

Hospiz-Forum

Ambulanter Hospizdienst Caritas-Zentrum Traunstein

Ausgabe 30 – Februar 2022



**Liebe Leserinnen
und Leser,**

endlich ist es wieder so weit, nach drei Jahren werden wir ab diesem Herbst wieder ein Aufbauseminar für angehende ehrenamtliche Hospizbegleiter/-innen beginnen. Auch unabhängig davon, dass durch die Coronapandemie einige Hospizbegleiter für längere Zeit pausieren, ist natürlich immer Bewegung in einer mit ca. 65 Personen recht großen Gruppe. Insofern freuen wir uns sehr, dass wir im nächsten Sommer wieder neue Ehrenamtliche begrüßen dürfen. Der Grundkurs, der ja der erste Baustein für diese Ausbildung ist, ist tatsächlich schon ausgebucht. So können wir uns auf einige Interessenten einstellen. Haben Sie selbst diesen Kurs schon vor längerer Zeit absolviert und erst jetzt die nötige freie Zeit oder das Interesse an der Mitarbeit in unserem Ambulanten Hospizdienst, so melden Sie sich doch telefonisch oder per Mail bei uns. Wir informieren Sie gerne persönlich und überlegen mit Ihnen zusammen, ob dieses Engagement aktuell das Richtige für Sie ist und schicken Ihnen ggfs. die nötigen Unterlagen zu. Wir freuen uns über alle Interessenten, egal welchen Geschlechts, welcher Konfession, welchen beruflichen und persönlichen Hintergrunds.

Es grüßt Sie herzlich,

Lisa Weißels

Sorgekultur

Vom Vertrauen, mich zumuten zu dürfen

Bereits am 11. Dezember 2021 hat der Palliativmediziner Dr. Christoph Jung einen beeindruckenden Artikel zum Thema würdevolles Sterben verfasst. Einzelne Gedanken sollen hier wiedergegeben werden und Raum bekommen.

Dr. Jung stellt die These auf, dass das Thema des assistierten Suizids so präsent in unserer Gesellschaft wird, weil wir die Sorgekultur verlernt haben. „Wir als Gesellschaft sollten uns das Sorgen wieder leisten wollen. Wir sollten Sorge als ein gegenseitiges Geschenk verstehen lernen, nicht als Anspruch an einen Staat, der wir letztlich selbst sind.“

Er räumt zwar durchaus ehrlich ein: „Trotzdem öffnet diese Gesetzesänderung die Möglichkeit Menschen zu helfen, die das unbegrenzte Weiter-Leben-Müssen nicht mehr aushalten können.“

Aber er verweist auch klar auf die Ursache vieler Sterbewünsche: „Ich möchte niemandem zur Last fallen.“ „Das ist ein schöner, ehrenvoller Anspruch. Aber er könnte auch heißen, ich habe Angst, dass ich am Ende eben nicht gehalten bin von meiner Solidargemeinschaft und diese letzten Meter Weges nicht nur alleine, sondern einsam, unbegleitet gehen muss. Dann wünsche ich mir vielleicht auch assistierten Suizid.“

Seine Lösung, die er anbietet, ist einen Weg zu gehen. Gemeinsam, um eine Entscheidung zu

finden: „Eine Sorgekultur [Andreas Heller] öffnet sichere Räume. Die Angst, unbegleitet und ungehalten zu sein, wird kleiner. Man spricht miteinander, zunächst einmal ergebnisoffen, über gehbare Wege und man gewinnt die Zuversicht, dass mein eigener Weg gehbar bleiben kann. Das gibt auch dem Kranken und Alten Würde. Der Wunsch, Mühsal, Müdigkeit und Weiterkämpfen nicht mehr aushalten zu wollen, wandelt sich dann vielleicht sogar in eine Offenheit für das, was es in dem Restleben trotz Krankheit doch noch zu erfahren gibt: Nähe und Zuwendung und Solidarität. Assistierten Suizid braucht es dann fast nie. Und es fordert dann auch kaum jemand.“

Die Grundlage, um in diesen Prozess der Sorgekultur einsteigen zu können, ist so banal wie anspruchsvoll zugleich: Habe ich den Mut, mich dem anderen zuzumuten? Habe ich das Vertrauen in mich selbst, den anderen um Hilfe bitten zu dürfen?

