



HAMBURGER
HOSPIZ | Lebenswerte Zeiten

Hospizkultur

Ausgabe 16

Oktober 2020



Inhalt

Auf ein Wort	3
Kai Puhlmann zum Stand der (Um)Bauarbeiten	
Wir stellen vor	4
Angehörige	
Einblicke	8
Hospizarbeit in Zeiten von Corona	
Ambulanter Lockdown	
Eine große Verantwortung	
Ehrenamtliche Besuche im Hospiz	
Gewagte Trauertelefonie	
Bildungsarbeit: Von analog zu digital	
Begleitungen und Gäste	18
Eine, die die Chancen ergreift	
Absichtslosigkeit	
Zuwendung	
Willkommen	22
Herzlich willkommen im Ehrenamt	
Haus und Hof	23
Bautagebuch	
Auf den Hund gekommen	
Supervision unter freiem Himmel	
Denkanstoß	29
Gibt es Gründe das Alter zu loben?	
Trauerarbeit	34
Männernut	
Öffentlichkeitsarbeit	35
Radio machen	
Open Air	
Wir danken	36
Verbundenheit über den Tod hinaus	
Facebook-Spendenaktion	
Dank an uns	38
Veranstaltungshinweise	40

Impressum

Redaktion:

Angela Reschke

Fotos:

Sebastian Engels, Angela Reschke u.a.,
Foto S. 38: Susanne Jutzeler/pixabay.com

Zeichnungen (S. 5-7):

Jai Wanigesinghe
<http://www.jaiwanigesinghe.net>

Kalligrafien (S. 29-33):

Annette Buhmann
kalligrafie-von-annette.jimdosite.com

Adresse:

Hamburger Hospiz e.V.
Helenenstraße 12
22765 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040-389075-205
Fax: 040-389075-133
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

Gestaltung:

Burkard Meyendriesch

Realisierung:

Werner Justen

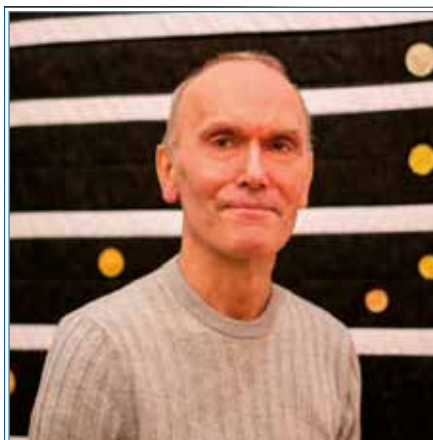
Auf ein Wort

Liebe Leserinnen und Leser,

die 1. Etappe unseres Projekts „Mehr Raum für lebenswerte Zeiten“ ist erreicht: Mit zwei kleinen Feiern haben wir die Einweihung des Anbaus begehen können. Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen, Spender*innen und Vereinsmitglieder waren eingeladen, die neuen Räumlichkeiten zu besichtigen. Alle waren beeindruckt von der Größe und Helligkeit der Räume, haben sich für die zukünftigen Gäste gefreut über die neuen Terrassen und Balkone, und der frisch angelegte Garten wurde bewundert. Gelobt wurde auch, dass die Mitarbeiter*innen einen neuen, großen Pausenraum mit Terrasse bekommen.

Nun können wir das Hospiz als Ort der Begegnung noch erlebbarer machen: Viele Angehörige und Freunde, Kinder und Enkel besuchen die Hospizgäste und finden mehr Platz – der räumliche Bedarf für Begegnungen am Lebensende ist seit der Eröffnung des stationären Hospizes 2001 deutlich gestiegen.

Aufregende Monate liegen hinter uns mit manchen Überraschungen: Nach der Aushebung der Baugrube zeigte sich ein Fundament unerklärlicher Herkunft, das beseitigt wer-



Kai Puhlmann, Geschäftsführung

den musste, ein umsturzgefährdeter Baukran drohte als „Schiefer Turm von Altona“ in die Bauhistorie einzugehen, und die neue Schwesternrufanlage wollte partout nicht mit der bestehenden Anlage harmonieren.

Zu den aufregenden Erfahrungen gehört aber auch die große Spendenbereitschaft, die wir erleben. Die Entwicklung unserer Spenden können Sie unter www.lebenswertezeiten.de nachlesen. Hier finden Sie auch ein kleines Bautagebuch.

Nach der erfolgreich abgeschlossenen Etappe 1 hat nun Etappe 2 begonnen: Der Umbau im Bestand. Die Zimmer werden vergrößert und alle mit einem eigenen Bad ausgestattet. Auch der Ambulante Hospizberatungsdienst darf sich freuen. Er be-

kommt ein zweites Büro, sodass wir demnächst eine weitere Stelle in der Koordination einrichten können.

Wieder gibt es erste Überraschungen: Beim Öffnen von Wänden zeigten sich marode Leitungen und unsachgemäß eingebaute Trockenwandkonstruktionen, die nun erneuert werden müssen. Das bringt leider auch unseren Zeitplan durcheinander. Und wie es so ist bei großen Bauvorhaben, führen diese Überraschungen zum Überschreiten des kalkulierten Kostenrahmens. Dies auch, weil wir für einige Monate nicht alle Zimmer belegen können.

Mit der Fertigstellung der Arbeiten rechnen wir zum Ende des 1. Quartals 2021. Damit ist Etappe 2 abgeschlossen – der Umbau des linken Flügels im Bestand. Wenn auch Etappe 3 beendet ist, wird wieder gefeiert. Wir hoffen, die Lage lässt es dann zu, Sie alle einzuladen.

Wir stellen vor

Angehörige

Hospiz richtet sich an Angehörige. Denn Angehörige tödlich erkrankter Menschen müssen weiterleben, zunächst mit allen Umständen, die die Diagnose eines nahen Menschen mit sich bringt, später mit seinem Tod. Nahezu 50 % der von uns ambulant Begleiteten sind Angehörige. Zudem gilt ein Großteil der Aufmerksamkeit und Zeit im stationären Hospiz ebenfalls ihnen. Und selbstverständlich ist die Trauerarbeit fester Bestandteil unserer Hospizarbeit. Was aber bewegt begleitende, pflegende, abschiednehmende Angehörige? Und was erleben sie als hilfreich?

Der außenstehende Blick mag vermuten lassen, dass Angehörige in erster Linie Betroffene sind. Doch wenn ich an begleitende Angehörige denke, fällt mir zunächst ein, dass sie ihre Betroffenheit und Bedürfnisse nicht selten und in erstaunlicher Weise zu Gunsten des Erkrankten zurückstellen und mit einer bemerkenswerten Rollenvielfalt zurechtkommen.

Angehörige sind oft eine Quelle von Liebe, Kraft und Halt für den, der Abschied vom Leben nehmen muss. Dieser Bedeutung sind sie sich bewusst, und viele möchten ihren Nächsten nicht dadurch belasten oder verunsichern, dass sie sich schwach und bedürftig zeigen. Zu-



dem wollen sie in der nun begrenzten kostbaren Zeit so viel Liebe und Aufmerksamkeit anbieten, wie es nur möglich ist. Schließlich nutzen sie mit ihrer Hingabe eine Möglichkeit, dem schweren Schicksal und der Ohnmacht etwas entgegenzusetzen.

Die meisten Angehörigen entdecken in dieser Zeit Fähigkeiten, Krisen zu managen und Schweres auszuhalten. Außerdem eignen sich Angehörige eine Vielfalt an neuen Kompetenzen an. So wachsen sie oft weit über sich selbst hinaus.

Angehörige werden zu Experten, die Wesentliches über die Krankheit und die Behandlung, aber auch das Leben und Sterben ihres schwererkrankten Angehörigen mitteilen können. Parallel zum eigenen Leben übernehmen sie nicht selten noch die Aufgaben des anderen, regeln seine Termine und sonstige An-

gelegenheiten und entwickeln sich so zu versierten Managern. Gerade bei schweren Krankheitsverläufen mit großer Abhängigkeit von professionellen Helfern und Kostenträgern lernen Angehörige schnell, sich für den anderen „stark zu machen“. So werden sie zu Fürsprechern und Anwälten Ärzten, Pflegenden und Krankenkassen gegenüber. Und natürlich gibt es noch das schlichte Kundenverhältnis, das die Angehörigen veranlasst sich zu informieren, im Sinne des anderen eine Auswahl zu treffen und Angebote, Abläufe und Rechnungen zu prüfen.



Was bedeutet das für Verwandte, Bekannte, Nachbarn und Kolleg*innen, die sich taktvoll und feinfühlig einbringen wollen, sei es mit einer Frage nach dem Befinden, sei es mit dem Angebot, helfen zu wollen?

Und was bedeutet das für eh-



renamtlich und professionell Helfende, die Angehörige begleiten und unterstützen wollen?

Zum einen gilt es Angehörige mit dem bereits Geleisteten wertzuschätzen, sie als Experten anzusprechen. Auch hochkompetente Hilfwillige sollten sich außerhalb von einer Notfallversorgung daher nicht als Retter oder Manager anbieten. Vielmehr sollten sie sich mit ihrem Einsatz als erweitertes Team ansehen und sich als solches betrachten lassen. Dies gilt gerade für den Fall, dass Meinungen und Herangehensweisen auseinanderfallen. Denn Begleiter bewegen sich als Gäste im Leben des Sterbenden und der Angehörigen. Dabei berühren sie zwangsläufig deren Privat- oder sogar Intimsphäre. Wird bei der Ansprache dieser Aspekt empathisch bedacht, so stärkt das beidseitig die Fähigkeit

aufeinander einzugehen.

Zum anderen bedeutet es im Blick zu behalten, dass sie ihre Betroffenheit und Bedürfnisse oftmals „nur hintenangestellt“ haben und meist schon weit über ihre Kraft hinaus tätig sind. Auch wenn ihre Stärke deutlich in Erscheinung tritt, brauchen sie Aufmerksamkeit, Fürsorge und Mitgefühl.

Schließlich brauchen Angehörige auch den liebevollen Blick auf sich selbst: Es ist mehr als verständlich, wenn Emotionen „in schwachen Momenten“ mal überraschend durchbrechen. Und es ist verzeihlich, sollten sich Sorge, Trauer und Angst schleichend anhäufen und schließlich in sachfremden Themen ausdrücken.

