer eher ungelegen zu der eh schon vielen Arbeit kommt. Darum an dieser Stelle an euch ALLE ein wirklich sehr dickes DANKE für eure unglaublich wertvolle und hilfreiche Unterstützung. Die ist unbezahlbar.



Sven Rinne

Sven Rinne, Pflegedienstleitung (ab 1. Mai 2022)

Sven Rinne, 42 Jahre. Verheiratet, keine Kinder, keine Haustiere. Seit 02/22 im Helenenstift.

1998 kam ich als Zivildienstleistender im Krankenhaus zum ersten Mal in Berührung mit Pflege. Diese Berührung war so intensiv, dass ich mich damals entschloss, die Ausbildung zum Krankenpfleger zu machen. Auf meinem beruflichen Werdegang verbrachte ich fünf Jahre auf einer Station für demenziell Erkrankte, und dann einige Jahre auf einer internistischen Station für Gastroenterologie in der Asklepios Klinik Altona.

2017 war ich Teil des Teams bei der Eröffnung der Palliativstation in Altona und wurde dort 2018 stellvertretende Leitung. Dort wurden mein Interesse und meine Leidenschaft für die palliative Pflege geboren.

Meine erste Berührung mit dem

Hospiz im Helenenstift hatte ich privat, als ich 2017 meine Mutter auf ihrem letzten Weg begleitete. In diesen bewegenden 5 Wochen durfte ich den Alltag und die Atmosphäre kennenlernen und genießen. In mir keimte damals schon der Wunsch, irgendwann mal hier zu arbeiten.

2022 habe ich den Schritt der beruflichen Veränderung gewagt und fühle mich hier schon jetzt sehr zu Hause. Dies liegt einerseits an der Möglichkeit, so mit den Gästen zu arbeiten wie ich es mir immer in der palliativen Pflege gewünscht habe, aber vor allem an dem großartigen Team und dem familiären Miteinander.

Nun bot sich nach sehr kurzer Zeit die Möglichkeit, mich auf die Stelle der Pflegedienstleitung zu bewerben. Und tatsächlich bekomme ich ab dem 01.05. die Chance, mich in dieser Position zu beweisen. Ich bin sehr dankbar für das Vertrauen des Vorstandes, der Hospizleitung und aller Kollegen und freue mich sehr auf meine neuen Aufgaben.

In meiner Freizeit bin viel an der frischen Luft. Genieße mal die Ruhe beim Wandern, aber auch das bunte Treiben auf Straßenfesten und Veranstaltungen. Beides schafft mir den nötigen Ausgleich zu der anspruchsvollen Arbeit im Hospiz.

Akiko Schmidt, Pflegefachkraft

Ich bin 48 Jahre alt, verheiratet, drei Söhne, seit neun Jahren in der Pflege.

In meiner Freizeit bin ich mit meinem Mann bei Enten und Hühnern im Wald, da wo seine Mutter gelebt hat.

*Ich strebe seit ca. zehn Jahren nach einer ganzheitlichen Pflege, die die Individualität des Einzelnen berücksichtigt. Bisher habe ich in einer stationären Pflegeeinrichtung gearbeitet, wo viele Bewohner*innen bestmöglich in Anlehnung an „ihr bisheriges Leben“ leben möchten. Sie ziehen mit einigen geliebten Dingen und wenigen Gedanken an das Unausweichliche dort ein. Die Pflegenden konfrontieren sie respektvoll mit ihrer neuen Situation und gestalten ihren Lebensraum gemeinsam, auch im Bett mit der zum Abschied hin kleiner werdenden Umgebung.*

Hier im Hospiz empfangen wir die Gäste an einem Ort, wo sie ihr Leben



Akiko Schmidt

im „Jetzt“ wesentlicher sehen können. Ein vorübergehender Aufenthaltsort, an dem jeder suchen kann, wohin er auf welche Art gehen möchte.

Ich erlebe diese Gewissheit hier bewusster und suche heute nach einer Pflege, die sich auf diese entscheidende Lebenssituation einstellt und dadurch die Möglichkeit eröffnet, das Kommende und Unabwendbare anzunehmen in der Gewissheit, in die Ewigkeit einzugehen.

Wir zünden eine Kerze an im Gedenken an ihren Aufenthalt „hier“ und begleiten sie bei ihrem Abschied vom Hospiz. Ob sie am nächsten Ort gut angekommen sind? Oft blicke ich in den großen runden Himmel hinauf, der täglich anders ist.

Bettina Kok, Öffentlichkeits- und Trauerarbeit

Hallo, ich bin dem Hamburger Hospiz seit 2017 verbunden und habe soeben aus meinem Ehrenamt im stationären Hospiz eine hauptberufliche Tätigkeit gemacht. In meinem „früheren Leben“ war ich lange an einem großen Hamburger Theater im künstlerischen Management tätig.

Außerdem bin ich Bloggerin (www.keinzahnkatzen.de) und habe 2020 mein erstes Buch „Katzen sterben“ veröffentlicht. Die Trauer um geliebte Tiere ist ein Thema, das mir sehr

am Herzen liegt; ein weiteres Buchprojekt ist in Arbeit.

An beiden Standorten des Hamburger Hospiz e. V., dem Helenenstift in Altona und dem Hospiz am Deich in Bergedorf, bringe ich mich in die Trauer- und Öffentlichkeitsar-



Bettina Kok

beit ein: Ich berate Trauernde, moderiere Trauergruppen, gestalte die Website für das Hospiz am Deich, arbeite an den regelmäßigen Veröffentlichungen des Hamburger Hospiz e. V. und freue mich, in Zukunft noch mehr Menschen mit dem Hospizgedanken in Kontakt zu bringen.