In einer Meditation heißt es dazu ganz passend: „Barmherzigkeit heißt nicht, gönnerhaft-hochmütig zu geben, sondern die Freigebigkeit des anderen anzufragen.“

Wenn wir es barmherzig wagen, uns dem anderen zuzumuten, ist die Keimzelle der Sorgekultur geschaffen: Wir schenken, wenn wir fragen.

Michael Maurer

Nachwuchs im Team des AHD: Christel Kaa und Anne Riemer stellen sich vor:

Mein Name ist **Christel Kaa**, bin 56 Jahre alt, Sozialpädagogin und lebe mit Mann, Tochter und Hund seit 15 Jahren wieder im schönen Chiemgau. Schon seit dem 1.11.20 bin ich als Nachfolgerin von Christa Seitz im Ambulanten Hospizdienst tätig, fühle mich inzwischen gut angekommen und, von allen die ich kennenlernen durfte, auch gut angenommen. Als Quereinsteigerin mit Hintergrund Rehabilitation, Jugendarbeit und auch Seelsorge im Ehrenamt bin ich sehr dankbar für die Offenheit und das Wohlwollen, welches mir entgegengebracht wird. Im speziellen Aufgabengebiet der Hospizarbeit und ihren sie umgebenden Themenfeldern liegt mein Augenmerk besonders im Bereich der Angebote für Trauernde die, mit Unterstützung von etlichen, zu Trauerbegleiter/-innen gut ausgebildeten ehrenamtlichen Hospizbegleiter/-innen, im AHD gut aufgestellt sind. Als Ansprechpartnerin für die ausführenden Leitungen des offenen Trauercafés und die trauernden Menschen auf der Suche nach Austausch und Orientierung in einer für sie sehr schwierigen Zeit, bin ich zur Schnittstelle geworden. Mir wird immer neu bewusst, dass Trauer nicht erst beginnt, wenn man eine/n Verstorbene/n zu beklagen hat, sondern schon davor, ja in allen Lebensphasen, in denen Abschied und Neubeginn mitklingt, unser Begleiter sein will und darf. Wir alle (und das kann uns ermutigen, für andere da zu sein) haben Erfahrungen damit gewonnen und können dazu beitragen, dass die Zeit der Trauer durchlebt, überstanden oder als Anlass für Wachstum wahrgenommen werden kann.

„Wo immer Sonne scheint, ist Wüste.“ Dieses Zitat (ursprünglich aus Arabien) macht unter anderem auch deutlich, dass Trauererfahrungen oder auch weniger erfüllte Zeiten maßgeblich an der Entwicklung der facettenreichen Persönlichkeit, die wir sind und werden, beteiligt ist. Hier im AHD darf ich jeden Tag diese Persönlichkeiten kennenlernen und Leute zusammenbringen, die sich beistehen in schweren Tagen. Das gibt einen Sinn, der mich trägt.

Der kranke Mensch selbst, seine An- und Zugehörigen, als auch deren Weggefährten/Innen (Freunde, Nachbarn, Ärzte, Fachdienste und Ehrenamt) sind Teil dieses Netzes, welches uns Menschen im besten Fall ausmacht, uns hält und formt. Dazu möchte ich auch beitragen und in diesem Sinne freue ich mich auf weitere wertvolle Begegnungen.