Manches, wie eine (scheinbar) ungerechtfertigte Kritik oder eine rigide wirkende Anweisung kann von



Helfenden in der dahinterliegenden, also wahren Bedeutung verstanden werden. Ist das Verhalten eines Angehörigen nicht verständlich, kann die Klärung mit der Frage beginnen: „Wem begegne ich gerade? Aus welcher Rolle heraus spricht mich der Angehörige an? Vor welchem Hintergrund kann ich unseren aktuellen Kontakt verstehen?“

Für diese Klarheit braucht es intensives Zuhören und ein umfassendes und empathisches Verständnis davon, was Angehörige durchleben und bewältigen müssen.

Die Erkenntnis, dass für Angehörige alles neu ist, vertieft dieses Verstehen. Es ist immer das erste Mal, dass sie diesen einen Menschen begleiten und voraussichtlich an den Tod verlieren werden. Sie ringen darum, das Geschehen nicht nur kognitiv, sondern insbesondere emotional zu erfassen. Verständlicherweise sind Angehörige daher oftmals verunsichert und sensibel. Auch ist ihr Mitteilungsbedürfnis zuweilen dringlich, denn es ist eine Überlebensstrategie erzählen zu dürfen und dadurch sich selbst und die brüchig gewordene Welt verstehen zu können.

Nicht zuletzt müssen begleitende Angehörige natürlich nicht nur das Leben im Abschied bewältigen. Vielmehr sind sie weiterhin gleich-



zeitig mit allem befasst, was zur Bewältigung ihres alltäglichen Lebens gehört.

Wie Angehörige auf aktuelle Ereignisse reagieren werden, was ihnen helfen wird und wie sie Entscheidungen treffen, können sie nur Schritt für Schritt erkunden. Dabei sind sie auf Wertschätzung, verständnisvolle Gesten und ein offenes Ohr angewiesen. All das ist mehr als bedeutungsvoll!

Illustrationen von Jai Wanigesinghe

Grenzen

*Unserem offenen Leben,
der gefühlten Unsterblichkeit,
zeigen sich plötzlich Grenzen,
und zwar ziemlich nah!*

*Zeit und Raum
ziehen sich zusammen
zu einem sehr*

*überschaubaren Mikrokosmos.
Alles so eng auf einmal
In diesem Kokon!*

*Bewegungsradius: Klo in der Nähe!
Direkte Kontakte: medizinisches Personal!
Zeitliche Perspektive: wie lange noch?
Geruch der Beschränkung
und Endlichkeit
in allen drei Dimensionen.
Aber siehe da:*

*Je mehr die äußeren Grenzen
uns einengen,
umso klarer öffnet sich
die vierte Dimension,
dieser Raum ohne Grenzen,
umso weiter
wird es innen,
umso reicher
unsere gemeinsame Erfahrung.*

(Roswitha Mehling, 2020, Angehörige)

Einblicke

Hospiz in Zeiten mit Corona

Covid19 hat unser Leben mit all seinen „Selbstverständlichkeiten“ auf den Kopf gestellt. Undenkbares war plötzlich möglich. Flugzeuge standen still, Homeoffice und Videokonferenzen galten als neue Normalität, heimatnahe Urlaubsziele und Körperhygiene erlebten einen Boom.

Schockiert erlebten wir aber auch, wie fragil grundlegende Sicherheiten waren. Menschen, selbst Bestfriends, begegneten einander wochen- und monatelang auf Distanz, Kindergärten und Schulen blieben geschlossen, Toilettenpapier und Hefewürfel wurden zur heißbegehrten Mangelware und viele Branchen erlebten schwere Einbrüche bis hin zum wirtschaftlichen Ruin.

Auch unsere Arbeit fußt auf unumstößlichen Überzeugungen, was geht (nahezu alles), was nicht geht (Beisammensein nicht zu ermöglichen) und was absolut sein muss (ehrenamtliche Begleitung als mitmenschliche Unterstützung anzubieten).

Überzeugungen, die nicht in Frage gestellt werden. Doch wie fundamental sind unsere dahinterliegenden Werte wirklich? Was war im Angesicht von Corona möglich, was stellte sich letztlich als verhandelbar oder Nice to have-Beigabe der Hospizarbeit heraus? An welchen Stellen durfte die Hospizarbeit sogar wachsen und an welchen Stellen welkte sie angesichts der übermächtigen Herausforderungen dahin?

Die Antworten hierauf sind nicht nur vielfältig, sondern auch vorläufig. Eines ist jedenfalls klar: Corona ist ein unerbittlicher Prüfstein für die Zuwendung, die wir Schutzbedürftigen zukommen lassen wollen, immer, mitmenschlich und an jedem Ort!

Ambulanter Lockdown

Seit 2009 wirkt die Psychologin Cordula Reifegerste als Hospizkoordinatorin im ambulanten Hospizberatungsdienst mit. Hier berät und begleitet sie Sterbende und Angehörige. Zudem schult sie ehrenamtliche Hospizler*innen.

Blicke ich auf die „akute Corona-Zeit“ zurück, bleibt in mir vorrangig das Gefühl, dass ich mich des sinngebenden Wesens, der Essenz meiner Tätigkeit im Ambulanten Hospizberatungsdienst beraubt gefühlt habe. Besteht dieses Wesen doch zuallererst in der haltgebenden-mitmenschlichen Begegnung, die virtuell kaum gelingen kann.

In erster Linie denke ich an die Haus- und Krankenhausbesuche bei denen, die am Lebensende angekommen sind und an Abschied nehmende Angehörige. Beide ringen darum, das Unvermeidliche zu begreifen und zu bewältigen. Die Brücke dahin ist oftmals eine mitmenschliche Begegnung, die allen Schmerz aushält, eine



Selbstgenähter Mundschutz – vielen Dank!

Begegnung mit einer ehrenamtlichen Hospizlerin oder einem ehrenamtlichen Hospizler, in der alles sein darf.

*Beraubt zudem der Möglichkeit, diesen Ehrenamtlichen persönlich in der Supervision zu begegnen und so an ihren Begleitungen teilzuhaben und einander zu stärken. Weggefallen auch die Möglichkeit, die Offenheit der Ehrenamtsanwärter*innen im Qualifizierungskurs zu erleben und ihr großes Interesse zu fördern und unterstützen zu dürfen.*

Und nicht zuletzt fehlte mir der regelmäßige Austausch mit Netzwerkpartnern, wie mit Akteuren aus dem ambulanten Palliativ-Team, der Palliativstation, den Pflegeheimen.

Und einmal mehr habe ich gerade im Vermissen all dieser Begegnungen den großen Wert und die fundamentale Bedeutung für unser gemeinsa-

mes Anliegen gespürt. Ist es doch gerade dem Zusammenwirken all der im Hospiz- und Palliativbereich Tätigen geschuldet, dass Menschen im Abschiednehmen ganzheitlich gesehen werden, sich aufgehoben und nicht alleingelassen fühlen. Das heißt, gut pflegerisch-medizinisch versorgt und mitmenschlich begleitet.

Und so beschleicht mich immer wieder die Frage, warum in notwendig gewordenen Kontaktbegrenzungen gerade der mitmenschliche Kontakt der sein sollte, auf den am ehesten zu verzichten sei. Ist die Begleitung, die frei ist von professionellen Zielen, nicht schon per Definition Teil einer palliativen Versorgung, die wir alle fest in unseren Leitlinien verankert haben? Und warum ist das eine unentbehrlich, das andere aber schon?

Und so gehen meine Gedanken oft zu all den isolierten Menschen in den Pflegeheimen und in den Krankenhäusern, die wohl am deutlichsten unter den langen Kontaktverböten zu leiden hatten und immer noch zu leiden haben. Aber auch zu den Erkrankten und Angehörigen zu Hause, denen die ehrenamtliche Begleitung vor Corona so viel Lebenswertes geschenkt hat. Wie mag es all denen ohne diese zugewandten mitmenschlichen Kontakte ergangen

sein? Und möchte ich selbst irgendwann wirklich professionell gut versorgt aber allein sterben?

Ich möchte nicht missverstanden werden. Die pflegerisch-medizinische palliative Versorgung ist von unschätzbarem Wert. Und sie geht von mitmenschlich hoch engagierten Fachkräften aus. Und ich weiß auch um die Nöte all jener, die in diesen unberechenbaren Zeiten schwere Entscheidungen treffen mussten in der gesellschaftlichen Verantwortung zur Infektionsbekämpfung und der Fürsorgepflicht für ihre Mitarbeiter*innen, ihren Institutionen und für die ihnen anvertrauten Menschen.

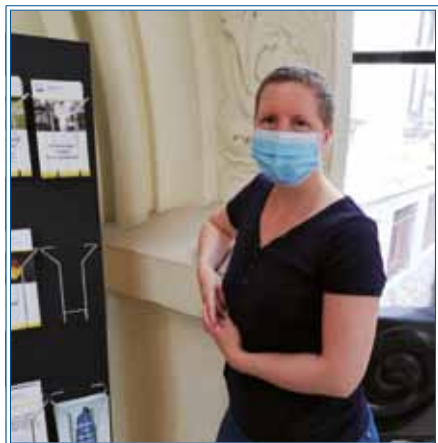
Und dennoch sollten elementar gewordene Werte im Umgang mit sterbenden Menschen auch in ungewöhnlichen Zeiten in der Diskussion und am Wirken bleiben.

Eine große Verantwortung schwingt immer mit

Yvette Hinrichsen arbeitet seit zwei Jahren als Pflegefachkraft im Hamburger Hospiz. Sie ist zweifache Mutter.

Als Corona zum Lockdown führte, habe ich das zunächst unterschätzt. Ich dachte, bald kehren wir zur Normalität zurück. Nun gehören Masken, Abstandsgebote, Besuchsbeschränkungen zum Alltag.

Aber ich stelle die Regeln nicht in Frage. Im Gegenteil: Ich finde, dass viele Maßnahmen zu spät kamen und zu lasch waren. Natürlich schwitze ich unter der Maske. Das ist blöd. Aber ich akzeptiere das.



Yvette Hinrichsen

Für meine Hospizarbeit allerdings ist die Maske fatal. Es geht hier ganz wesentlich um die Botschaften, die unter den Worten liegen: Ich bleibe an deiner Seite, egal, wie schlimm es kommt. Ich bin für dich da. All das muss gar nicht ausgesprochen, sondern transportiert werden. Und dafür brauchen wir die Mimik.

Und natürlich brauche ich ein Gefühl dafür, wie es dem Gast geht. Nun blicke ich in die Augenpartie und versuche diese intensiv zu lesen. Ich frage jetzt viel nach „Wie geht es Ihnen?“ um mich zu versichern, ob ich den

Ausdruck richtig verstanden habe.

