

Hospiz-Mitteilungen



Liebe Leserinnen und Leser

Mit der ersten Ausgabe der Hospiz-Mitteilungen in diesem Jahr wünsche ich Ihnen im Namen des gesamten Vorstandes noch ein gutes und erfülltes neues Jahr 2014.

Der Jahreswechsel lädt dazu ein, zugleich zurück-, aber auch vorzuschauen. Durch das Engagement unserer Hospiz- und Trauerbegleiter/innen konnten wir wieder sterbende und trauernde Menschen begleiten. Die eingebrachten Stunden unseres Dienstes werden für die kommende Mitgliederversammlung zusammengestellt und veröffentlicht. Die Mitgliederversammlung findet am **20. März 2014 im Martin-Luther-Haus in Oppenheim** statt.

Neben den Begleitungen, als unserem entscheidenden Tun, gab es auch weitere Höhepunkte in unserem Verein, die unsere Arbeit weiter bekannt gemacht haben und sie auch mehr und mehr nachfragen lassen. Zum einen war da der erfolgreiche Benefizlauf in Dolgesheim und dann im November der Vortrag von Karl Kardinal Lehmann, der den besonderen Beitrag der Hospizarbeit für ein Leben in Würde bis zum Schluss dargestellt hat. Beidem verdanken wir einen weiteren Motivationsschub für unsere Arbeit.

In diesem Jahr organisieren wir die Ausstellung „Suizid – keine Trauer wie jede andere. Gegen die Mauer des Schweigens“ im Westchor der Katharinenkirche mit entsprechendem Begleitprogramm. Die Ausstellung vom 09.03. bis 06.04.2014 will ein weiterer Beitrag sein, Sterben und Tod in der Gesellschaft zu thematisieren und gleichzeitig auf die besondere Situation Suizid-Trauernder hinzuweisen. Auch sie wollen wir nicht alleine lassen!

Für Ihr Vertrauen in unser Tun und für die Unterstützung auf so vielfältige Weise bedanke ich mich von Herzen!

Thomas Gensler
Vorsitzender

Suizid - keine Trauer wie jede andere

Alle 47 Minuten stirbt ein Mensch durch Suizid. Täglich sind das mehr Menschen als bei Verkehrsunfällen ums Leben kommen. Trotzdem ist das Thema Suizid ein Tabuthema. Um Menschen aus dieser Isolation zu holen, zeigt der Verein Ökumenische Hospizarbeit Rhein-Selz e.V. in der Zeit vom 09.03.2014 bis zum 06.04.2014 im Westchor der St. Katharinen Kirche in Oppenheim die AGUS Wanderausstellung „Mauer des Schweigens“. AGUS ist ein Verein, der sich um Angehörige bei Suizid kümmert. Ob wir mit dieser Ausstellung die „Mauer des Schweigens“ abbauen können, bleibt dahingestellt. Wenn wir es schaffen, dass sie einen Riss bekommt, dass Menschen einen Einblick erhalten über das Gefühlschaos, das über Suizidangehörige hereinbricht und die damit verbundene „Sprachlosigkeit“, dann hat diese Ausstellung schon viel erreicht.

Das Thema Suizid darf kein Tabuthema mehr sein. Die Ausstellung beginnt am Sonntag, 09.03.2014 und wird um 11:30 Uhr eröffnet gemeinsam mit dem Schirmherrn Klaus Hagemann. Über reges Interesse würde sich der Hospizverein sehr freuen. Das weitere Rahmenprogramm zur Ausstellung wird zu gegebener Zeit rechtzeitig veröffentlicht.