Als neue Koordinatorin im Ambulanten Hospizdienst seit 01.11.2021, darf auch ich mich Ihnen heute vorstellen: mein Name ist **Anne Riemer**, ich bin 31 Jahre alt und lebe mit meiner kleinen Familie seit acht Jahren im Berchtesgadener Land. Geboren und aufgewachsen bin ich im Spreewald, wo ich auch meine Ausbildung zur Altenpflegerin absolviert habe.

Schon in dieser Zeit ist mir die Versorgung sterbender Menschen ein besonderes Anliegen gewesen, so dass ich mich mit der Weiterbildung im Bereich Palliative Care hierin spezialisiert habe. Im Ambulanten Palliativdienst Cottbus konnte ich dazu beitragen, die Lebensqualität von Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu verbessern und wertvolle Erfahrungen für mich persönlich zu sammeln. Nach einer Zusatzqualifikation zur Geprüften Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK) freue ich mich nun sehr, meine Erkenntnisse und Vorerfahrungen, u.a. aus dem Bereich der ambulanten Palliativpflege, in das Team der Einsatzleiterinnen/Koordinatorinnen im Ambulanten Hospizdienst Traunstein einbringen zu können. Schwerstkranke Menschen zusammen mit ihren Zugehörigen in ihrem sozialen Umfeld wahrzunehmen und zu unterstützen, die psychosozialen Bedürfnisse mehr in den Fokus zu nehmen, ihnen durch ehrenamtliche Hospizbegleitung Zeit zu schenken erfüllt mich mit großer Zuversicht.

Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit innerhalb des Teams, mit den Kooperationspartnern und nicht zuletzt den zu begleitenden Menschen und ihren Zugehörigen.



Von links: Lisa Weißels, Anne Riemer und Christel Kaa

Aktuelle Termine

die Corona bedingten Teilnahmebedingungen sind vorher zu erfragen.

Aufbauseminar

Etwa alle drei Jahre findet das Seminar für angehende ehrenamtliche Hospizbegleiter/-innen statt. Das nächste startet ab Herbst 2022 unter 2-G. Voraussetzung ist dafür der Grundkurs. Infos erfolgen auch gerne telefonisch: 0861-98877-920

Hospiz-Grundkurs

„Lebensbegleitung für Sterbende“
Termine: 8x montags, 14.3. – 16.5.22
jeweils 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr
Ort: Pfarrheim Hl. Kreuz, Schlossstr, Traunstein
Kursgebühr: 70 € (105 € für Paare)
Anmeldung: KBW, Tel. 0861/69495

Offenes Trauercafé

Unsere Trauer hat kein Verfallsdatum. Im geschützten Rahmen des monatlich stattfindenden Trauercafés sind Sie eingeladen, in wohlthuender Atmosphäre Menschen zu treffen, denen es ähnlich ergeht. Erzählen, zuhören, sich erinnern...

Monatlich donnerstags um 15:30 Uhr
Termine: 24.03.22; 28.04.22; 19.05.22; 23.06.22; 21.07.22; 22.09.22; 20.10.22
Ort: Pfarrheim Hl. Kreuz, Traunstein
Anmeldung ist erforderlich unter
Telefon: 0861/98877-920

Der Ambulante Hospizdienst im Caritas-Zentrum Traunstein freut sich über Ihre Spende!
Kennwort

„Hospizdienst Traunstein“
an
Caritas München-Freising e. V.
IBAN:
DE62 7002 0500 8850 0007 14
Bank für Sozialwirtschaft
München

Sie erhalten automatisch zum Jahresende eine Spendenbescheinigung, wenn Sie auf der Überweisung Ihre Adresse angeben.

Impressum:

Herausgeber: Ambulanter Hospizdienst
Caritas-Zentrum Traunstein / Herzog-Wilhelm-Str. 20 /
83278 Traunstein / Tel. 0861 98877-920;
E-Mail: ambulanter-hospizdienst-ts@caritasmuenchen.de
Homepage: www.caritas-traunstein.de
Redaktion / Layout: Anne Riemer
V.i.S.d.P.: Franz Burghartswieser (Geschäftsführer).
Für die Inhalte der verlinkten Seiten übernimmt das Caritaszentrum keine Haftung.