Aber die Freiheit, beim ersten Kennenlernen unseren Gästen ein kurzes sichtbares Lächeln zu schenken, nehme ich mir, natürlich mit dem nötigen Abstand!

Ja, der Virus gibt uns eine neue Distanz vor. Dabei ist es gerade Nähe, die in der Begleitung so wichtig ist. Zum Beispiel wenden sich Angehörige oft an die Pflegenden, um Fragen und damit auch Trauer und Verunsicherung auszudrücken. Vielen tut es einfach gut, von uns in den Arm genommen zu werden oder dass wir ihre Hand halten. Auch ich kann meine Gefühle nicht immer über meinen Körper ausdrücken, zum Beispiel wenn Dankbarkeit im Raum ist. Allseitige Dankbarkeit spielt in unserem Beruf ja eine große Rolle.

Die Gäste klagen nicht so sehr über diese Regeln. Sie sind sterbenskrank und haben mit sich zu tun. Das ist ja nachvollziehbar. Genauso nachvollziehbar ist es, dass Corona für die Angehörigen angesichts ihrer dramatischen Lebensveränderung zweitrangig ist. Manchen fällt es daher schwer, sich an die Vorgaben zu halten.

Auch beobachte ich, dass Angehörige oft hin- und hergerissen sind zwischen dem Wunsch, ihren Nahestehenden zu sehen, und der Sorge, sie könnten Virusträger sein und seine Si-

tuation verschlimmern. Da schwingt latent oft ein schlechtes Gewissen mit.

Eigentlich ist Hospiz ja pure Gastfreundschaft. Daher widerspricht die siebentägige Zimmer-Quarantäne nach Einzug unserer Willkommenskultur. Hier igeln sich auch viele Gäste ein. Manchmal ist es danach nicht einfach, sie und ihre Angehörigen zu motivieren, dass sie rauskommen und Kontakte knüpfen.

Sehr schade ist auch, dass die ehrenamtliche Begleitung unserer Gäste fast zum Erliegen kam. Diese Besuche sind so wichtig. Die Ehrenamtlichen lassen sich ausschließlich auf einen Gast ein. Wir haben ja nicht immer Zeit zum Beispiel in die Biografie des Gastes tief einzusteigen. Da entsteht oft eine ganz besondere Verbindung. Und ohne diese Besuche vereinsamt du, wenn du keine Angehörigen hast!

Das Tragischste, was ich erlebt habe, war eine Bewohnerin, die annahm, wir trügen die Masken, um dem üblen Geruch ihres Tumors zu entgehen. Sie war vom Typ her sowie so schon eine zurückgezogene Frau. Ihre Reaktion war nun, dass sie bis zu ihrem Tod niemanden mehr an sich rangelassen hat. Das tat mir wahnsinnig leid!

Auch im Kollegenkreis können wir nicht mal kurz miteinander schnacken, ohne Distanz und Schutz auszuloten.

Im Dienstzimmer zum Beispiel dürfen sich höchstens zwei Personen gleichzeitig aufhalten und dies ist gerade im Schichtwechsel schwierig. Da habe ich schnell mal ein schlechtes Gewissen, wenn wir uns doch zu nahe gekommen sind. In alle Richtungen schwingt immer die große Verantwortung füreinander mit.

Ich finde auch, dass die neue Distanz auf die Stimmung drückt und etwas von unserer Leichtigkeit nimmt. Alles ist ein wenig angespannt. Und doch gewöhnt man sich daran, was erschreckend aber auch gut ist.

Hat nicht alles auch eine Sonnenseite? Doch bei Corona fällt mir nichts ein. Vielleicht, dass wir nach dieser Zeit noch mehr zu schätzen wissen, wie unendlich wertvoll Nähe und persönliche Begegnungen sind. Ja, und vielleicht lernen wir gerade, noch stärker Wünsche von den Augen abzulesen.

Mancher spricht mich nun darauf an, ob mein Beruf eine Aufwertung erfahren habe. Immerhin wird über den Pflegeberuf viel berichtet, es sind Gehaltserhöhungen im Gespräch und es wurde anfänglich viel geklatscht. Ich finde das nicht richtig, denn jeder, der gute Arbeit leistet und sich Mitmenschen zuwendet, hat Applaus und Würdigung verdient. Und ich habe mir diesen Job ja aus-

gesucht, wie andere den ihren. Gehaltserhöhungen sind natürlich immer schön. Doch ich habe 23 Jahre als Industriemechanikerin gearbeitet, bevor ich in die Pflege ging. Da habe ich mehr verdient. Aber das hier, das mache ich nicht des Geldes wegen.

Ehrenamtliche Besuche

BK¹ engagiert sich seit 2017 als ehrenamtliche Hospizlerin im Hamburger Hospiz und begleitet Gäste.

Mein Gast kam im April 2020, also in der Corona-Hochzeit, direkt aus dem Krankenhaus ins Hospiz. Deswegen musste er dort zwei Wochen in seinem Zimmer bleiben und einen Mundschutz aufsetzen, sobald jemand den Raum betrat.

Seit 2017 übe ich mein Ehrenamt im stationären Hospiz aus. Meine bisherigen Gäste waren so unterschiedlich wie meine Beziehungen zu ihnen, aber normalerweise freue ich mich immer, wenn ich ins Hospiz komme. Nun aber fühlte ich mich etwas eingeschüchtert von dem notwendigen Schutzkonzept und der langen Liste der Sicherheitsmaßnahmen:

Beim Betreten des Hauses Hände desinfizieren, mich in die Besucherliste eintragen und Mundschutz aufsetzen. Ferner: Nichts anfassen und niemandem zu nahe kommen, vor allem nicht meinem Gast. Meinen Stuhl



zwei Meter entfernt von ihm aufstellen und dort sitzenbleiben, komme was wolle.

Und so sollte ich einem sterbenskranken Menschen, der ebenfalls Mundschutz tragen musste, begegnen? Nicht wirklich meine Idee von einem entspannten Kennenlernen. Aber ich bin ja neugierig und durchaus bereit, mich kurzfristig aus meiner Komfortzone herauszubewegen.

Theoretisch ... Praktisch ... nun ja, was soll ich sagen? Dass es im Hospiz kuschelig warm war und meine Brille schon vor dem Anlegen des Mundschutzes komplett beschlug? Dass ich mich völlig isoliert von der Welt fühlte? Dass ich mich ständig argwöhnisch umschaute und jederzeit damit rechnete, von Viren angefallen zu werden oder unwissentlich Viren zu verbreiten, auch wenn ich nichts anfasste? Und das alles, bevor

ich das Gastzimmer überhaupt betreten hatte.

Es wurde eine eigenartige Begleitung. Ich lernte schnell, dass ich trotz Maske sichtbar lächeln kann. Dass ich mit Augen und Händen zu kommunizieren vermag. Dass ich mit Mundschutz deutlich sprechen kann, auch wenn es ein bisschen dumpf klingt. Und trotzdem war es für meinen Gast schwer, mich zu lesen. Er verstand auch nicht wirklich, warum ich so auf Abstand bedacht war. Er wurde von Besuch zu Besuch schwächer, so dass deutliches Sprechen ihn bald zu sehr anstrengte. Und sein leises Nuscheln konnte ich oft nicht verstehen.

Die Momente, in denen sich etwas Nähe zwischen uns einstellte, waren rar. Mit meinen coronakonformen Angeboten konnte er nicht viel anfangen. Was er von mir wollte, durfte ich ihm nicht geben. Nach fast jedem Besuch war ich mit mir und der Gesamtsituation unzufrieden. Mein Gast starb trotzdem und die Begleitung endete. Das Gefühl, ihm etwas schuldig geblieben zu sein, begleitete mich noch eine Weile.

Es war keine gute Zeit zu sterben, nicht im Krankenhaus, nicht im Pflegeheim und nicht im Hospiz. Aber trotzdem habe ich gelernt: Das, was ich als Ehrenamtliche unter Corona-Bedingungen anbieten kann, ist

und bleibt wichtig. Ich kann meinem Gast beistehen, ihm Zeit und Zuwendung schenken, die schwierige Situation mit ihm aushalten. Auch mit Mundschutz und beschlagener Brille. Es geht nicht darum, es perfekt zu machen, sondern darum, es überhaupt zu tun.

1 Berichten wir von Dritten, schützen wir ihre Daten. U.a. stellen wir Autoren mit Kürzel vor.

Gewagte Trauertelefonie

Wiebke Joschko ist Trauerbegleiterin. Seit über zehn Jahren gründet und moderiert sie Trauerselbsthilfgruppen im Hamburger Hospiz e.V.

Mitte Februar: Die Frühjahrs-Trauergruppe hat begonnen. Es sitzen neun Menschen in der Runde, die mich ein wenig ängstlich, vor allem aber erwartungs- und hoffnungsvoll anblicken. Ich bin die Moderatorin und werde diese Gruppe trauernder Menschen – so wie schon viele andere zuvor – durch 12 Abende begleiten. Der Veranstaltungsraum im Hamburger Hospiz e.V. soll in den folgenden Wochen immer montagabends unsere kleine Insel sein, auf der wir uns ungestört den bewegenden Themen und verunsichernden Zuständen der Trauer zuwenden können. Das Konzept unseres Angebotes sieht für die ersten drei Abende das Kennenlernen vor. Im Nachhinein bin ich froh,



Verwaister Stuhlkreis

dass wir immerhin soweit kamen. Den vierten Abend Mitte März musste ich bereits absagen, weil das Corona-Virus ein Kontaktverbot für größere Gruppen erforderte. Und noch eine Woche später war klar, dass Gruppenveranstaltungen jeglicher Art lange nicht möglich sein würden.

So richtig diese Entscheidung auch war, ebenso wichtig erschien es mir, die Menschen in meiner Trauergruppe nicht allein zu lassen, sondern irgendwie weiter zu begleiten. Es waren noch so viele bedeutsame Themen zu besprechen, die den Trauerprozess aktiv gestalten und erleichtern würden.