Uta Leroudier

Ausgabe 07

Januar 2014



Tiergarten Oppenheim auf dem Weihnachtsmarkt: Ponyreiten für den Hospizverein

In dieser Ausgabe:

- Den Tagen mehr Leben geben: Gedanken zum Vortrag von Kardinal Lehmann **2**
- Momente durch den Reißwolf **3**
- Trauerbegleitung im Hospizverein **3**
- Neue Bücher in unserer Bücherei **4**
- Änderung im Lastschriftverfahren **4**

Den Tagen mehr Leben geben: Gedanken zum Vortrag von Kardinal Lehmann über die Hospizbewegung am 25. November 2013 in Nierstein



Kardinal Lehmann, Frau Dr. Ursula Müller, Vorstandsmitglied Hospizverein Rhein-Selz e.V.

Supervisionstermine 2014 für Hospizbegleiter/innen

**Montag 13.01.
Dienstag 21.01.**

**Montag 10.02.
Dienstag 25.02.**

**Dienstag 04.03.
Montag 17.03.**

**Montag 07.04.
Dienstag 29.04.**

**Dienstag 06.05.
Montag 20.05.**

**Dienstag 10.06.
Dienstag 24.06.**

Dienstag 08.07.

Jeweils 19:00 Uhr in der Geschäftsstelle

**Anmeldung bis vorherigen Freitag bei Frau Uphoff
06135/7069019
oder per E.Mail
uphoffandrea@gmx.de**

Der Saal im Haus der Gemeinde in Nierstein fasste kaum die Menge der Zuhörer, die der Einladung durch den Verein „Ökumenische Hospizarbeit Rhein-Selz“ gefolgt waren – ein Zeichen für die große Bedeutung, die die Hospizarbeit in der Bevölkerung findet. Jedenfalls habe ich durch viele Gespräche, die ich nach dem Tod meines Mannes mit ganz unterschiedlichen Menschen geführt habe, gespürt, wie drängend das Thema „Sterben in Würde“ in unserer Gesellschaft ist. Erstaunlich, dass die Hospizbewegung erst in den sechziger Jahren in England und in Deutschland in den achtziger Jahren entstand. Ein segensreiches Engagement. Wer von uns Älteren kennt nicht aus seinem Lebensumfeld Horrorgeschichten von qualvollem, entwürdigtem Sterben, die in uns Angst und Abwehr auslösten? Dass die Hospizbewegung daran arbeitet, den Be-

reich Sterben und Tod zu enttabuisieren, wie Kardinal Lehmann hervorhob, ist ein großer Verdienst. In einer Gesellschaft, die nahezu hysterisch auf Jugend, Fitness und persönliches Wohlergehen fixiert ist, zugleich aber die schützenden Familienstrukturen zerschlägt, muss sich der alte, kranke und sterbende Mensch unnützlich und verraten fühlen.

Durch das Zusammenwirken von Palliativmedizin und Hospizbewegung, so führte Kardinal Lehmann aus, können die vier Kernbedürfnisse des Sterbenden erfüllt werden: nicht alleine gelassen zu werden, so wenig Schmerzen wie möglich ertragen zu müssen, die letzten Dinge regeln und die Sinnfrage stellen können. Bemerkenswert, dass sich Kardinal Lehmann in seinem Vortrag auf kein fertiges theologisches Konzept beruft. Damit öffnet er die Diskussion um den Sinn des Sterbens,

die unausweichlich die Frage nach dem Sinn des Lebens einschließt, in wahrhaft ökumenischer Weise. Für uns Heutige ist das Recht auf Selbstbestimmung zentral. Wir möchten uns darauf verlassen können, dass wir auch im Zustand der Hilflosigkeit Würde erfahren. Hier hat die Hospizbewegung Hervorragendes geleistet. Sie wird weiter wachsen und sich, auch durch Fortschritte in der Palliativmedizin, weiter entwickeln. Alten- und Behinderten-WGs, Mehrgenerationenhäuser, ehrenamtliche Tätigkeiten unterschiedlicher Art: eine ganze Palette von Initiativen kann dazu beitragen.

Ich wünsche der Bewegung viele engagierte, lebenskluge Helferinnen und Helfer. Die verstanden haben, dass sie reicher werden, wenn sie geben.