Privat bin ich langweilig, sitze mit meinen Katzen auf dem Sofa und warte auf das Ende der Pandemie, damit ich endlich wieder ohne Angst zum Aquafitness gehen kann. Oder ich fange demnächst an, in einem Badesee in den Vier- und Marschlanden herumzuhüpfen – mal sehen.

Haus und Hof

Ich träume manchmal davon, was das Haus mir erzählen könnte ...

Michael Kolle, Bauunternehmer und Eigentümer des Hauses am Allermöher Deich 445 sowie des umliegenden Areals, erzählt, warum er sich für ein Hospiz in den Vier- und Marschlanden einsetzt.

Ein Hospiz in den Vier- und Marschlanden, wie kam diese Idee zu Ihnen?

Dazu muss ich ein bisschen ausholen: Bevor ich in die Projektentwicklung ging, hatte ich ein „christliches Leben“, war Diakon und mit christlicher Gemeindegemeinschaft befasst. Meine familiären Wurzeln liegen in Kirchwerder, und dort machte ich auch meine ersten beruflichen Erfahrungen. Ich war einige Jahre in der Alten- und Behindertenarbeit tätig, weniger palliativ als versorgerisch. Ich fühlte mich damals als Teil des Ganzen, das war eine sehr erfüllende Zeit.

Was ich „mitgeschnitten“ habe in dieser Zeit: Die Menschen hier sind in ihrem Landstrich, den Vier- und Marschlanden, sehr verwurzelt. Und natürlich hatten sie, wie die meisten Menschen, auch den Wunsch, bis zum Ende ihres Lebens hier in ihren Häusern und in ihrer Gegend zu bleiben. Wenn das aber nicht möglich war, weil Pflege und Versor-

gung zu Hause nicht gewährleistet waren – viele ehemalige Großfamilien der Vier- und Marschlande sind auch zerbrochen – dann gab es hier keine Einrichtung, sondern sie mussten nach Geesthacht ins Hospiz. Dort wird wunderbare Arbeit geleistet, aber es sind nun einmal nicht die Vier- und Marschlande. So gab es immer einen schalen Beigeschmack, wenn die Menschen nicht bis zum Ende ihres Lebens in den gewohnten vier Wänden und in ihrer Heimat bleiben konnten. Diese Erfahrungen habe ich viele Jahrzehnte lang nicht transportiert.

Was hat Ihre Erinnerung neu belebt?

Es hat mich kalt erwischt, dass meine Mutter 2018 sehr schwer und lebensbegrenzend erkrankte. Zu der Zeit wohnte sie schon nicht mehr in ihrem zu groß gewordenen Haus, da war ich eingezogen, und sie hatte eine kleine Einliegerwohnung bezogen. Als sie nach einiger Zeit aus der Klinik zurückkehren sollte, aus-therapiert, hatte sie den dringenden Wunsch, wieder in ihrem gewohnten Haupthaus mit dem geliebten Garten zu wohnen und dort auch zu sterben.

So habe ich die untere Ebene des Hauses renoviert und umgebaut, ei-

gentlich ihre gewohnte Umgebung aus der Erinnerung „nachgebaut“ und barrierefrei gemacht, so dass sie mit ihrem Rollstuhl und später auch mit dem Bett so mobil wie möglich sein konnte. So hatten wir nach ihrer Entlassung aus der Klinik sechs Monate Zeit für den letzten Weg. Ich konnte meine Mutter selbst in ihren eigenen Räumlichkeiten beim Sterben begleiten und habe das als große und letzte Ehre empfunden. Sie ist später in meinen Armen dort gestorben. Damals ist mir deutlich geworden, wie wichtig dieser Bezugspunkt der gewohnten Umgebung ist, wieviel Sicherheit er gibt.

Und dann ergab sich eine Möglichkeit, diese Erkenntnisse auch umzusetzen?

2019 habe ich das Areal am Aller-



Michael Kolle

möher Deich mit der alten Schule erworben. Ein Teil des Hauses wurde von zwei Künstlerinnen genutzt, aber ein großer Bereich des Hauses stand leer. Die Künstlerinnen konnten keine angemessene Miete bezahlen und ich konnte mir nicht – wie der Vorbesitzer des Hauses, ein großer Konzern – erlauben, sie dort kostenfrei ihre Ateliers führen zu lassen. So war bald klar, dass ich für das Haus eine neue Verwendung finden musste.

Weil ich den Charakter, die fühlbare Seele des Hauses so stark spürte, kam mir bald eine Idee und ich machte dem Bezirk Bergedorf den Vorschlag, in der alten Schule ein Hospiz zu etablieren. Der ehemalige Bezirksamtsleiter war der Meinung, das Haus sei dafür viel zu klein, also sah ich mich anderweitig nach einem möglichen Betreiber um. Den fand ich dann im Hamburger Hospiz e. V. Schnell wurden unsere Pläne konkret und ich war davon überzeugt, dass wir hier eine schöne Lösung gefunden hätten.

Wie nehmen Sie die Resonanz aus der Nachbarschaft wahr?

Die Vierländer nehmen das sehr positiv auf. Sie freuen sich, dass es endlich ein Hospiz in den Vier- und Marschlanden geben wird, noch dazu in einem so schönen Haus, zu dem viele von ihnen auch noch einen

Bezug haben. Die zwei alten Schulen in Allermöhe, die sind den Menschen hier schon ein Begriff.

Was bedeutet das für Sie – wie ist Ihre Vision?

Aus meiner Lebensgeschichte weiß ich, was die Menschen hier brauchen. Ich möchte nämlich beruflich nicht nur Projektentwickler und Bauträger sein, sondern klug soziale Projekte pushen. Solche Projekte sind wichtig.