Das Pflänzchen des Vertrauens in unser Angebot und untereinander war gerade so gut gediehen, dass ich mir vorstellen konnte, unsere planmäßigen Termine und aus-

*stehenden Themen in virtueller bzw. telefonischer Moderation weiterzuführen. Wie viele Meetings konnten plötzlich per Video- oder Telefonkonferenzschaltungen durchgeführt werden, warum nicht auch die Trauergruppe! Nicht alle Teilnehmer*innen waren online und wir haben uns für die Telefonkonferenz entschieden, und dank der großen Disziplin der Teilnehmenden und ihrer Erleichterung, dass die Gruppe nun doch weiter läuft, hat das super geklappt. Wir haben uns weiter jeden Montagabend „getroffen“!*

Mitte Mai konnte ich die Trauergruppe wie geplant in ihre Selbstständigkeit entlassen – ohne sie noch einmal gesehen zu haben. Die erstaunlich positive Bilanz aller Teilnehmenden am letzten Abend lautete: Es war gut, die Gruppe weiterzuführen. Sie sagten: „Der Trauerschmerz wird immer weniger, und die guten Erinnerungen rücken wieder in den Vordergrund“. „Ich mag wieder an die Zukunft denken“. „Die vielen Aspekte der Trauer von verschiedenen Seiten zu betrachten, war sehr hilfreich.“ „Die Gruppe hat wie ein Öffner für meine einsame, traurige Seele fungiert“. „Jeder Abend, jedes Thema hat mich bereichert und gestärkt“. „Ich habe den Platz für meine Trauer gefunden, der ihr zusteht.“

In jedem Meeting konnte ich heraushören, wie sehr die vereinsamten Trauernden unter den Corona-bedingten Einschränkungen leiden. Das Gefühl nicht mehr dazuzugehören, nahm quälende Ausmaße an. Wie hilfreich war es, sich auch darüber regelmäßig kurz austauschen zu können!

Und meine Bilanz? Es war die richtige Entscheidung, die Gruppe in fernmündlicher Form weiterzuführen. Wir haben uns einen virtuellen Raum gestaltet, der ohne Wände und Stuhlkreis auskam, dessen Einrichtung vielmehr aus Wertschätzung, Zuhören, Offenheit bestand und beleuchtet war von all den liebevollen Gefühlen zu den Verstorbenen. Die gute Basis der ersten drei Abende in persönlicher Anwesenheit hat getragen. Das Miteinander (wenn auch nur verbal oder vielleicht gerade deswegen) war überaus konzentriert, vertrauensvoll und offen. Das Arbeiten an den einzelnen Themen war ehrlich, intensiv und dadurch ganz besonders ertragreich. Ohne diesen Lockdown hätte ich das Experiment einer telefonisch geführten Trauergruppe sicher nicht gewagt. Doch nun zählt diese Erfahrung zu den wertvollsten und schönsten in Corona-Zeiten.

Bildungsarbeit: Von analog zu digital

Die Diplompsychologin Angela Reschke ist im Hamburger Hospiz e.V. u.a. für die Bildungs- und Öffentlichkeitsarbeit zuständig.

Jährlich laden wir etwa zu 50 Veranstaltungen ein. Darunter unsere meist ausgebuchte Vortragsreihe, die seit 2011 ein fester Bestandteil unserer Hospizarbeit geworden ist.

*Seither organisiere ich im Hamburger Hospiz e.V. Bildungsangebote für Bürgerinnen und Bürger. Das Aufspüren von Vortragsthemen und genialen Referent*innen gehört genauso zu den beglückenden Momenten meiner Arbeit, wie der Anblick unseres gut gefüllten Veranstaltungssaals mit erwartungsfrohen Gesichtern.*

Pandemien jedoch übernehmen wie fiese Piraten auch Schiffe, die in sicheren Häfen liegen. Als abzusehen war, dass ich im April 2020 auch unseren zweiten Vortrag würde absagen müssen, erahnte ich, was in diesem Jahr noch auf uns zukommen würde, wenn, ja wenn wir nicht neue Wege suchen und finden würden, um zu unbekanntem Ufern aufzubrechen.

Bildlich gesprochen: Ein neues Schiff musste her, eines, das gegebenenfalls nur digitalen Virusattacken ausgeliefert wäre.

Schon des Öfteren hatten mich



Inge Krause und Angela Reschke im Studio

*hochbetagte Menschen mit der Bitte angesprochen, wir mögen unsere Vorträge ins Netz stellen. Denn manch ein dunkler Winterabend oder auch das Voranschreiten des Alters hinderte zunehmend unsere älteren Stammbesucher*innen am Kommen. Aber auch die vielen Interessierten der oftmals langen Warteliste fragten beharrlich danach, warum wir unsere Vorträge nicht auch ins Netz stellen würden.*

So hatte ich mich bereits im Vorfeld gedanklich mit dieser Möglichkeit befasst. Jedoch begrenzte finanzielle und zeitliche Ressourcen, ebenso wie mein Zweifel, ob Vortragende einer live-Aufnahme und der langfristigen Veröffentlichung durch uns zustimmen würden, hielten mich davon ab. Bisher versuchten wir daher den Wünschen der verhinderten

*Vortragsbesucher*innen über einschlägige Artikel in unserer Hospizkultur gerecht zu werden. Doch auch hier zeigte sich Corona unerbittlich: Ohne Vorträge keine entsprechenden Artikel.*

In mir baute sich eine Vision für ein neues, modernes Schiff auf, die digitale Bildungsarbeit. Für unser Vorhaben schrieb ich als ersten Referenten Volker Schmidt¹ an. Dieser stand mit seinem Vortrag „Hören in der Stille“² auf unserem Programm und war erfreulicherweise bereit, seinen Vortrag für uns in aufwendiger Heimarbeit aufzunehmen. Auch stimmte er zu, dass wir diese Aufnahme für die Dauer der Ewigkeit auf unserem YouTube-Kanal zeigen dürfen. Seine Freigiebigkeit war eine große Ermutigung für unsere künftige digitale Bildungsarbeit! In einem zweiten Schritt nahmen wir den Podcast „Männer in Todesnähe“³ auf. Beide Veröffentlichungen stießen spontan auf sehr gute Resonanz und wir erhielten viel Zustimmung von all jenen, die befürchtet hatten, sie müssten 2020 auf unsere Vorträge verzichten.

*Nun befinden sich weitere Podcasts in der Planung und im Entstehen⁴. Allerdings: Geldgeber*innen fehlen noch. Denn wir streben eine qualitativ hochwertige Produktion an, die Lust auf mehr macht, und möch-*

ten daher die technische Umsetzung in professionelle Hände legen. Nun suchen und hoffen wir auf finanzielle Förderer.

1 www.spiritu.de

2 <https://youtu.be/mT24duBSOAO>

3 <https://anchor.fm/hamburger-hospiz>

4 Näheres siehe Seite 35

Begleitungen und Gäste

Eine, die die Chancen ergreift

Angefangen hatte alles mit dem Besuch ihrer Tante im Hamburger Hospiz oder vielmehr mit deren gutgemeintem Mitbringsel. Das Geschenk, das Sabine Schümann allerdings zunächst etwas ratlos sein ließ: Ein Puzzle mit 500 Teilen. Was sollte sie nur damit anfangen?

Zuletzt hatte die 58-Jährige und dreifache Mutter nämlich mit ihren Kindern, die heute zwischen 22 und 34 Jahre alt sind, gepuzzelt. Allerdings, das war vor vielen, vielen Jahren! Damals boten sich lange Winterabende für diese Familienaktivität an.

Doch Sabine Schümann ist eine, die ihre Chancen ergreift, auch die, die zunächst unbequem erscheinen. Denn sie hat gelernt, dass man von allem profitieren kann, was man zusätzlich an sich heranlässt. „Außer“, räumt sie ein „auf diese Erkrankung. Auf die hätte ich gern verzichtet!“

Doch beruflich haben ihr Mut und ihre zupackende Art ihr sehr geholfen. Denn die begeisterte Spe-

ditionskauffrau blickt auf eine bunte Karriere zurück, in der sie durch „learning by doing“ etliche spannende und verantwortungsvolle Berufe ausüben konnte. Und zudem hat sie Kinder großgezogen, Kinder, die sie nun nahezu täglich besuchen.

Zurück zum Puzzle oder vielmehr zurück zu all den Puzzles, die neuerdings groß angelegt im Wohnzimmer auf ihre Vollendung warten. Was hat es damit auf sich?

Seit 8 Wochen ist Sabine Schümann zu Gast im Hamburger Hospiz. Am Anfang ging es ihr gesundheitlich sehr schlecht und sie kämpfte nicht nur mit quälender Atemnot. Ihre Belastungen waren manchmal kaum auszuhalten.

Doch dann entdeckte sie ihre Möglichkeit, sich ins Puzzeln zu vertiefen. „Das Puzzeln bringt mich einfach runter und lenkt mich auf gute Weise ab“ sagt sie. Zudem hat sich das Wohnzimmer mittlerweile zu einem kommunikativen Puzzlezentrum entwickelt. „Manchmal mag ich

nicht alleine sein und im Wohnzimmer kommt immer mal jemand vorbei“, freut sie sich. Und nicht nur das. Die Hospizler*innen hat das Puzzlefieber ebenfalls gepackt. „Die Mitarbeiter*innen setzen sich zwischendurch zu mir. Und sie sehen Teile und Lücken, die ich vorher vergeblich immer und immer wieder gesucht habe. Zusammen sein und Erfolg haben, das macht einfach Freude!“ und schließlich räumt sie ein: „So hat jeder seine Sicht auf die Welt und sieht etwas, was der andere noch nicht sehen kann.“



Frau Schümann (r.) mit Yvette Hinrichsen

Sabine Schümann ist sehr dankbar über ihren relativ guten Zustand. „Noch bei meinem Einzug hätte niemand gedacht, dass ich mich überhaupt noch einmal berappeln würde.“ Ein Puzzlerfolg? „Die Mitarbeiter*innen im Hospiz sind immer für mich da. Sie sehen mir jedes Leid und

jeden Wunsch sofort an und helfen mir umgehend. Hier fühle ich mich sicher und gut versorgt. Das hat mir viel Kraft zurückgegeben.“

Absichtslosigkeit

CB¹ engagiert sich seit zwei Jahren ehrenamtlich im ambulanten Hospizberatungsdienst. Die Mutter zweier Söhne arbeitet hauptberuflich im Menschenrechtsbereich.

Im Hamburger Hospiz kann man ein Schild sehen, darauf steht: „Hospiz ist Haltung“. Haltung bewirkt ganz viel, ohne dass man bereits „etwas getan“ hätte.

Absichtslosigkeit ist ein zentraler Aspekt unserer Haltung in der ehrenamtlichen Hospizarbeit. Wenn ich absichtslos auf einen Menschen zugehe, der dem Tod nahe ist, dann habe ich keine eigene Agenda. Ich erwarte nichts. Ich will den Menschen nicht heilen, nicht therapieren, vielleicht nicht einmal trösten.

