

# Hospiz-Forum

Ambulanter Hospizdienst – Caritas-Zentrum Traunstein

Ausgabe 20 – Okt. 2018

## Seien Sie begrüßt!

„Nicht dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben geben“, „Du bist wichtig, weil Du eben Du bist. Du bist bis zum letzten Augenblick Deines Lebens wichtig und wir werden alles tun, damit Du nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben kannst.“

Diese Sätze von Cicely Saunders sind Jedem in hospizlicher und palliativer Umgebung vertraut.

Cicely Saunders, Krankenschwester, Sozialarbeiterin, Ärztin und Palliativmedizinerin – und nicht zuletzt Gründerin der modernen Hospizbewegung, wäre in diesem Sommer 100 Jahre alte geworden.

Auf ihren mutigen Ideen und Erfahrungen, Forschungen und wissenschaftlichen Studien basiert unsere heutige Sorge um Schwerstkranke und sterbende Menschen weltweit. Besonders der Begriff „Palliative Care“ und die Kenntnis der Multidimensionalität der Schmerzen, physische, psychische, soziale und spirituelle Schmerzen, geht auf sie zurück.

2005 starb Cicely Saunders 87jährig in dem von ihr gegründeten St. Christopher's Hospice London. Der Gedanke an sie ist uns immer wieder Motivation in dem Bestreben, Möglichkeiten zu finden, die Lebensqualität sterbender Menschen zu verbessern.

Es begrüßt Sie vom gesamten Team

Lisa Weßels,  
Einsatzleitung/  
Koordination  
im Ambulanten  
Hospizdienst



## Die Mappe für den Notfall

Wenn der Fall der Fälle, ein medizinischer Notfall, eintritt, dann herrscht leicht Chaos: wen anrufen, was mitnehmen, wo sind die wichtigsten Unterlagen? Damit der Stress beherrschbar bleibt und die Angehörigen alle notwendigen Daten gleich und übersichtlich zur Hand haben und wissen was zu tun ist, stellt das LRA Traunstein nun die Struktur für eine so genannte Notfallmappe zur Verfügung. Auf seiner Internetseite unter dem Punkt Online-Dienste finden sich zwei Pakete von Vordrucken, die am besten auszufüllen sind, wenn das Leben noch in ruhigen Bahnen läuft: die Angaben zum medizinischen Teil enthalten persönliche und gesundheitliche Daten zu Ihrer Person (Name des Arztes, medizinische Angaben, gibt es Vollmachten und Verfügungen und wo sind sie

hinterlegt, was sollte man bei einer Krankenhauseinweisung beachten, wer muss benachrichtigt werden u.ä.). Die Angaben im wirtschaftlichen Teil sind komplexer: die Kontaktdaten zur Altersvorsorge, zu Konten und laufenden Verträgen, Dokumente zu Wohnung/Haus und allen bestehenden Versicherungen. Zum guten Schluss ein „Merkblatt für den Trauerfall“: der Vermerk ob und wo ein Testament existiert sowie hilfreiche Tipps für Angehörige, was im Falle des Todes eines Angehörigen zu tun ist.

Zugegeben: das Ausfüllen der Formulare sieht nach Arbeit aus, aber sicherlich hilft es im Notfall Ihren Angehörigen – und somit auch Ihnen selbst.

<http://traunstein.com/wTraunstein/verwaltung/formulare.php>

## Zuwachs beim Ambulanten Hospizdienst



Mit Abschluss des Aufbaukurses haben die Teilnehmerinnen ihre Ausbildung zur Hospizbegleiterin beendet. Von links: Martha Jäger, Andrea Hagleitner, Anita Buchauer, Daniela Schmid, Elisabeth Pletschacher, Maria Gantner, Monika Allemann, Eva Wiedemann-Ditz, Susanne Tann, Barbara Döring, Susanne Stöckl, Ines Häusler, Ingrid Petschler, Christina Normann. Wir freuen uns über die Verstärkung!

**Der nächste Aufbaukurs, für den wie immer die Teilnahme an einem Grundkurs Voraussetzung ist, beginnt im Herbst 2019.**

## Die Suche nach der letzten Ruhe

**Wenn ein Mensch verstorben ist, muss er bestattet werden. Doch wo und wie? In Deutschland regeln die Bestattungsgesetze, wie man zur letzten Ruhestätte gelangt. Feuerbestattungen nehmen eindeutig zu, immer beliebter ist hierbei die Naturbestattung.**