Auf dem Nachbargrundstück des Hospizes möchte ich ein altes Hufnerhaus wieder aufbauen, in das dann ein Demenzzentrum einzieht. Wenn wir beide Grundstücke vereinen, entsteht ein wunderbarer parkähnlicher Garten, in dem wir soziale Arbeit leisten können. Das inspiriert und motiviert mich.

Was ist das Besondere daran, so ein altes Haus zu renovieren und umzubauen?

Das Haus hat Seele und Ausdruckskraft. Man findet hier überall echte Handwerkskunst von bleibendem Wert. Diese aufzunehmen und vorzeigen zu können, das macht mich stolz.

Natürlich ist es auch ein bisschen die Quadratur des Kreises: Die Anforderungen von Brandschutz und Denkmalschutz lassen sich eigentlich nicht miteinander unter einen Hut bringen, das sind widerstreitende Disziplinen.

Aber manche Dinge gelingen doch, zum Beispiel eine große Stahlkonstruktion, um das alte Fachwerkdach abzusichern. Den Stahl sieht man später nicht, sondern die wunderschönen Binder, die diagonal im Raum stehen. Die sind aus Holz, aus Fichte oder Eiche, das ist ein schöner Werkstoff, haptisch toll, man riecht ihn, sieht ihn, kann ihn anfassen.

Alte Häuser haben eine besondere Geschichte und sie haben Seele. Ich träume manchmal davon, was das Haus mir erzählen könnte über die Menschen, die dort gelebt haben.

Zum Schluss ein Ausblick: Wo sehen Sie das Haus, sich und uns in einem Jahr?

Ich gehe davon aus, dass wir noch in diesem Jahr eröffnen können. In einem Jahr haben wir dann den ersten gemeinsamen Winter hinter uns gebracht. Ich sehe eine schöne nachbarschaftliche Entwicklung. Der nebenan gelegene Hanse-Hof bietet auch Möglichkeiten zur Versorgung des Hospizes. Die Hospizleute sind mir total sympathisch und ich sehe viele schöne Entwicklungen vor uns. Der Weg dorthin ist echt noch hart, aber das ist im Baugeschäft immer so. Dafür ist das Haus dann fit für die nächsten 250 Jahre, tolle Handwerksarbeit, die den Charakter des Hauses erhält und unterstreicht. Das wird sehens-

wert, und ich denke, da liegt ein Segen drauf.

Weihnachtspakete statt Weihnachtsfeier im Ambulanten Hospizberatungsdienst

Nach zwei Jahren Pandemie können viele von uns sich schon fast nicht mehr erinnern, wie es früher war: Man ging gerne unter Menschen und verbrachte Zeit miteinander. Ohne Maske, ohne Abstand, ohne Angst vor Ansteckung. Auch und gerade in der kalten Jahreszeit. Ein schöner Anlass für ein Treffen auf Tuchfühlung im Winter waren zum Beispiel die Weihnachtsfeiern. Mit Essen und Singen und allem Drum und Dran.

Im Hamburger Hospiz werden die Weihnachtsfeiern grundsätzlich mit ganz viel Liebe und Aufmerksamkeit geplant und gestaltet: Schöne Locations werden gefunden, kulinarische Genüsse geordert, Weihnachtsliedernoten vielfältigt, Geschichten zum Vorlesen herausgesucht und vieles mehr. Viel Engagement ist notwendig, um einander einen unvergesslichen Abend zu gestalten.

Das alles ging wegen der Pandemie nun schon zum zweiten Mal nicht. Verschiedene Pläne wurden erdacht, ausgearbeitet und dann angesichts der Situation wieder verworfen. Traurige Gesichter überall und ...



90 Weihnachtspäckchen!

Überall? Nein! Drei unverzagte Koordinatorinnen des Ambulanten Hospizberatungsdienstes beschlossen, wenigstens ihren Ehrenamtlichen eine kleine Weihnachtsfreude zu bereiten und für die tolle Zusammenarbeit trotz der coronabedingten Einschränkungen mal wieder „Danke!“ zu sagen.

Und so wurde gebacken, gebastelt und geshoppt. 90 Päckchen wurden liebevoll gepackt und versandt. 90 Ehrenamtliche freuten sich über eine kleine Weihnachtsüberraschung und die damit verbundene Wertschätzung: Menschen, die anderen im Sterben beistehen, sind nämlich unersetzlich. Und das darf und muss man ihnen auch sagen.

Denkanstoß

Trauerarbeit im Hospiz am Deich: Tierisch in Trauer

„Ich hätte nie gedacht, dass der Tod meines Hundes mich so aus der Bahn werfen würde. Jede Straße, jeder Weg erinnert mich an ihn. Zu Hause ertrage ich die Leere aber auch nicht. Ständig breche ich in Tränen aus. Ich brauche Hilfe und weiß nicht, an wen ich mich wenden soll.“

Ein Fall für die Trauerberaterinnen im Hamburger Hospiz? Diese Frage stellen wir in den sozialen Netzwerken und bekamen zahlreiche Rückmeldungen, nachdenkliche, engagierte und vor allem begeisterte.