In meiner ersten Begleitung besuchte ich einen verwirrten Mann in einem Pflegeheim. Ich hatte von mir erwartet, dass mich Menschen, die „selbstverloren“ sind, überfordern würden. Ich hatte gedacht, dass ich mich ohne eine gewisse kognitive Klarheit nicht verständigen kann. So war es aber nicht. Ich bin einfach mitgegangen auf seine Reise.



Puzzleteile

Er sagte zum Beispiel zu mir, ich solle schon mal den Gang einlegen, er käme gleich, dann würden wir losfahren. Wohin, verriet er mir nicht. Aber ich solle mein schönsten Kleid anziehen. Das mache ich, habe ich gesagt.

Irgendwann hielt er inne, sah in die Zimmerecke und sagte: „Blaue Chrysanthemen! So was habe ich ja noch nie gesehen!“ Er war begeisterter Gärtner gewesen. „Blaue Chrysanthemen! Ein ganzer Eimer, da sind bestimmt 1000 Stück drin! Die nehmen Sie aber mit, wenn Sie gehen!“ Als ich dann ging, sagte ich: „Die Chrysanthemen nehme ich mit“, und er drückte meine Hand fest und sagte: „Das ehrt mich aber!“ Es war mir gelungen, meine Erwartungen loszulassen, und ich habe etwas bekommen, was ich nicht erwartet habe: tausend blaue Chrysanthemen.

Auch in meiner nächsten Beglei-

tung erlebte ich eindrücklich, was der absichtslose Raum für einen Unterschied machen kann. Für die Person, die ich begleitete, bedeutete es Zeit, in der sie frei von Erwartungen war. Ich war kein Teil ihres Familien- oder Versorgungssystems. Ich interessierte mich, hatte aber keine eigene Agenda. So ging ein Raum auf, wo Vieles erstmals gesagt werden konnte. Das war für sie eine große Erleichterung.

Ich glaube, dass es von Bedeutung ist, dass meine Begleitung eben ehrenamtlich ist: ohne Bezahlung, ohne eine Gegenleistung.

Die Person, die ich begleitet habe, konnte das kaum glauben und hat immer wieder nach dem Warum gefragt. Ich konnte es nicht richtig gut erklären. Aber die Antwort ist glaube ich: weil ich hier etwas finde, was ich brauche. Absichtslosigkeit.

Wir sind so daran gewöhnt, dass alles ein Austausch ist. Und wir sind dann etwas fassungslos, wenn einer absichtslos etwas verschenkt, seine Zeit zum Beispiel. Wir sind auch so sehr daran gewöhnt, immer zu allem eine Meinung zu haben, eine Antwort, oder zumindest eine Analyse. Absichtslosigkeit stellt das alles auf den Kopf.

In meiner Begleitung kam die Person an einen Punkt, wo nicht einmal die Frage nach dem Sinn noch wich-

tig war. „Und warum ich gelebt habe, ist jetzt auch nicht mehr wichtig“, sagte sie. Wir haben nicht mehr viel geredet an diesem Tag, sondern Kekse gegessen und Karten gespielt.

1 Berichten wir von Dritten, schützen wir ihre Daten. U.a. stellen wir Autoren mit Kürzel vor.

Zuwendung

Dieter Zinn, ehrenamtlicher Mitarbeiter im stationären Hamburger Hospiz ist Fotograf und Autor.

Ein Beweggrund für meine Tätigkeit im Hospiz entstand aus dem Gedanken, wie bereichernd Zuhören sein kann. Ja mehr noch. Durch das Zuhören wurde ich in meinem Menschenbild nicht nur „bereichert“, sondern die Menschen kamen mir näher, um mich im Innern zu berühren.

Geprägt durch meine Arbeit als Fotograf entstanden unzählige Porträts aus allen Lebensbereichen. Das Vertrauen, das Menschen mir liehen, entstand in der offenen Zuwendung zu meinem Gegenüber. Beobachten war mir wichtiger als interpretieren. Zuhören intensiver als selbst zu reden. Dabei erspüren, ob Gespräche, Begegnungen im Mit- oder im Nebeneinander verlaufen. Empathie, dieser edle und hohe Anspruch, erweist sich für mich in der Regel eher als langfristig umsetzbar. Mir genügt deshalb Zuwendung. Weil durch sie

Interesse, Neugier, Austausch, Verstehen auf Augenhöhe ermöglicht werden. Darum geht es mir in diesem Leben. Dieses Denken bildet auch die Basis für meine ehrenamtliche Arbeit im Hospiz. Zuhören um zu verstehen. Im Fotostudio hatte ich einen Text von Michal Ende aus dem Buch „Momo“ parat, den ich häufig vorlas, um mein Gegenüber für das Hören, auch nach Innen, zu sensibilisieren. Dieser Text leitet mich bis heute, wenn ich einen Gast im Hospiz begleite.

„Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war das Zuhören. Das ist doch nichts Besonderes, wird nun vielleicht mancher Leser sagen, zuhören kann doch jeder. Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur recht wenige Menschen. Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig. Momo konnte so zuhören, dass dum-



Puzzleleile

men Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte –

nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme.“

Willkommen

Willkommen im Ehrenamt!

Sterbende begleiten lernen, kann ich das? Seit Anfang 2020 gehen 18 Teilnehmer*innen im ambulanten Hospizkurs dieser Frage nach. Nach der erzwungenen Coronapause ging es Anfang Juli endlich weiter, allerdings nicht mehr in einer großen, sondern in zwei kleineren Gruppen. Nun genießen die Teilnehmer*innen mehr „Intimität“, persönliche Präsenz und spürbare Nähe zueinander und zu dem Thema, auch wenn die Trennung von einem Teil der Gruppe schmerzt.



Gruppentreffen unter freiem Himmel



Kleingruppen lernen mit viel Abstand

Günstig hat sich natürlich das schöne Sommerwetter auf den Kurs ausgewirkt, denn manch ein Treffen konnte unter freiem Himmel abgehalten werden. Der Kurs endet Anfang Oktober, und wenn alles gut geht, sogar mit einem gemeinsamen Abschluss.

Haus und Hof

Bautagebuch

Guten Tag, ich bin Silke Grau. Bis zum 30.07.2019 Pflegedienst- und kommissarische Leitung im Hamburger Hospiz. Wenn ich mich heute vorstelle, müsste ich das richtigerweise mit einer ganzen Latte von Funktionen tun. Denn am 1. August 2019 fiel mir die Rolle der Kontakt-, Kommunikations- und Informationsstelle für alle am An- und Umbau beteiligten zu.

Alle? Neben dem Architekten-Team sind das Gewerke wie Elektro, Heizung und Sanitär, Trockenbauarbeiten, Zimmerleute, Innenaussstattung und so weiter. Nicht selten bin ich auch die Dolmetscherin zwischen dem Team, den Gästen und den Gewerken. Und natürlich möchte der Verein, vertreten durch unseren Vorstand Elke Huster-Nowack, Uwe Grund und Gerhard Renner, auch wissen, wo unsere Rücklagen und Zuwendungen hinwandern. Ach ja, und die Geschäftsführung leite ich mittlerweile gemeinsam mit Kai Puhmann.

Hospiz, damit hatten sicher bisher die wenigsten Handwerker so hautnah zu tun. Daher verwundert es nicht, dass ich hier über ein vielfältiges Jonglieren berichte. Zum einen müssen alle Arbeiten gut ineinander greifen und natürlich hochwertig ausgeführt

werden, zum anderen gilt es Hospiz in seinem Wesen verständlich zu machen und von den Bedürfnissen der Gäste zu sprechen. Lautstarke Bauarbeiten um 6 Uhr morgens gehen zum Beispiel gar nicht.

Und immer wieder erlebe ich, dass die hier tätigen Gewerke mit viel Verständnis, großer Bereitschaft und Kreativität auf unsere Wünsche eingehen. Das ist einfach toll!

*Wenn sich ein Gast auf seinen Weg macht, ein Weg der oftmals Kraft und Verinnerlichung braucht, stellen sich unsere Bauarbeiter darauf ein. Sie verlegen ihre regulären Pausen oder verschieben lautere Arbeiten, um der Besonderheit der Situation gerecht zu werden. Und selbst der Hospizgarten, eine grüne Oase für unsere Bewohner*innen, wurde beim Gerüstaufbau*



Silke Grau auf der Baustelle

mit viel Umsicht geschont. Unsere alten Rosenstöcke bedanken sich!

Bauarbeiten verlangen auch einiges an körperlicher Fitness, und wir tragen mit unseren Sonderwünschen nach Ruhe und Sauberkeit im Hospiz dazu bei. Denn die Bauarbeiter nutzen ausschließlich die durch das Gerüst entstandene Außentreppe.

Kleinere und manch größere Pannen, wie eine außerplanmäßige Überschwemmung, bleiben bei einem so großen Bauvorhaben natürlich nicht gänzlich aus. Unser gemeinsames Schaffen aber ist so erfreulich, dass wir bisher jede Hürde mit Durchhaltevermögen mal elegant, mal diplomatisch, mal hartnäckig aber meist humorvoll genommen haben und nehmen. Dafür sagen wir hier allen am Bauvorhaben Beteiligten: „Herzlichen Dank!“

Seit nahezu einem Jahr engagieren sich viele Bauarbeiter und Gewerke dafür, dass unser Hospizanbau Anfang Juli 2020 eingeweiht werden kann. Und trotz erschwelter Bedingungen durch Corona zeichnet es sich im Juni ab, dass uns dies auch gelingen wird. Der Countdown der Vorfreude bis zur Einweihung beginnt! Am 25. Juni ist es gewiss: „Bald blüht uns was!“, denn heute verwandeln die Gärtner die schöne neue Terrasse und den dazugehörigen Garten in



Die Geschäftsführung mit dem ‚grünen‘ Plan

eine grüne Oase. Die Geschäftsführung, Silke Grau und Kai Puhlmann, weiß genau, wo jedes Pflänzchen hingehört und blickt mit großem Vergnügen auf das Geschehen.

Am 30. Juni ist unsere Nachbarschaft überglücklich: Der allseits beliebte Helenenstiege, der für die Dauer der Bauarbeiten am Anbau gesperrt wurde, ist seit heute wieder zu passieren.

Der Helenenstiege ist ein wahres Schmuckstück im Helenenviertel. Zum einen verbindet er auf kürzestem Weg das Helenenviertel mit den angrenzenden Straßen. Zum anderen schmücken ihn beidseitig Gärten und kunstvolle, kreative Verschönerungsarbeiten, die dem nachbarschaftlichen Engagement zu verdanken sind.