Noch vor wenigen Jahren war es keine Frage: Menschen, die verstorben sind, werden in einem Holzsarg in einem Grab auf einem Friedhof beerdigt. Doch schon seit mehr als 200 Jahren gibt es eine Alternative: die Feuerbestattung. Die leiblichen Überreste eines Verstorbenen werden in einem Krematorium verbrannt und die Asche in einer Urne in ein Grab auf dem Friedhof versenkt. Seit 1934 kann sie auch im Meer versenkt werden. Inzwischen ziehen immer mehr Menschen eine Feuerbestattung der Erdbestattung vor, nur noch ein Drittel aller Bestattungen sind herkömmliche Erdbestattungen. Denn eine Urnenbestattung kann günstiger sein als die Erdbestattung, vor allem aber zieht sie meist nicht so hohe Folgekosten bei Grabstein oder Grabpflege nach sich. Ob Erd- oder Feuerbestattung: In Deutschland herrscht **Bestattungspflicht**: Die nächsten Angehörigen eines Verstorbenen müssen dafür sorgen, dass eine Leichenschau, die Ausstellung der Todesbescheinigung und die Bestattung innerhalb der kurzen gesetzlichen Fristen durchgeführt werden. Außerdem herrscht in Deutschland **Friedhofspflicht**, manche sagen Friedhofszwang: Anders als in vielen anderen Ländern ist eine Beerdigung außerhalb eines Friedhofsgeländes nicht zulässig. Ein Leichnam kann in Deutschland ausschließlich auf einem dafür ausgewiesenen pietätsgerechten Gelände bestattet werden und es ist verboten, die Asche den Hinterbliebenen zur freien Verfügung zu überlassen. Doch haben sich die Wünsche und technischen Möglichkeiten für den Umgang mit der Asche in den letzten Jahren gewaltig geändert: Die Einen möchten die Asche des Verstorbenen vom Berg oder Heißluftballon in alle Winde verstreuen oder im eigenen Garten verteilen, die Anderen zu einem Diamantring pressen lassen, Ideen gibt es viele,

erlaubt ist all das in Deutschland nicht. Totenasche gehört bei uns weiterhin auf einen Friedhof. Lediglich im Bundesland Bremen sind die Vorschriften unter strengen Voraussetzungen gelockert. Neben den in Deutschland zugelassenen Urnenbeisetzungen in Urnengräbern auf dem Friedhof (Urnenerdbestattung) und in Urnenwänden wird in letzter Zeit eine neue Variante beliebter: eine Naturbestattung: Die Urne wird nicht in einem großen Grab oder einer Urnenwand beigesetzt, sondern naturnah unter Bäumen. Damit dies auch trotz Friedhofszwang möglich wird, müssen geeignete Grundstücke als Friedhofsflächen ausgewiesen und von den Kommunen genehmigt werden. Auch private Firmen können dann solche Baumbestattungen anbieten. Es gibt aber auch auf einigen kommunalen Friedhöfen die Möglichkeit, in bestimmten Bereichen des Friedhofs unter einem Baum die letzte Ruhe zu finden. Im Landkreis Traunstein ist dies etwa auf dem Waldfriedhof in Traunstein oder zum Beispiel in Obing der Fall: die Gemeinde Obing hat seit 2015 auf seinem kommunalen Friedhof einen Ruhehain mit 550 Plätzen für Urnen aus verrottbarem Materi-

al eingerichtet. Sie stehen Menschen aus der gesamten Region zur Verfügung, die Kosten für einen Urnenplatz unterm Baum belaufen sich auf 460 Euro. Rund um jeweils einen Baum sind zwölf Urnenplätze vorgesehen. Dort werden die Urnen versenkt: anonym oder es kann in die Erde eine kleine Steinplatte mit dem Namen eingelassen werden. Der Vertrag über die Nutzung des Platzes läuft über 25 Jahre. Wer trotz der strengen deutschen Gesetze eine ungewöhnliche Bestattung plant, muss sich an den örtlichen Bestatter wenden: dieser kooperiert mit Berufskollegen im benachbarten Ausland, wo die Regeln nicht so streng sind. Für die Bestattung mit dem Ballon kann die Urne beispielsweise nach Tschechien überführt werden, für die Verstreuung über einer Almwiese und eine Diamantpressung nach Österreich. Ist eine muslimische Bestattung geboten, wenden sich die Angehörigen meist an muslimische Bestatter. Nach der rituellen Waschung wird der Leichnam noch am selben Tag in das Heimatland überführt oder zu einem Friedhof gebracht, wo es muslimische Grabstellen gibt, die nach Mekka ausgerichtet sind.

s.pü



Auf dem Ruhehain im Obinger kommunalen Friedhof ist Platz für etwa 550 Urnen.

**Kreativ durch die Trauer**

Die schöpferische Kraft in uns kann der Trauer Ausdruck geben. Aus Scherben entsteht etwas Neues: ein Mosaik.

**Termin:** 6.10.2018, 14-18 Uhr

**Ort:** TS, Kath. Pfarrheim Hl. Kreuz, Clubraum, Schlosstr. 15c

**Informationen und Anmeldung:**

**AHD, Tel. 0861-98877-920**

**Offenes Trauercafé**

Das Trauercafé findet einmal im Monat statt, die nächsten Termine sind:

**18.10., 15.11., 13.12.2018, 24.1., 21.2.2019.**

Jeweils 15:30 bis 17:30 Uhr,

**Ort:** Pfarrheim Hl. Kreuz, Traunstein.

**Weitere Informationen AHD,**

**Tel. 0861-98877-920**

**Hospiz-Grundkurs in Grassau**

**8.10 bis 3.12.2018, nicht 29.10.18,**

**jeweils 19:00 bis 21:30 Uhr**

**Leitung:** Susanne Pühler,

Interessierte haben in diesem Seminar die Gelegenheit, unterschiedliche Aspekte der Sterbebegleitung kennen zu lernen. Das Seminar richtet sich an alle, die sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer befassen möchten.