Annika M.: *„Natürlich ist es etwas ganz anderes, einen Menschen zu verlieren, als wenn ein Hund oder eine Katze stirbt. Aber ... Nicht jeder von uns hat noch vertraute Menschen, mit denen er über alles reden kann. Und auch nicht jeder hat Partner oder Kinder, die eine so wichtige Rolle im Leben spielen wie vielleicht ein Tier, das immer da ist und zu dem man eine wirklich enge und liebevolle Beziehung pflegt. Und selbst bei Menschen mit einem intakten sozialen Netzwerk kann eine enge Bindung zu einem Tier bestehen – das ist wunderbar und bereichernd, führt aber auch*

zu einer echten Verlusterfahrung und großer Trauer, wenn das Tier eines Tages stirbt. Dafür ein Hilfsangebot zu schaffen, finde ich großartig.“

Sabine B.: *„Ich persönlich habe schon mehrere Hunde verloren im Laufe meines bisherigen Lebens und immer sehr getrauert. Bei meinem ersten Hund jedoch hat es mir wirklich den Boden unter den Füßen weggezogen. Ich denke, das liegt daran, dass ich mit diesem Hund aufgewachsen und erwachsen geworden war. Mit ihm starb, so habe ich es empfunden, auch meine Kindheit. Das hat mich damals echt getroffen, und ich glaube, ich hätte Hilfe dabei gebrauchen können, mit dieser Trauer umzugehen. Nach dem Tod eines Freundes habe ich schon einmal das Glück gehabt, an einer Trauergruppe teilnehmen zu dürfen. Dort habe ich begriffen, dass Trauer total individuell und vielschichtig ist. Es wäre anmaßend, die Trauer anderer Menschen hinsichtlich ihrer Intensität oder Relevanz bewerten zu wollen. Wer trauert, trauert, und wer dabei Hilfe in Anspruch nehmen möchte, sollte auch Hilfe bekommen.“*

Rita K.: *„Ich habe nichts gegen Tiere,*



Hundegrab

wirklich nicht. Als Kind hatte ich jahrelang eine Katze, Mokka, und als sie starb, war ich lange Zeit sehr traurig. Aber wenn ich mir vorstelle, in einer Trauergruppe zu sitzen und meinen verstorbenen Partner zu betrauern, und dann sitzt neben mir eine Person, die um Mieze oder Bello weint ... Das würde ich nicht richtig finden. Sicher kann die Trauer um ein Tier auch schlimm sein, und vielleicht sollte es dafür auch Hilfsangebote geben, aber ich finde nicht, dass man das miteinander in einen Topf werfen kann. Der Verlust eines geliebten Menschen hat doch andere Dimensionen und das sollte ein Hospiz auch würdigen.“

Die Trauer um ein geliebtes Tier verläuft in vielerlei Hinsicht anders als die Trauer um einen geliebten Menschen. Sie ist deswegen aber nicht zwangsläufig weniger intensiv. In dieser Situation ernstgenommen und verstanden zu werden, sowohl

durch andere Tierfreunde in vergleichbarer Situation wie auch durch professionelle Trauerbegleiter*innen, tröstet und hat eine stark entlastende Wirkung.

Wie können wir der definitiv vorhandenen Nachfrage in Sachen Tiertrauer gerecht werden, ohne unsere „klassische Klientel“ – Menschen mit Trauer um einen Menschen – zu verunsichern oder gar abzuschrecken? Ohne spendenwilligen Menschen das Gefühl zu vermitteln, wir würden ihre Spende ungefragt für eine möglicherweise umstrittene Idee einsetzen? Ganz klar: Durch neue, deutlich benannte Angebote mit einer gesonderten Finanzierung.

Das neue Hospiz am Deich, natürlich, nachhaltig und tierfreundlich, scheint uns ein sehr passender Ort für diese ganz speziellen neuen Angebote in Sachen Tiertrauer zu sein.

Immer im Wechsel möchten wir dort jede Woche entweder eine telefonische Tiertrauersprechstunde oder einen Online-Chat zum selben Thema anbieten. Die Gespräche am Beratungstelefon sind auf 30 Minuten begrenzt. Im 90minütigen, moderierten Online-Chat können sich jeweils bis zu zwölf trauernde Tierfreunde austauschen.

Trauerarbeit

Gefühle, schwer wie Stein

In der Trauergruppe im Hamburger Hospiz e.V. erproben die Teilnehmenden einen neuen Umgang mit belastenden Gedanken und Gefühlen. **Martina Petersen**, Journalistin und Trauerbegleiterin (BVT), berichtet von einer Sitzung zum Thema „Belastende Gefühle“.

Die Mitte des Stuhlkreises ist heute mit einem blauen Tuch dekoriert, auf seinen Wellen schippern gefaltete Papierboote in rauer See. Im Zentrum liegt ein Haufen Steine, denn um das Schwere und Belastende im Trauerprozess soll es bei der heutigen Sitzung der moderierten Trauergruppe gehen. Trauerbegleiterin Inge Krause wird die sieben Teilnehmenden durch ihren sechsten Gruppenabend lotsen, und ich darf zum Hospitieren bei der erfahrenen Kollegin an Bord sein.

Nach einer kurzen Atemmeditation gehen die Teilnehmenden auf den Flur und steuern verschiedene „Gefühlsinseln“ an, die die vielfältigen Seelenzustände beim Verlust eines geliebten Menschen wiedergeben. Pappschilder mit Begriffen wie Liebe, Dankbarkeit, Leere, Wut, Verzweiflung und Schuld sind auf dem Boden verteilt und laden die Trauernden zum kurzen Verweilen und Nach-

spüren ein: Inwieweit sind ihnen diese Gefühle im Trauerprozess begegnet, welche Reaktionen lösen sie aus? Im geschützten Raum der mittlerweile vertrauten Runde geben die Trauernden die Erlebnisse auf ihrer Reise wieder, und schnell kristallisieren sich zwei zentrale Themenfelder heraus: Schuld und (fehlende) Dankbarkeit.