Johanna Stein

Momente durch den Reißwolf

Was bleibt übrig, wenn der Mensch, der mir wichtig ist, plötzlich aus dem Leben gerissen wird?

In dieser Zeit der Trauer ist jeder hin und her gerissen. Durchlebt Höhen und Tiefen, Leere und Sinnlosigkeit, Wut, Hilflosigkeit und ist oft sehr allein. Jeder kennt diese Situation und es kommt die Frage auf: Was gibt mir Trost in dieser schweren Zeit?

Hilfe durch die Trauer gibt es beim Hospizverein, der auch Trauernde begleitet. Doch für viele Menschen bedeutet das Überwindung sich anderen aufzuschließen, dort hin zu gehen. Nur hier ist man in der Trauer nicht alleine. Hier wird dem Trauernden zugehört und oft geht es den Außenstehenden besser.

Die Trauer braucht Zeit, oft sehr viel Zeit. In dieser Zeit finden sich auch wirkliche

Freunde, die zwischen sich ausheulen und immer wieder das gleiche erzählen, da sind und gute Worte finden und wo ich aufgefangen werde.

Für eine trauernde Frau, die ihre beste Freundin verloren hat, gab es einen Lichtblick in dieser trauernden Zeit, in dem eine Verwandte sie nach Rom einlud. Und hier stellte sie eine Verbundenheit mit den alten Steinen fest, denn sie hatten etwas Unvergängliches und die Verstorbene war hier in Gedanken bei ihr.

Den Tod sollte man nicht tot schweigen.

Die Zeit, die jeder braucht, muss man sich nehmen und haben. Vieles erinnert nach dem Tod an den Menschen. Der Tod ist nicht nur negativ. Er tut weh. Er ist nicht nur Kummer, Leid, Sorgen, sondern der Lernprozess, der sich daraus ergibt, kann auch als

positiv gesehen werden.

Trauernde kommen nach ihrer benötigten Zeit der Trauer zu dem Gedanken: Ich hatte meine kostbare Zeit mit dem der gegangen ist. Und dass Zeit etwas Kostbares ist, die es gilt zu genießen. Ich kann dann oft auch in Frieden mit mir Dinge tun, die ich mit dem Verstorbenen getan habe. Orte der Erinnerung, die ich besuche, verlieren nichts von ihrer Kraftquelle, die sie vorher hatten, auch wenn ich alleine bin. Es besteht immer noch eine Verbundenheit.

Tod macht also nicht kaputt, auch wenn man Reißwolfmomente erlebt, weil der andere nicht mehr da ist.

Vera Friedrich
©Copyright

Trauerbegleitung im Hospizverein

Im Jahr 2013 wurden neben zwei Einzelbegleitungen auch zwei Trauergruppen angeboten. Sie fanden im Frühjahr in Nierstein und im Herbst in Dienheim statt. Die Räumlichkeiten stellen uns die katholische wie die evangelische Kirchengemeinde zur Verfügung. Dafür sind wir dankbar.

Die zwei Trauergruppen wurden von 8 bzw. 5 Trauernden besucht. Der letzte Abend wird immer als ein besonderes Ereignis begangen. Ein Pfarrer/in der Region bereitet eine Andacht vor, danach genießen wir das Essen von einem leckeren Mitbring-Buffer und stöbern in der mitgebrachten Literatur, die hilfreich für jeden Einzelnen war.

Zur Andacht am Ende der Herbstgruppe kam Pfarrvikarin Gröschel aus Dolgesheim. Die brachte uns die Geschichte von Elia aus 1. König 19 mit:

Elia hatte einen Auftrag Gottes ausgeführt, sich sehr dafür eingesetzt und war auf große Ablehnung des Königs gestoßen. Er war so verzweifelt, dass er sich unter einen Wacholderbusch legte und beschloss, aufzugeben und zu sterben. Er war in der Wüste, nicht nur körperlich, er war auch in der Wüste seines Lebens gelandet. Aber: Gott hört sein Gebet, Gott ist ganz Ohr für die dunklen Gebete, die den Menschen in der Wüste ihres Lebens über die Lippen kommen. Gott hält die Menschen, die sich selbst entgleiten. Und auch das: Gott gibt es den Seinen im Schlaf. So nimmt Gott Elias Leben in Seine Hand.