Seit dem 1. August 2019 war er sehr zum Leidwesen vieler Passanten



Nachbarn im wieder freien Helenenstieg

gesperrt. Die Bauarbeiten am Anbau erforderten es. Unser Hinweisschild aber versprach den Helenenstieg „Mitte des Jahres 2020“ wieder zu eröffnen. Und tatsächlich ist seit dem 30.06.2020 dieses Schmuckstück wieder passierbar!

Wir sagen augenzwinkernd „Versprochen ist versprochen“ und bedanken uns für diese grandiose Punktlandung bei den mitarbeitenden Gewerken sowie den planenden Mitwirkenden im Architektenbüro und der Geschäftsführung im Hamburger Hospiz e.V.

Am 3. und 4. Juli 2020 ist es endlich soweit: Beglückt weihen wir die Fertigstellung unseres Anbaus ein. Eingeladen waren zunächst die Mitarbeiter*innen und Nachbarn. Am Samstag freuten wir uns dann über den Besuch unserer Spender*innen.

Besonders gespannt sahen unsere Gäste der Führung durch den Anbau entgegen. Das begeisterte Fazit der Kolleg*innen, Nachbarn und Spender*innen blieb nicht aus. Besonders gelobt wurden die gelungene Architektur, der schöne Garten und die einladende Terrasse. Die hell eingerichteten Zimmer mit ihren vielen liebevollen Details aber waren für manch einen die Krönung.



Einweihung des Anbaus

Anfang Juli, und der Anbau ist planmäßig eingeweiht und bezogen. Ein großer Schritt ist zu aller Zufriedenheit getan! Nun leben hier vier Gäste und genießen gemeinsam mit ihren Angehörigen die großzügigen Zimmer und Balkone.

Im gleichen Atemzug jedoch beginnt am 15. Juli der Umbau im Altbestand. Dafür wird unsere schicke Fassade in einem ersten Schritt vorübergehend eingerüstet.



Eingerüstete Fassade

Auch mit etwas Baulärm werden wir nun wieder rechnen müssen, denn im linken Flügel (frontal auf das Gebäude geschaut) werden nun alte Fliesen entfernt und Wände versetzt. Noch aber genießen wir die fröhlichen Lieder der Bauarbeiter, die einfach gut drauf sind.

Der Umbau im Bestandsgebäude beginnt am 03.08.2020 mit dem Abbruch der Wände und der Zimmerdeckenabhängungen.

Planmäßig befinden wir uns mitten in der Umbauphase. Unser Bestandsgebäude im linken Flügel wird in diesen Tagen durch das Entfernen der Wände Zimmer für Zimmer entgrenzt. Später sollen dadurch größere und oftmals hellere Zimmer entstehen. Manch Lärmintensives, wie eine Kernbohrung, ist nun nötig.

Erleichtert aber stellen wir fest,

dass die Bauarbeiten insgesamt weniger lärmbelastend sind als befürchtet.



Umbauphase im Hospiz

Was für ein heißer Sommer! Viele haben ihn intensiv genossen. Doch hitzige Baubesprechungen mit Maske und in aufgeheizten Innenräumen? Das lockt natürlich nicht. Kurz entschlossen rollten wir in diesem Sommer immer wieder unsere Arbeitstisch



Hitzige Besprechung unter freiem Himmel

sche auf den Hof und unter den Schatten unserer alten Kastanie. Hier bespricht es sich doppelt gut.

Auf den Hund gekommen

Unser Chef ist auf den Hund gekommen und hat dabei ein gutes Händchen bewiesen: Puchi heißt der sympathische Vierbeiner, der heute ausnahmsweise Herrchen ins Hospiz begleiten darf. Neugierig und zugewandt – also ganz das Herrchen – hat er uns heute viel Freude bereitet, ebenfalls ganz das Herrchen. Dabei ist unser Chef oder vielmehr sein Büro im Zuge des Umbaus „baden gegangen“. Die Bauarbeiten im Hospiz haben nämlich ihren Tribut in Form einer Überschwemmung gefordert. In den Sommermonaten residierte unser Chef daher aus dem großzügigen Veranstaltungssaal heraus. Das passt ja auch irgendwie.



Puchi in Begleitung seines Herrchens



Supervision mit viel Sonnenschein

Unter freiem Himmel

Neue Wege braucht das Land! Und im ambulanten Hospizberatungsdienst werden sie gegangen. Denn Corona hält unsere ehrenamtlichen ambulanten Kolleg*innen nicht davon ab, persönlich zu ihrer Supervision zu erscheinen. Weiterhin können sich die Hospizler*innen mit ungebremsster Herzlichkeit und den gebotenen Vorsichtsmaßnahmen begegnen. Die Supervisionen finden nun in kleinen Gruppen und mit viel Abstand statt und wann immer es geht auch unter blauem Himmel. Mit dem abendlichen Gesang der Amseln auszutauschen gelingt natürlich besonders gut.

Ein Tag für die Teams

2020 ist vieles anders. So auch unser Teamtag, der nicht im Gesamtteam, sondern in mehreren Etappen

und den verschiedenen Arbeitsbereichen stattfand.



Teamtag 2020

Unser stationärer Teamtag fand am 3. September 2020 statt... – in einer Zeit, in der in unserem Haus umgebaut und vieles erneuert wird, stellten sich die Mitarbeiter*innen die naheliegende Frage, was wir nach 20 Jahren Hamburger Hospiz im Helenenstift in unserer Organisation umbauen müssen, um gestärkt in die Zukunft gehen zu können. Was wollen wir bewahren, wovon wollen wir uns verabschieden, wo sind neue Ideen gefragt? Im Bürgertreff Altona-Nord haben wir Rückschau gehalten, viel nachgedacht und besprochen und den Kontakt in der Gruppe genossen. Hinter uns liegt ein ergebnisreicher Tag mit wichtigen Impulsen für die Zukunft.

Am 27. August 2020 traf sich das ambulante Team zu einem ausgiebi-

gen Elbspaziergang mit Einkehr. Sich miteinander zu bewegen, Wind und Wetter zu trotzen und sich schließlich zu stärken, stand hier wortwörtlich ganz auf der Agenda. Corona beschwert nämlich die ambulante Hospizarbeit in besonders hohem Maß. Noch Anfang 2020 profitierten Bewohner*innen und Patient*innen der Hamburger Krankenhäuser und Pflegeheime von den ehrenamtlichen Begleitungen und den professionellen Beratungen, die der Ambulante Hospizberatungsdienst kostenfrei anbietet. Doch die Corona-Vorsichtsmaßnahmen, die eigentlich nur daraufhin zielen, Coronaviren die Tür zu versperren, verschließen auch dem mitmenschlichen Beistand den Zutritt. Eine fatale Situation, die viel Flexibilität und Kreativität auf allen Seiten erfordert. Auch die Supervision der Ehrenamtlichen und



Teamtag des ambulanten Teams

die Durchführung des Kurses für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen muss neu gedacht und umgesetzt werden.

Vor dem ambulanten Team liegen also Mammutaufgaben, die es zu bewältigen gilt.

Denkanstoß

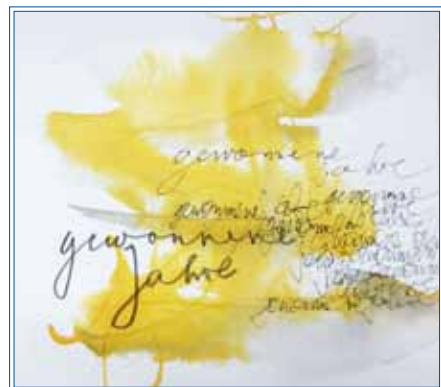
Gibt es Gründe das Alter zu loben?

Alt werden möchte jeder, aber alt sein? Das Altsein Hochbetagter wird mit Pflege- und Hilfsbedürftigkeit assoziiert, auch mit Einsamkeit und Verlusterfahrungen, ja sogar mit dem Verlust der Lebendigkeit insgesamt. Im inneren Bild vieler Hochbetagter leise klagend vor sich hin.

Doch in diesem erschreckenden Bild steckt eine verheerende und sich selbst erfüllende Prophezeiung. Die Sorge, es werde uns einmal selbst so ergehen, überfordert viele emotional. Sie wenden ihren Blick ab. Genau das ist so fatal wie folgenschwer, denn damit weichen wir hochbetagten Menschen insgesamt aus. Der Verlust aber ist allseitig: Wir werden blind für die Vielfalt des Lebens, die keinesfalls vor dem Altsein halt macht! Zudem verfluchen wir unbewusst das eigene Leben „wenn ich alt bin, verabschiede ich mich von meiner Lebendigkeit und meinen Möglichkeiten.“ Gleichzeitig verarmen wir sozial. Denn wir schöpfen das Potenzial mitmensch-

licher Beziehungen mit Hochbetagten nicht aus. Unsere hausgemachte Ignoranz, die sich in Vorurteilen äußert, verstärkt wesentlich die vielen Verlust- und Einsamkeitserfahrungen Hochbetagter, die in der Folge an Körper und Geist degenerieren.

Muss sich die Hospizbewegung also die unbequeme Frage stellen: Warum wenden wir uns tödlich Erkrankten in einem sehr hohen Maße zu, während wir Hochbetagten, die jahrelang ihren sozialen Tod sterben, kaum Beachtung schenken? Vielleicht ist es an der Zeit, dass wir das Alter aus einem anderen Blickwinkel betrachten?



Prof. Dr. Ekkehard Martens nimmt sich der Problematik aus philosophischer Sicht an. Er lehrte an der Universität Hamburg und war Lehrer an einem Gymnasium. Außerdem ist er Autor zahlreicher Bücher, so „Lob des Alters“.

Natürlich brauchen wir nicht ständig Gründe zu suchen, das oder unser Alter zu loben - wir leben einfach insgesamt fraglos und ohne lästige Grübeleien. Doch gelegentlich halten wir inne und fragen uns, welchen Sinn unser Leben eigentlich (noch) hat und wozu wir überhaupt da sind.

Wer von keinem religiösen oder innerweltlichen Sinn als Antwort überzeugt ist, wer also nicht fest daran glaubt, auf ein besseres Jenseits oder ein besseres Diesseits hin sein Leben gestalten zu sollen und zu können, neigt dazu, besonders das Alter zu beklagen.