Eine junge Frau fragt sich, ob sie ihrem Vater am Lebensende ausreichend zur Seite stand. Hätte sie ihn nicht doch häufiger im Krankenhaus besuchen können? Ein Trauernder fühlt sich auch Jahre nach dem Unfalltod des Freundes durch Schuldgefühle blockiert, auch wenn der Verstand weiß, dass er den anderen nicht hätte retten können. Inge Krause erläutert mögliche Funktionen von Schuld, zum Beispiel, wie sie als irrationaler „Beziehungsklebstoff“ eine enge Verbindung zum Verstorbenen herstellen kann. Die Gruppe bespricht, wie man mit solch schwierigen Gefühlen umgehen könnte. Eine Möglichkeit, die gleich bei mehreren Trauernden Anklang findet: Im Nachhinein durch einen Brief an den Verstorbenen die belastenden Gefühle auszudrücken und über positive Erinnerungen eine neue Art der Verbindung zu ihnen zu gestalten. Außerdem gibt Inge Krause



Dekorierte Raummitte

Anregungen, wie Dankbarkeit auch nach dem Tod zum Ausdruck gebracht werden kann.

Groß ist das Interesse der Teilnehmenden, sich am Ende einen Stein aus dem Haufen als Symbol für die schweren, belastenden Gefühle mitzunehmen. Einige greifen zudem zu einem der leuchtenden Glassteine in Meeresfarben, der für die wertvollen Erinnerungen an den Verstorbenen ste-

hen soll. Es ist faszinierend zu erleben, was uns die Trauernden in der Folgezeit von der heilsamen Arbeit mit ihren Steinen berichten: Da die Gefühle im Außen eine Form gefunden haben, kann man sie bewusst ins Blickfeld nehmen, sie erkunden und mit ihnen sprechen. Man kann sie aber auch beiseitelegen und sich eine Pause von ihnen gönnen. Ohne dass Schuldgefühle im Weg stehen, wird der Blick auf einmal frei für das Helles und Leichte. Erinnerungen können freier fließen. Und die Trauernden erleben es als wohltuend, ein Stück weit die Kontrolle zurückzugewinnen und nicht mehr von belastenden Gefühlen überflutet zu werden. Derzeit liegen ihre Steine im Regal, vielleicht werden sie später einmal im Garten oder in freier Natur ausgesetzt. Oder sie landen eines Tages als überflüssiger Seelenballast im Meer.

Öffentlichkeitsarbeit

Hoffnung im Dialog

- „In guten wie in schlechten Zeiten“, sagt die 84-Jährige und pflegt seit drei Jahren ihren schwerkranken Mann. Geschlafen hat sie schon lange nicht mehr.
- Das zweite Kind ist gerade geboren. Nun stirbt ein Elternteil.

- Zuhause fühlte sie sich immer geborgen. Doch heute löst die Atemnot nur noch Angst aus. Das Alleinsein in der geliebten Wohnung wird zur Bedrohung.
- „Wir waren einander genug ...“ Ein Hinterbliebener ist nach dem Tod seines Partners völlig vereinsamt. Seit

Tagen hat er kein einziges Wort mehr gesprochen.

Solche Schilderungen lösen verständlicherweise Mitgefühl sowie den Wunsch aus, das Beste für Notleidende zu hoffen. Doch manchmal scheint es so, als würde das Leid des anderen die Hoffnung in uns selbst bedrohen. Dann sind auch erfahrene Hospizler*innen vor optimistischen Gedankenblitzen nicht gefeit wie „Vielleicht wendet sich das schwere Schicksal ja doch noch einmal und alles wird wieder gut?“ oder „Es muss einen Trost geben, der groß genug ist, es mit dieser unermesslichen Schwere aufzunehmen...“ oder „Wir finden Wege, die aus der Not herausführen!“

Warum es aber wichtig ist, der Hoffnungslosigkeit am Sterbebett weder mit Optimismus noch mit vorschnellen Hoffnungen zu begegnen, erläuterte **Dr. Frank Schulz-Kindermann** in seinem gehaltvollen digitalen Vortrag am 19.01.2022. Mit freundlicher Genehmigung fasst Angela Reschke den Vortrag zusammen.

Frage: Freude verdoppelt sich bekanntlich, wenn man sie teilt. Warum gilt das nicht für die Hoffnung?

Antwort: „Hoffnung“ beschreibt die persönliche Erwartung eines angestrebten Guten. Das Gute ist aber weder etwas Objektives noch eine ab-



Frank Schulz-Kindermann

solute Größe. Entsprechend ist das Erhoffte sehr individuell.

Frage: Von welcher Hoffnung werden wir im Vortrag hören?

Antwort: Mein Fokus liegt auf einer Hoffnung, die dauerhaft trägt. Sie ist ein Gegenwartsphänomen. Meist richtet sich die Hoffnung auf etwas Zukünftiges. Tritt das konkret Erwartete nicht ein oder ist es aussichtslos, ähnelt diese Form der Hoffnung eher einer Illusion.

Frage: Was bedeutet es für einen Schwersterkrankten, wenn sich seine auf die Zukunft gerichteten Hoffnungen nicht erfüllen?

Antwort: Schreitet die Erkrankung voran, kann sich das in Angst, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit ausdrücken. Genau darin aber möchte sich die Hoffnung, von der ich erzählen will, zeigen.

Frage: Wie können wir diesen verzweifelten Menschen begegnen?

Antwort: Es geht in der Begleitung Verzweifelter darum, in den bangeren Sätzen, die für die Ausweglosigkeit der Lage stehen, einen Schlüssel zur Hoffnung zu erkennen. Daher wäre es nicht empfehlenswert, der Dunkelheit des anderen mit dem eigenen Optimismus oder hoffnungsvollen Glaubenssätzen zu begegnen.

Frage: Wir sollten der Trostlosigkeit nicht ausweichen?