Wir sagen Danke!

Gerne nutzen wir die Gelegenheit zu Anfang des Jahres, uns bei allen Spendern aus dem vergangenen Jahr ganz herzlich zu bedanken. Oft erreichen uns Spenden mit kleinen Beträgen von Einzelpersonen, die sich der Hospizidee verbunden fühlen, die sich für einen Kontakt, der ihnen geholfen hat, bei uns bedanken möchten oder denen wir durch eine Begleitung in schwieriger Zeit helfen konnten. Immer wieder erreichen uns aber auch Spenden von Vereinen und Gruppierungen, die durch den Verkauf von Selbstgemachtem oder Einnahmen aus besonderem Anlass uns mit einem größeren Betrag unterstützen. Egal, um welche Spende es sich handelt, sei es Kranz- oder Geburtstagsspenden, Einzel- oder Großspenden, wir freuen uns über jeden noch so kleinen Betrag und sind sehr dankbar hierfür. Diese Spenden erlauben es uns, immer wieder auch Unterstützungsangebote aufzubauen und durchführen zu können, für die es keinerlei andere Finanzierungsmöglichkeiten gibt. Hierzu zählt z.B. das offene Trauercafé, welches wir nach einer Coronapause wieder regelmäßig anbieten können und das aktuell wieder sehr gut angenommen wird. Die hier entstehenden Unkosten müssen allerdings rein aus Spenden beglichen werden.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

MEDIEN - ECKE

MARIANENGRABEN

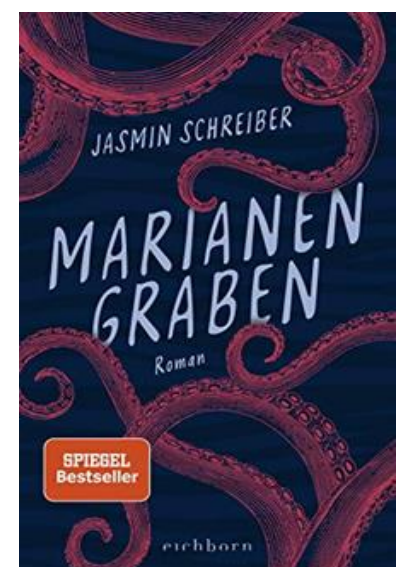
Kenner wissen: In der Trauer gibt es auch einiges zu lachen. Und in Büchern über Trauernde auch.

Eine junge Frau, Biologin, die eigentlich gerade an ihrer Doktorarbeit schreiben sollte, kämpft mit einer heftigen Depression, weil ihr kleiner Bruder Tim im Urlaub mit den Eltern ertrunken ist – und sie hat es nicht verhindert, weil sie nicht mit ihnen in Urlaub gefahren ist, nur wegen eines Konzertes! Tief wie die tiefste Tiefe der Weltmeere (für Wissenschaftler: 11.000m im Marianengraben im Pazifischen Ozean) ist sie in die Traurigkeit abgesunken, als sie Helmut trifft, einen 80-jährigen schrulligen Herrn, der sich auf den Weg macht, die Asche seiner verstorbenen Frau nach Österreich zu bringen, so wie er es ihr versprochen hat.

Zusammen machen sich beide auf die Reise: Paula taucht allmählich aus den Untiefen der Trauer auf und erspürt wieder den Sinn ihres Lebens, Helmut kann seinen Lebensweg abrunden.

Wer mal wieder ein Buch nicht aus den Händen legen will, der sollte zu diesem Roadmovie greifen: packend wie das Leben, zu Tränen rührend und zum Lachen und Schmunzeln anregend, einfach lohnend!!

Susanne Pühler



Jasmin Schreiber: Marianengraben. Roman. Eichborn 2020, gebundenes Buch 20€