Und Gründe zu klagen finden sich viele. Denn für unser Leben gibt es keine andauernde, „unbeschwerte“ Kindheit oder „goldene“ Jugendzeit. Je nach individuellen Lebensumständen sind wir höchst unterschiedlich von den Lasten des Alters betroffen: von zunehmenden körperlichen und geistigen Schwächen, von Isolation und Einsamkeit, von Altersarmut und mangelnder Zukunftsperspektive.

Können wir aber unser Altsein an

Jahren bei allen verständlichen Klagen auch loben?

Manch einer erliegt der Versuchung, sich wie in einem Alterswettbewerb mit den Jungen und Gleichaltrigen zu rühmen, was ihnen alles noch möglich ist und wie gut sie „drauf sind“. Sie dienen sich als Objekt kommerzieller Vermarktung an. Andere steigen in einem persönlichen Reifungsprozess aus dem lebenslangen Wettbewerb aus. Sie üben die sprichwörtliche Gelassenheit oder Weisheit des Alters ein.

Zunächst aber gilt es, sich von einem negativen Bild des Alters zu befreien, das in unserer Gesellschaft in Form eines „Altersrassismus“ weit verbreitet ist und unsere Vorstellungen häufig bestimmt. Für die Befreiung von diesen negativen Vorurteilen stütze ich mich vor allem auf die Forschungsergebnisse der „Akademiegruppe Altern in Deutschland“. Die Gruppe widerlegt etwa folgende „Legenden“ durch eine Gesamtsicht des Alters als Zeit der „gewonnenen Jahre“¹.

1) „Das Alter beginnt mit 65 Jahren.“ Dies ist ein gebräuchliches Konstrukt zur Organisation der Arbeitswelt und des Rentensystems. Doch immer mehr Menschen sind in einem höheren Alter zu einem aktiven und selbstbestimmten Leben fähig und

willens. Man denke etwa an Stichworte wie flexible Rentengrenze, Alters-WG und betreutes Wohnen statt Leben im Altersheim.

2) „Wenn man das kalendarische Alter kennt, weiß man viel über eine Person.“ Zur Widerlegung zitiere ich den antiken Staatsmann und Philosophen Cicero: „Wie mir der junge Mensch gefällt, der schon etwas von der Reife des Alters an sich hat, so muss ich auch einen alten Menschen loben, wenn er noch etwas an jugendlicher Frische zeigt. Wer dieses zum Ziel hat, der kann wohl körperlich altern, geistig nie.“ (Cicero, Cato der Ältere über das Alter)



3) „Alte Menschen können nichts Neues mehr lernen.“ Dagegen weist die Forschungsgruppe auf folgende Tatsache hin: „Solange der Mensch lebt und nicht durch Krankheit stark beeinträchtigt ist, kann er Neues lernen. Lernen und Veränderung hän-

gen aber auch von den Ressourcen und den Anreizen ab, die einer Person zur Verfügung stehen.“

4) „Ältere Beschäftigte sind weniger produktiv.“ Darauf wiederum lässt sich entgegnen: „Ältere Beschäftigte mögen körperlich weniger kräftig und weniger reaktionsschnell sein, dafür haben sie im Allgemeinen mehr Erfahrung, soziale Fertigkeiten und Alltagskompetenzen.“

5) „Alte Menschen wollen mit moderner Technik nichts zu tun haben.“ Dagegen: „Auch sehr alte Menschen nutzen Technik gerne, wenn sie ihnen den Alltag erleichtert und ihnen dabei hilft, ihre Ziele zu erreichen. (...) immer mehr ältere Erwachsene nutzen das Internet.“

6) „Prävention und Rehabilitation können im Alter nichts mehr bewirken.“ Dagegen: „Die individuelle Leistungsfähigkeit ist keine statische Eigenschaft, sie kann und muss durch Aktivität und Lebensweise erhalten oder immer wieder hergestellt werden.“

7) „Alte Menschen fallen ihren Angehörigen zur Last.“ Dagegen: „Insgesamt unterstützen alte Menschen ihre Angehörigen mehr, als sie von ihnen unterstützt werden. (...) Darüber hinaus engagieren sich die Älteren auch in beträchtlichem Maße im ehrenamtlichen Bereich.“

8) „Ein Kampf der Generationen steht bevor.“ Dagegen: „Das Alter ist eine Lebensphase, die alle erreichen möchten. Insofern würde man als Junger in einem Kampf der Generationen in gewisser Weise gegen sich selbst kämpfen.“

Insgesamt stellt die Forschungsgruppe eine historische Abfolge von zwei Diskursen genereller Altersbilder fest: Der „Versorgungsdiskurs“ im Mittelalter ging von einer beschränkten Arbeitsfähigkeit und zunehmender Hilfsbedürftigkeit des Alters aus; der „Ruhestandsdiskurs“ in der Neuzeit dagegen sieht das Alter als Phase der Entpflichtung, der Muße und der Freizeit an, und dies „nicht als Zeit der Ruhe und Untätigkeit verstanden, sondern als Raum für Geselligkeit, Bildung, Reisen und Philosophieren.“

Geht man die genannten Gesichtspunkte einer positiven Perspektive auf das Alter als „gewonnene Jahre“ durch, ergeben sich genügend Gründe, das Alter loben zu können. Voraussetzung hierfür ist allerdings ein Leben, das möglichst wenig von Altersarmut und Isolation geprägt ist, in dem wir auch von anderen möglichst viel Solidarität und Hilfe erfahren und in dem wir uns rechtzeitig in einer Haltung der Gelassenheit oder Weisheit einüben.

Ein besonders schönes Beispiel für



die beglückende Erfahrung generationsübergreifender Hinwendung nennt Christian Morgenstern:

Ich hebe gerne Blumen auf vom Boden, die andre achtlos fortgeworfen haben, und gebe ihnen, was man Blumen gibt. So sterben sie, statt kalt im Kot begraben, doch noch den süßesten von allen Toden, den Tod bei einem Wesen, das sie liebt.

Micha Steinberg, Jahrgang 1948, ist Vater zweier erwachsener Kinder und war 39 Jahre als Lehrer tätig. Seit 2018 engagiert er sich ehrenamtlich im Ambulanten Hospizberatungsdienst.

Schon als jüngerer Mann habe ich mich über eine neu durchlebte Etappe meines Lebens gefreut, über Ausbildungen und Abschlüsse, Volljährigkeit, beginnende Berufstätigkeit, Liebesleid und -glück, Familiengründung u.v.m. und auch darüber, älter geworden zu sein.

Natürlich begleiten mein fortschreitendes Alter Beeinträchtigungen z.B. körperlicher Art, die ich als schmerzlichen Verlust empfinde. Die Generation meiner Eltern begleitet mich nicht mehr, ich bin an ihre Stelle gerückt, mitsamt allen Pflichten und Bürden. Langsam und unaufhaltsam wird auch der Freundes- und Bekanntenkreis kleiner, wir sehen uns statt wie früher zu ausschließlich fröhlichen Anlässen vermehrt auf Trauerfeiern. Dadurch wird mir meine eigene Endlichkeit immer stärker bewusst.

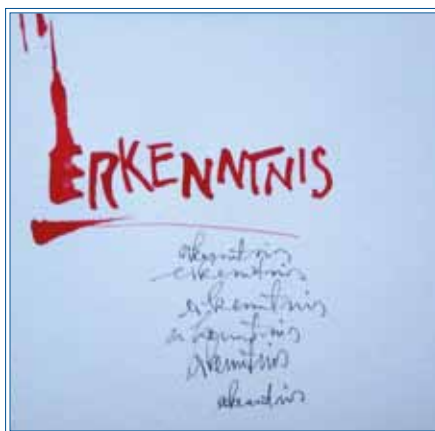
Das führt andererseits dazu, mich über die erfreulichen Aspekte meines derzeitigen Lebensabschnitts, des sog. Alters, zu freuen: Ich bin gesund, ich lebe angesichts allgemeiner und individueller Probleme in einem friedlichen Teil dieser Welt, in dem sich mir vielerlei Möglichkeiten für eine angenehme Lebensgestaltung bieten. Ich blicke auf ein erfülltes Berufsleben zurück, schwelge in Erinnerungen, die ich mit Ehemaligen teile. Ich lebe in dem Gefühl, auch mir selbst nicht mehr etwas Entscheidendes beweisen zu müssen. Ich erlebe immer noch und immer wieder sehr Beglückendes im Kreise meiner Familie. Und für all das bin ich zutiefst dankbar.

Während ich auf das Ende der Berufstätigkeit zusteuerte, erhielt ich die bekannten Ratschläge für den „Un-

ruhestand“, u.a. mir rechtzeitig Hobbys zu suchen und gesellschaftlich relevante Tätigkeiten anzustreben, ansonsten werde mir langweilig oder, noch schlimmer, ich würde über kurz oder lang vergeisen.

Diese Befürchtungen hatte ich nicht, ich vertraute im Gegenteil auf etwas, das ich in meinem Leben oft erlebt habe: dass mir etwas begegnen würde, von dem ich dann wüsste, dass ich es in der nächsten Phase meines Lebens tun möchte. So geschah es auch, und seit 2018 habe ich im Hamburger Hospiz einen Ort gefunden, an dem ich mich gebraucht und geborgen fühle; es ist zu einer Art zweitem Zuhause geworden. So kann ich Menschen in ihrer letzten Lebensphase nicht nur begleiten, sondern oft sogar von ihnen lernen.

Ein sterbenskranker jüngerer Mann sagte einmal, so beschissen



seine derzeitige Lage sei, er habe ein gutes Leben gehabt, müsse nichts Wichtiges bereuen und könne loslassen. Was für ein Geschenk! Für ihn, der

friedlich gehen konnte, und für mich, der ich mich um eine intensiv empfundene Erkenntnis bereichert fühlte!

Trauerarbeit

Männermut

V. I. ist 72 Jahre. Als Insolvenzverwalter ist er „eigentlich die Härten des Lebens gewohnt.“ Er schreibt über seine Trauererfahrungen.

Mitten aus einem blühenden Leben heraus brach meine 68-jährige Frau unvermittelt am Nordseestrand tot zusammen. Fassungslos stand ich daneben, innerlich fassungslos durchlebte ich die nächsten Wochen.

Aber: nach außen hin blieb ich kühl, kontrolliert und immer aufrecht. Ein echter Hanseat, wie man sich im Umfeld zuflüsterte; innen drin aber Chaos pur. Das konnte so nicht gutgehen.