Antwort: Nein. Vielmehr können wir uns ihr zuwenden, sie akzeptieren und ihr unsere ganze Aufmerksamkeit schenken. Offene Fragen wie „Was meinen Sie mit Hoffnungslosigkeit?“ und „Was bedeutet das (Ihre Befürchtung...) für Sie?“, „Wovor genau haben Sie Angst?“ signalisieren unsere ehrliche Bereitschaft, uns auf das Erleben des andern einzulassen.

Frage: Sterbende und Trauernde sollten nicht alleingelassen werden. Hoffnung braucht also Begegnung.

Antwort: In der Wir-Begegnung sowie in einer Begegnung mit sich selbst kann die Betroffene die sein, die sie ist. Dann kann ihre Hoffnung sich als existenzielle Grundhaltung entwickeln und ihren Sinn auch nicht verlieren, wenn es ans Sterben geht.

„Neun Uhr sechzig“ – Ein Gang durch die Ausstellung mit Julia Zeichenkind

Anlässlich der Ausstellungseröffnung von „Neun Uhr sechzig“ hat sich die Künstlerin **Julia Zeichenkind**, von der das Bild „Am Fischmarkt um zehn“ zu sehen war, die Ausstellung, das Ambiente und die Menschen angeschaut. Einige ihrer Eindrücke hat sie in einer Reportage festgehalten, die in voller Länge auf ihrer Website www.steadyhq.com/de/zeichenkind zu finden ist.

Ist es schon zehn oder noch nicht? Beim Wort „Neun Uhr sechzig“ fällt mir sofort der Song „should I stay or should I go“ ein. Diese Wortkreation wurde von dem Team des Hamburger Hospizes gebildet. Die Gruppe der Ehrenamtlichen kümmert sich um die alljährliche Kunstauktion, die jedes Mal mit einem neuen Thema



eröffnet wird.

Vor vier Jahren wurde ich auf einer Stadtteilausstellung in St. Pauli von einer Mitarbeiterin des Hamburger Hospizes eingeladen, ein Bild für die Benefizauktion zu spenden. Erst letztes Jahr habe ich es dann endlich geschafft, mich darum zu kümmern und jetzt bin ich total scharf darauf, es jedes Jahr zu wiederholen. Selten habe ich so viel Wertschätzung und Dankbarkeit für meine Arbeit erhalten.



Bei der Eröffnungsrede wurden viele Künstler:innen und ihre Arbeiten persönlich vorgestellt. Der diesjährige Titel „Neun Uhr sechzig“ hat wohl viele unterschiedliche Emotionen ausgelöst: von anfänglicher Ablehnung bis zu totaler Begeisterung. Es gab spirituelle, ironische oder auch wörtliche Interpretationen. Wir haben einige Geschichten zu den Bil-

dern erfahren und wie wichtig Spenden für das Hospiz sind.



Ich selbst habe das Thema ziemlich wörtlich genommen und habe eine Reportage-Zeichnung vom Fischmarkt um zehn Uhr gespendet. Meine Reaktion auf den Titel war recht mathematischer Natur. 9:60 Uhr klingt irgendwie falsch, aber trotzdem ist es richtig. Es erinnerte mich an kleine Tricks in der Mathe-



matik. Wenn eine Zahl nicht das tut, was sie sollte, ersetzt man sie durch eine Kombination aus anderen Zahlen, die das Gleiche ergeben und schon geht die Gleichung auf. Auch „Wunschdenken“ funktioniert so, nicht wahr? ;)

Nach der Ansprache schlenderte ich durch die Ausstellung, unterhielt mich mit Organisatorinnen und Künstlerinnen und zeichnete.



Aus irgendeinem Grund entschied ich mich für schlichte „Bleistiftzeichnungen“ mit dünnen Linien und wenig Farbe. Ich finde es generell schwierig, auf Ausstellungen zu zeichnen. Denn es sind ja schon Bilder im Bild. Die Stimmung der Bilder wiederzugeben ist sehr kompliziert.

Es gab nicht nur gemalte und gezeichnete Werke. Kollagen, Installationen, Fotografien und sogar zwei Stoffarbeiten waren mit dabei.



Und das ist mein Bild:

»Am Fischmarkt um zehn«

Wasserfarbe und Tusche auf Papier
Größe ungerahmt: 24 x 18 cm

Am Ende schien der Fischmarkt aufzuwachen. Das gemäßigte Treiben der Touristen wechselte in ein unruhiges Hasten und lautes Anpreisen der letzten Angebote. Kneipen- und Klubgänger hofften noch auf das letzte Fischbrötchen und einen Kaffee. Es war laut und chaotisch. Pünktlich um 9:31 Uhr ertönte es aus den Lautsprechern, dass die Marktzeit um neunuhdreissig zu Ende war und die Marktbesucher ihre Stände abbauen sollten. Kurz vor zehn lauterten noch überall Schnäppchenjäger und Möwen, um die Reste zu ergattern.

Mir fehlt dieses Treiben sehr, denn seit über einem Jahr schweigen die Marktverkäufer und die Lautsprecher.

Wir danken

Abschied vom Schatzmeister Gerhard Renner: Wir sagen Danke!

Nach 4 Jahren Schatzmeistertätigkeit verabschieden wir unseren Kollegen im Vorstand des Hamburger Hospiz e. V., Gerhard Renner. In dieser Zeit hat er ganz besonders die finanzielle Situation des Vereins immer professionell, an jeder Stelle sachkundig und integer vertreten und sich entsprechenden Respekt erworben, wo immer er aufgetreten ist.