Für eine aktive Mitarbeit als Hospizbegleiter ist die Teilnahme an einem solchen Grundkurs verpflichtend.

**Kostenbeitrag:** 50 €, für Ehepaare 75 €

**Ort:** Kath. Pfarrheim Grassau

**Anmeldung:** KBW, Tel. 0861-69495,

Teilnehmerzahl begrenzt

**Erinnerungsbretter gestalten**

Kreatives Tun in der Erinnerung an einen verlorenen Menschen

**Termin:** 17.11.2018, 10-15 Uhr

**Ort:** Schule der Phantasie, TS, Stadtplatz 38, Rgb.

**Leitung:** Brigitte Maier, kreative Arbeit, Andrea Klötzer, Trauer- und Hospizbegleiterin

**Gebühr inkl. Material:** 30 €

**Teilnehmerbegrenzung:** 8 Pers.

**Infos und Anmeldung:** AHD,

**Tel. 0861-98877-940**

Impressum:

**Hospiz-Forum**

Der Rundbrief wird herausgegeben vom Ambulanten Hospizdienst Caritas-Zentrum Traunstein, Herzog-Wilhelm-Str. 22, 83278 Traunstein; Tel. 0861 98877-920; Mail: ambulanter-hospizdienst-ts@caritasmuenchen.de; Homepage: www.caritas-traunstein.de; Redaktion / Layout: Susanne Pühler  
V.i.S.d.P.: Franz Burghartwieser, Caritas-Zentrum Traunstein.



Sie können diesen Rundbrief per Mail be- und abbestellen.

**Kompaktkurs zur Letzten Hilfe**

Kompakt in vier Unterrichtsstunden können die Teilnehmer dieses Kurses im November sich an zwei Abenden darüber informieren, wie sie Sterbenden auf deren letztem Weg die Hand reichen können. Das Themenspektrum umfasst vier Module:

- Sterben gehört zum Leben: den Sterbeprozess verstehen
  - Vorsorgen und Entscheiden: Wer soll mich vertreten, wenn ich nicht mehr selbst entscheiden kann?
  - Leiden lindern: körperliche Beschwerden lindern, mit psychischen, sozialen und spirituellen Nöten umgehen
  - Abschied nehmen: Rituale, Bestattung und Bestattungsvorsorge.
- Der Letzte-Hilfe-Kurs will die Teilnehmer ermutigen, sich nicht aus lauter



Hilflosigkeit von Sterbenden abzuwenden, sondern sich ihnen zuzuwenden.

Er wird als Kooperation mit dem Caritas-Altenheim St. Irmingard, dem AHD der Caritas und dem KBW in Traunstein angeboten. Termine 7. und 14.11.2018, 18-20 Uhr, Caritas-Altenheim, Herzog-Wilhelm-Str. 20, Anmeldung bei KBW, Tel. 0861-69495, Kursgebühr 8 €.

**LESE-ECKE****Mutbüchlein für das Lebensende**

In Gesellschaften des langen Lebens braucht es Mut, das Leben bis zuletzt anzunehmen. Die Lektüre dieses Büchleins erfordert Mut und soll Mut zurückgeben, um die Dinge des Lebens zu Ende zu denken, das Ende mitzubedenken. Was ist Glück? Wie entsteht Vertrauen? All das ist Sorge. Die Sorge hat zwei Seiten. Sie beschwert, der Tod, der Voraus-Blick auf die eigene mögliche Gebrechlichkeit und das Lebensende wecken diese Sorge. Die zweite Seite der Sorge ist aktiver. Sorgen heißt: Verantwortung übernehmen, sich kümmern, bedenken, gestalten, nicht ausweichen. Auf dem Spiel steht eine neue Sorgekunst. Dieses Mutbüchlein für die Manteltasche ermutigt zu einer Sorge um sich, mit Anderen und für Andere. Es ist ein leidenschaftliches Plädoyer für ein wesentlicheres Leben in menschlichen Beziehungen, hier und heute. Es wird getragen von der

Einsicht, dass nicht „Planung“ der angemessene Umgang mit den existenziellen Herausforderungen ist, sondern die Kunst, sich zu sorgen.



Andreas Heller, Patrick Schuchter: Sorgekunst. Mutbüchlein für das Lebensende. Der Hospiz-Verlag Esslingen 2018, Euro 14,90

Der Ambulante Hospizdienst der Caritas in Traunstein braucht Ihre Spende. Zuwendungen mit dem Kennwort „Hospizdienst Traunstein“ kommen ausschließlich diesem Dienst zugute.

**Caritas München-Freising e.V., Bank für Sozialwirtschaft München, IBAN: DE62 7002 0500 8850 0007 14**

Sie bekommen automatisch eine Spendenbescheinigung, wenn Sie auf der Überweisung Ihre Adresse angeben.