Nach circa sechs Wochen erinnerte ich mich an einen alten Freund - ehemaligen Kapitän mit A6-Patent -, der nach dem plötzlichen Tod seiner Frau intensiv Trauergruppen besucht hatte.

Was ein alter Fahrensmann der Weltmeere für sich entschieden hatte, konnte so falsch nicht sein. Ich machte mich auf die Suche nach Trauergruppen in Hamburg. Die moderierte Trauergruppe im Hamburger Hospiz

e.V war für mich DAS Richtige. Unter einfühlsamer Begleitung merkte ich schnell, dass meine Gefühle normale, sehr starke Trauergefühle waren. Sie schüttelten mich heftigst; ließen mich rastlos und andererseits wieder antriebslos sein. In der moderierten Trauergruppe habe ich mich zielgerichtet meinen zunächst diffusen Gefühlen gestellt und sie zugelassen, bin nicht mehr davor weggelaufen.

In meinem Umfeld berichtete ich keinem von dem Besuch der Trauergruppe; vielleicht weil ich es mit meinem Ego und dem Bild nach draußen nicht vereinbaren konnte.



Diese Haltung habe ich nun aufgrund meiner Erfahrungen mit der moderierten Trauergruppe aufgegeben und mache aktiv Werbung unter

Trauernden zum Besuch von Trauergruppen. Ich kann jedem Mann nur Mut machen, Trauergruppen zu besuchen, je eher desto besser.

Öffentlichkeitsarbeit



Stefanie Schimanski liest aus dem Buch

Radio machen

Corona hat unsere Bildungsarbeit ausgebremst. Über zehn öffentliche Vorträge mussten wir seit Anfang März absagen. Wie gut, dass auch Radio machen Hamburger Hospizarbeit ist. Unsere ersten Podcasts sind entstanden und online: „Männer in Todesnähe – zehn Gespräche am Lebensende“. Hier stellen die Schauspielerinnen Stefanie Schimanski und die Autorin Angela Reschke das gleichnamige Buch mit einer Lesung vor. Im zweiten Podcast hat die Trauerbe-

gleiterin Inge Krause gemeinsam mit Angela Reschke die Sendung „Heilsame Bilder in der Trauer, von der Kraft der Imagination“ realisiert. Nachzuhören unter <https://anchor.fm/hamburger-hospiz>.

Open-Air

Viele Vorträge und Führungen mussten wir Corona-bedingt 2020 absagen. Doch diese Gruppe Bildungsurlauber*innen (Arbeit und Leben Hamburg) stellte sich am 12. August 2020 kurzerhand auf einen Open-Air-Vortrag mit Abstandsgebot ein und



Open-Air-Vortrag

erhielt vom Geschäftsführer Kai Puhlmann Antworten auf viele spannende Fragen: Wie geht unsere Gesellschaft und wie gehen wir persönlich mit dem Tod um? Wo wollen wir sterben: Zu Hause, im Krankenhaus, im Hospiz oder an zufälligem Ort? Inwieweit bilden Art und Weise des Sterbens das Leben und die Umbrüche in unserer Gesellschaft ab?

Zeitenwende und Heimatfieber

Am 10.10. startet unsere Benefiz-Kunstaussstellung *Zeitenwende und Heimatfieber* unter [auktion.hamburger-hospiz.de](#) und im Hamburger Hospiz. 52 Künstler*innen spenden 59 Werke, die wir bis zum 13.12.2020 zu Gunsten unserer Arbeit blind versteigern. Ist schon auf



Detlef Klein, ein treuer Kunstspender

das Werk geboten worden und wenn ja in welcher Höhe? Niemand weiß es!

Hier überreicht uns der bekannte Hamburger Künstler Detlef Klein sein augenzwinkerndes Werk „Campin+H&M+ Panasonic“. Die Mindestgebote betragen 10% vom Verkaufswert.

Wir danken

Verbundenheit über den Tod hinaus

Mit seinem Testament hat das **Ehepaar Posner** seine Wertschätzung und seine Verbundenheit zur Arbeit im Hamburger Hospiz e.V. ausgedrückt und unsere Spendenakquise für den An- und Umbau wesentlich vorangebracht.

Eigentlich wollte sich Silvia Posner 2009 ehrenamtlich im ambulanten

Hospizberatungsdienst engagieren und Sterbenden zu Hause, im Pflegeheim und im Krankenhaus beistehen. Doch nach dem Befähigungskurs erkrankte die überzeugte Hamburger Hospizlerin leider selbst schwer.

Trotzdem beschloss sie gemeinsam mit ihrem Mann, ihr Engagement für die Hospizidee über den Tod hinaus fortzusetzen und den Hamburger Hospiz e.V. im Testament



Verbundenheit über den Tod hinaus

zu bedenken. Das kinderlose Ehepaar Posner setzte uns als Alleinerben ein.

An ihrem Lebensende erfuhr Silvia Posner im stationären Hamburger Hospiz die liebevolle Begleitung, die sie anderen spenden wollte. Die Zeit des Abschieds brachte viel Schmerz, aber auch Trost und Linderung für Frau und Herrn Posner mit sich.

Nun, nach dem Ableben von Herrn Posner, hinterlassen sie uns die stattliche und dringend benötigte Summe von nahezu 500.000 Euro für unseren An- und Umbau. In großer Dankbarkeit legten die Vorstandsmitglieder Uwe Grund und Gerhard Renner im Namen des Vereins einen Kranz am Grab nieder.

Facebook-Spendenaktion

Nicht selten begegnen sich Dankende in gegenseitiger Wertschätzung. Sehr herzlich bedanken wir uns bei

Matthias Clasen, der eine Spendenaktion in Gedenken an seine verstorbene Schwester **Regy Clasen** am 1. April 2020 über Facebook ins Leben gerufen hat. Er schreibt:

*Der Hamburger Hospiz e.V. im Heleenstift hat Regy Clasen in den letzten Monaten ihres Lebens ein wahres Zuhause gegeben. Wir alle, die wir bis zum Schluss bei ihr sein konnten, waren über alle Maßen berührt und beeindruckt von der liebevollen Zuwendung und fachkundigen Unterstützung, die Regy dort erfahren durfte. Jede einzelne Mitarbeiter*in war mit Seele und Kompetenz dabei, war jederzeit zugewandt und ansprechbar, auch für uns. Wir wissen nicht, wie wir diese schwere Zeit durchgestanden hätten, ohne die Möglichkeiten, die das Hospiz uns geschenkt hat.*

Das gesamte Hospizwesen ist ein Segen für Menschen in Todesnähe und deren Angehörige, auch wenn es in der öffentlichen Aufmerksamkeit leider noch etwas untergeht. Die Hamburger Hospize finanzieren sich zu einem großen Teil über Spenden, daher haben wir – auch in Regys Sinne – beschlossen, euch zu dieser Spendenaktion aufzurufen. Regy hat immer einen Teil ihres Einkommens für verschiedene Organisationen gespendet, lassen wir uns davon inspirieren.

Danke & Grüße, Matthias

Dank an uns

Ambulant

Liebes ambulantes Hospizteam, unser Vater ist kurz vor seinem 99. Geburtstag friedlich zu Hause eingeschlafen, so wie er es sich gewünscht hat.

Es war ein Segen, dass Ihre Hospizmitarbeiterin meine Schwester und mich in den letzten Monaten regelmäßig besuchte und wir gemeinsam reflektieren konnten, wie wir mit der anstrengenden Pflegesituation umgehen können. In mir hatte sich durch die Erschöpfung so viel Anspannung und Wut aufgestaut. Und ich hatte große Angst davor, meinen Vater zu verlieren. Es tat so gut, dass wir uns im Gespräch sortieren und unsere Gefühle hinterfragen konnten. Schließlich haben wir uns mehr Unterstützung vom Pflegedienst geholt.

Mit meinem Vater gab es für uns noch viele schöne und liebevolle Momente. Ich hatte das Gefühl, dass in den letzten Wochen noch manch alte Verletzung heilen durfte. Danke für Ihre Begleitung, die so vieles an Veränderung bei uns angestoßen hat.

Stationär

Liebes Hospizteam, vielen Dank für Ihren netten Brief. Oft denke ich an die Tage im Hospiz. Wie

ein Film laufen sie immer wieder ab, und dabei bin ich gerührt von der liebevollen Betreuung, die Sie geleistet haben. Sollte mich je so ein Schicksal ereilen, habe ich meinem Sohn aufgetragen, mich im Helenenstift unterzubringen. Sie leisten eine große Aufgabe in der Gesellschaft. Es ist ein guter Trost, dass mein Mann, wenn auch kurz, in guten Händen war.

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vom Helenenstift!

Es war für uns eine einmalige Erfahrung zu erleben, wie fürsorglich und überaus warmherzig Sie sich um Ihre Gäste kümmern. Wir waren sehr berührt, wie liebevoll Sie Herrn B. umsorgten und sehr erleichtert, ihn in so guten Händen zu wissen. Vielen Dank! Mit herzlichen Grüßen der Nachbarn und der Mitarbeiter von Herrn B.s Hausgemeinschaft





Veranstaltungen

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

10.10. - 13.12.2020	Benefizausstellung mit verdeckter Versteigerung Zeitenwende und Heimatfieber (online)
11.10.2020 10:00 - 16:30	Gemeinsam mit Hospizmitarbeiter*innen durch den Wohlerspark schlendern und Wissenswertes über Hospiz erfahren. Walk and Talk
11.10.2020 11:15 - 16:15 mittwochs 18:00 - 19:00 bis zum 09.12.2020	Kunstliebhaber*innen willkommen! Ausstellungsbesuch: Zeitenwende und Heimatfieber
24.10.2020 09:30 - 16:30	Tagesseminar Trauer in Form und Farbe
geplant für November	Podcast Märchen von Leben und Tod
02.11.2020 18:00 - 19:30	Informationsabend für Trauernde Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
05.12.2020 09:30 - 16:30	Tagesseminar Trauer in Form und Farbe
ab 06.12.2020 10:00	YouTube und Podcast: Meditativ-besinnlicher Vortrag Ewigkeitsmomente
21.01.2021 18:00 - 20:15	Vortrag „Sterben, wie geht das?“ – Vom Sterbeprozess unseres Körpers
17.02.2021 18:00 - 20:00	Vortrag – Fragen erwünscht! Mit dem Leben sterben wollen – Gedanken zur Individuation am Lebensende
22.02.2021 18:00 - 19:30	Informationsabend für Trauernde Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
17.03.2021 18:00 - 20:00	Vortrag – Fragen erwünscht! Trauertattoos – hautnahe Erinnerungen

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.