Gerhard Renner

Herr Renner hat sich ganz besonders verdient gemacht im Zusammenhang mit dem Anbau und der Grundrenovierung des Hamburger Hospizes im Helenenstift in den Jahren 2020 und 2021. Er hat in seiner Eigenschaft als Schatzmeister dafür gesorgt, dass wir finanziell in der Spur geblieben sind und auch die schwie-

rigen Zeiten der Corona-Pandemie mit erheblichen Einschränkungen und daraus resultierenden Reduzierungen in der Belegung des Altonaer Hospizes überstanden haben.

In der Vorbereitung und Begleitung unseres aktuellen Projektes, des Hamburger Hospizes am Deich, war Gerhard Renner ein unverzichtbarer Partner in der Projektentwicklung.

Wir danken ihm von ganzem Herzen für die stets respektvolle und kollegiale Zusammenarbeit und sind sehr froh darüber, dass er sich bereiterklärt hat, im zukünftigen Stiftungsrat der Stiftung Hamburger Hospiz mitzuwirken. Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit im neuen Rahmen.

Von Elke Huster-Nowack und Uwe Grund (Vorstand des Hamburger Hospiz e. V.)

Auch ich möchte mich sehr herzlich bei Gerhard Renner für die gute Zusammenarbeit bedanken. Vor allem in schwierigen Phasen habe ich ihn immer hilfsbereit und zupackend erlebt, auf eine Weise, die mir nicht nur ganz viel Wissen vermittelt hat, sondern vor allem Sicherheit. Auch wenn aus seiner ehrenamtlichen Tätigkeit zeitweise fast eine Vollbeschäf-

tigung wurde, hat er sich immer die Zeit genommen, mich in meinen Anliegen zu unterstützen. Eine perfekte sichere Bank im Hintergrund – das ist unbezahlbar. Vielen Dank, lieber Herr Renner, und alles Gute für die Zukunft!

Von Silke Grau, Hospizleitung

Anteilnahme und Verbundenheit: Die Geschichte einer großzügigen Kranzspende

Martin Lieb erzählt: *Seit einigen Jahren bin ich als ehrenamtlicher Sterbegleiter mit viel Freude und Hingabe für den Hamburger Hospiz e.V. tätig. Mein Ehrenamt erfüllt mich mit Dankbarkeit und Respekt.*

Antje Montag lernte ich vor knapp zwanzig Jahren kennen. Seither durfte ich als Gesundheitscoach ihren Weg zu einer bundesweit anerkannten Topexpertin für Finanzinvestments begleiten, wir trafen uns ein- bis zweimal die Woche zu einem Training. Von ihr lernte ich, dass es kein Widerspruch ist, aufrecht und mit starken Werten durchs Leben zu gehen und trotzdem sehr erfolgreich im Business zu werden.

Im Laufe der Jahre entwickelten sich ein enges Vertrauensverhältnis und echte Freundschaft. Ich erlebte Antje immer sehr fokussiert. So verfolgte sie konsequent den Plan, bis

zu ihrem 55. Lebensjahr ein erfolgreiches Unternehmen aufzubauen und dann gewinnbringend zu veräußern, um sich ein Leben mit mehr Unabhängigkeit und Freiraum gestalten zu können. Die wenige Freizeit, die sie sich erlaubte, widmete sie größtenteils dem Reitsport.



Beatrice Bleß-Lieb, Antje Montag, Martin Lieb

Wenn meine Frau Beatrice und ich uns mit ihr trafen, kam die Unterschiedlichkeit unserer „Lebenswelten“ häufig zum Ausdruck. So fasziniert wir zum Beispiel von ihren Polo-Ereignissen waren, so beeindruckt war sie von unserem Engagement für das Hospiz und hielt es definitiv für unterstützungswürdig.

Bei unserem letzten Treffen erlebten wir einen wunderschönen Sonnenuntergang in Övelgönne mit viel Zeit zum Austausch. Antje war kurz vor der Realisierung ihres Lebenstraumes. Ende des Monats stand ihr 55.

Geburtstag an, und ihr Plan schien aufzugehen: sie wollte ihr Unternehmen verkaufen, ihrem Leben nochmal eine entscheidende Weichenstellung geben und Dinge „nachholen“, auf die sie viele Jahre verzichtet hatte.

Am Tag darauf fand das Endspiel eines Poloturniers in Hamburg-Klein Flottbek statt. Bei einem Torlauf geriet Antjes Pferd ohne Fremdeinwirkung ins Stolpern. Aufgrund des hohen Tempos überschlug es sich mehrfach. Antje hatte keine Chance – sie erlag in der folgenden Nacht ihren schweren Verletzungen.

Dieses tragische Unglück berührt mich sehr und macht mich fassungslos. Was bedeutet das? Ist es wichtig, seine Lebensträume jetzt zu leben und nicht auf später zu verschieben?

Das persönliche Umfeld von Antje ist tief erschüttert. Was in dieser schweren Zeit hilft, ist die enorm große Anzahl von Menschen, die ihr tiefstes Mitgefühl zum Ausdruck bringen. Das haben sehr viele auch mit einer großzügigen Kranzspende zugunsten des Hamburger Hospiz e. V. getan. Dies hatten wir Antjes Familie empfohlen, weil es sicherlich in ihrem Sinne gewesen wäre.

Gute Idee

Eine richtig gute Idee hatte Susanne Bosse, Mitarbeiterin im endokrinologikum Hamburg. Frau Bosse hatte eine Freundin in deren letzter Lebenszeit im Hamburger Hospiz im Helenenstift begleitet und dabei erfahren, dass bei uns vieles „gegen Spende“ angeboten wird. Das inspirierte sie, und seit einigen Wochen werden in der Praxis FFP2-Masken für die Patient*innen, die keine eigene Maske mitbringen, gegen eine Spende zugunsten des Hamburger Hospiz e. V. angeboten. Das funktioniert: Schon mehrmals musste die Dose ausgetauscht werden, weil sie voll war. Wir sagen: Herzlichen Dank!