Ein Engel versorgt Elia mehrere Male mit Brot und Wasser und lässt ihn dann immer wieder schlafen. Das, was Elia braucht für seinen neuen Weg, konnte er sich nicht selber geben. Die Bibel erzählt vom Engel, der kam. Gott hat jemandem zu Elias gesandt.

Wer ungewollt und ungeplant in der Wüste ist, braucht jemanden, der ihm das Lebensnotwendige bringt. Etwas, was ihm wieder Kraft gibt. Aber er braucht niemanden, der ihn vor der Zeit drängt, neue Wege zu gehen.

Die Teilnehmer unserer Trauergruppen haben wohl ähnliche Wüstenzeiten erlebt. Sie alle haben ihren eigenen Weg gefunden mit der Wüste umzugehen. Ein Weg war es zu kommen, zur Trauergruppe. Vielleicht haben sie es gewusst, vielleicht auch nur geahnt: Manches, was sie brauchen um neue Wege zu gehen, können sie sich selber nicht geben. Wir brauchen einan-

Fortsetzung Seite 4

Jour Fixe in Mainz 2014
Beginn 19:30
St. Johannisgemeinde
Georgsaal
Johannisstr. 16
55116 Mainz

Montag
03.02.

Im Namen Gottes
Religion und Gewalt in den Medien
Ref.: Prof.Dr. Michael Albus

Samstag
05.04. 14:30 Uhr
Ökumenischer Gottesdienst

Für die 2013 verstorbenen Patienten des Ambulanten und Stationären Hospizes. Der Ort wird in der Tagespresse bekannt gegeben.

Montag
05.05.

Das Erbe der Kriegskinder

Ref.: Jan Gramm, Institut für Palliativpsychologie Frankfurt

Montag
02.06.

Vorstellung Netzwerk Trauer in Mainz

Ref.: Jeanette Wetterling

Das Team Öffentlichkeitsarbeit sucht Verstärkung

Hätten Sie Lust bei uns ihre Ideen einzubringen und mitzuarbeiten? Bei der Standorganisation, bei der Erstellung der Hospiz-Mitteilung und weiteren vielfältigen Aktivitäten - dann melden Sie sich doch einfach in unserem Hospizbüro. Wir freuen uns auf Sie!

Impressum**Herausgeber:**

Ökumenische
Hospizarbeit
Rhein-Selz e.V.
ViSdP: Thomas
Gensler
Redaktion:
H. Bertram, H. Dietz,
V. Friedrich, H.
Ohnacker, W. Straus

Geschäftsstelle:

Am Markt 10
55276 Oppenheim
Telefon:
06133 / 571765

Neu: Vermittlung und
Koordinierung von
Begleitungen
06133/573463

E-Mail:

info@hospiz-rhein-
selz.de

Spendenkonto:

Volksbank Alzey e.G.
Konto-Nr. 50091902
Bankleitzahl 550 912 00

**Sprechzeiten im
Hospizbüro
(Mittwochs von
10:00 - 12:00 Uhr**

**Zu diesen Zeiten
können Sie auch
unsere Bücherei
besuchen**

Trauerbegleitung im Hospizverein Fortsetzung von Seite 3

der, gerade in den schweren Zeiten. Die Trauergruppen 2013 endeten an diesem Abend. Das was nun vor ihnen liegt, ist nicht das, was hinter ihnen liegt. Als Zeichen dafür, was die Teilnehmer in den letzten Wochen erlebt haben, was sie einander Gutes getan haben, haben wir Pralinen besorgt. Mit der Aussage: Wir können einander Gutes tun und uns ermutigen, gab jeder Sitznachbar diese besondere Praline als Wegzehrung mit den Worten: Steh auf und iss.

Connie Stark, Trauerbegleiterin

Neu im Team der Trauerbegleiter: die Hospizbegleiter Vera Friedrich und Hansjürgen Bodderas verstärken künftig das Team der Trauerbegleiter/innen.

Neue Bücher in unserer Bücherei**Der Tod ist nicht das Ende. Gedanken zum Abschiednehmen**

Ilse Grünewald/Birgit Janetzky

Jeder Mensch trauert anders. Es ist wichtig den eigenen Weg zu finden und zu gehen. Der Tod hat auch eine Kraft der Veränderung und setzt Energien frei. Texte und Gedichte wurden lose einem Thema zugeordnet und die Autorinnen, Ilse Grünewald und Birgit Janetzky haben dazu Begleittext geschrieben. Es ist ein liebevoll gestaltetes Buch, ein guter Begleiter auf dem Trauerweg mit vielen Anregungen - zum Querbeet-Lesen.

Wenn die alten Eltern sterben. Das endgültige Ende einer Kindheit

Barbara Dobrick

Mit dem Tod der Eltern wird die eigene Kindheit zu Grabe getragen. Dieses ist mit starken Gefühlen und Erinnerungen verbunden und es wird spürbar, wie bedeutungsvoll, wie bestimmend diese Beziehungen waren und bleiben. Durch zahlreiche Gespräche mit Töchtern und Söhnen und ihre Reflektionen möchte die Autorin Trauernden helfen, das eigene Erleben besser zu verstehen und diejenigen darauf vorbereiten, deren Eltern krank sind oder im Sterben liegen.

Die dunklen Seiten des Sterbens erhellen. Ängste, Hoffnungen und Trauer Angehöriger verstehen

Barbara Dobrick

Was geschieht wirklich, wenn Menschen unheilbar krank werden und sterben müssen, bevor sie alt und lebenssatt sind? Auch aus eigener Erfahrung beschreibt die Autorin, in welche Spannungen und Versagungsgefühle Angehörige oft geraten. Die Autorin hilft mit diesem Buch, Geschehen und die vielschichtigen Gefühle zu verstehen und zu verarbeiten.

Hedi Dietz

Änderung im Lastschriftverfahren

Mit der Einführung des europaweiten SEPA-Basis-Lastschriftverfahrens für wiederkehrende Zahlungen zum 01. Februar 2014 müssen auch wir das bisherige Verfahren ablösen. Das bedeutet für Sie: Wenn Sie uns bereits eine Einzugsermächtigung erteilt haben, wird diese künftig als SEPA-Lastschriftmandat weitergenutzt. Das Lastschriftmandat wird durch die Mandatsreferenznummer gekennzeichnet, die Ihre Mitgliedsnummer ist.

Unsere weiteren Angaben in diesem neuen Verfahren lauten: Gläubiger-Identifikationsnummer „DE53ZZZ00000078555“, IBAN DE65 5509 1200 0050 0919 02, BIC GENODE61AZY.

Bestehende Lastschriften ziehen wir also weiterhin von Ihrem Konto – zukünftig jährlich zum 01. Juni – ein, so dass für Sie kein Handlungsbedarf besteht!

Sollten Sie noch Fragen haben, können Sie mich gerne in Büro mittwochs von 10:00 bis 12:00 Uhr erreichen, oder Sie wenden sich direkt an Ihre Bank.

Kerstin Fey-Dussa

Ich liebe den ersten Monat im Jahr,
den dritten, den vierten und fünften Monat, den siebenten, den achten, den neunten
den elften und den zwölften Monat.

Alle haben innerhalb der Jahreszeit ihren besonderen Reiz.

Das ganze Jahr ist schön.

Sei Shonagon