Dank an uns

Stationär

Liebes Team des Hamburger Hospizes, „alles Liebe“ ist das, was einen umfängt, sobald man die Schwelle Ihres Hauses übertritt.

Meine Tante Ingrid hat bei Ihnen ihre letzten Tage verbracht. Die Fürsorge, Aufmerksamkeit und Zuwendung, die hochprofessionelle Pflege und Versorgung, das tägliche Festmahl und das abendliche Glas Wein, haben ihr nochmal viele lebenswerte Wochen voll froher Momente und liebevoller Begegnungen geschenkt.

Das haben Sie als Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieses Hauses möglich gemacht.

Dafür möchte ich Ihnen im Namen von Ingrid, unserer Familie und ihrer Freundinnen und Freunde von Herzen danken.

Oder um es mit den Worten ih-



rer engsten Freundin zu sagen: „Es ist ein gutes Gefühl, Ingrid von Menschen umgeben zu wissen, die verstehen, dass es einen Unterschied macht, ob sie abends ein Glas Wasser oder ein Glas Rosé angeboten bekommt.“

In diesem Sinne ganz herzlich, G.H.

Liebes Hospizteam, es ist der erste Todestag meiner Mutter. Und es ist, als ob es gestern war ...

*Trotz dieses schweren Schicksals hatte sie das Glück, von einem großartigen und berufsliebenden Team umgeben zu sein. Das hat ihr Kraft gegeben. Ein halbes Jahr habt ihr Hospizler*innen sie täglich begleitet. Eine besonders lange Zeit, für einen ganz besonderen Menschen.*

Ich möchte mich von Herzen bei jeder/m einzelnen Pfleger/in und Ärzt/in bedanken – für jedes offene Ohr, jedes Herumalbern und jede tatkräftige Unterstützung – auch bei dem lieben Koch, der meiner Mutter sehr viele Wünsche erfüllt hat. Und auch bei der Geschäftsführung, die es in der Pandemie sicher auch nicht immer leicht hat.

Ich bin froh, dass meine Mutter in guten Händen war und ich sie bis zum Ende begleiten konnte. Ich erinnere mich gern zurück und immer wieder

auch daran, dass Kleinigkeiten wie ein nächtliches Salz-Karamell-Eis das Leben so leicht so viel schöner machen. Danke. L. Sch.

Liebes Team des Helenen-Hospiz!

Auf diesem Wege bedanke ich mich ganz herzlich bei Ihnen für die liebevolle Pflege und Unterstützung bis zum heutigen Tage meiner Entlassung. Es war eine schwere Zeit für mich. Am Anfang wollte ich gar nicht her, jetzt fällt mir der Abschied schwer. Dank Ihrer Hilfe und gutem Zuspruch schaffe ich den Sprung wieder ins Leben zurück. Also nochmals danke, danke, danke. Aus diesem Grunde wünsche ich Ihnen alles Liebe und Gute für die Zukunft. Ihr dankbarer J.J.

Trauer in Form und Farbe

Im Dezember 21 jährte sich der fünfte Todestag meines Partners. Obwohl ich mit meinen fast 74 Jahren inzwischen wieder meinen Platz im Leben gefunden habe, nahm ich am 11. Dezember 2021 bereits zum zweiten Mal am Workshop „Trauer in Form und Farbe“ teil.

Für die Möglichkeit dazu bedanke ich mich herzlich. Anderen Betroffenen möchte ich Mut machen, ebenfalls teilzunehmen. Was mir besonders gutgetan hat: Die Trauerbe-



gleiterin Wiebke Joschko führt sehr behutsam an die Aufgaben heran, die Gruppengröße ist mit 8 Teilnehmern überschaubar und die Gespräche über die entstandenen Bilder werden wertungsfrei geführt. Es geht hier nicht um das „druckreife Werk“, sondern um den Ausdruck des sehr individuellen Trauerprozesses und um die Verdeutlichung des eigenen Weges. Und das tut meiner Seele immer wieder gut. D. M.



Veranstaltungen

Zu allen unseren Veranstaltungen finden Sie nähere Angaben unter:
www.hamburger-hospiz.de

20.06.2022 18:00 - 19:30	Informationsabend für Trauernde Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
17.08.2022 18:00 - 20:00	Einführung ins Thema und Märchenabend Märchen für harte Kerle, die den Tod nicht scheuen – Erzählabend, nicht nur für Männer
21.09.2022 18:00 - 20:00	Vortrag - Fragen willkommen! Covid und die Trauer der Kinder
09.10.2022 10:00 - 18:00	Besucherinnen und Besucher willkommen Tag der offenen Tür
24.10.2022 18:00 - 19:30	Informationsabend für Trauernde Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
29.10.2022 09:30 - 16:30	Tagesseminar für Hinterbliebene Trauer in Form und Farbe
16.11.2022 18:00 - 20:00	Lesung und Diskussion mit Marc Frangipane „Loslassen“
03.12.2022 09:30 - 16:30	Tagesseminar für Hinterbliebene Trauer in Form und Farbe
07.06.2023 18:00 - 20:00	Vortrag – Fragen erwünscht! ,Innere Bilder am Lebensende‘ – Das Bilderleben in Todesnähe und seine Bedeutungen

Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir erbitten eine Spende.

Anmeldung: E-mail: veranstaltungen@hamburger-hospiz.de

Die Anmeldung ist ab dem 1. Tag des Vormonates möglich.