

Hospiz-Mitteilungen



Liebe Leserinnen und Leser

„Wofür sollen wir leben, sag uns wofür? So viele Gedanken, welcher ist wichtig? So viele Programme, welches ist richtig? So viele Fragen! Die Liebe zählt!“, so heißt es in einem Kirchenlied. Vielleicht spüren viele von Ihnen auch immer wieder: Während der Verstand sich noch quält, sich noch abmüht, unter all den Möglichkeiten dieses Lebens zu wählen, hat das Herz sich schon längst entschieden und sich auf den Weg gemacht. Oft müssen es im Leben sogar Entscheidungen des Herzens sein, wenn der Verstand nicht weiterhilft, an seine Grenzen stößt. Bei den vielen Menschen, die sich in unserem Hospizverein engagieren, spüre ich, dass jeder Einzelne sich mit ganzem Herzen für diesen ehrenamtlichen Einsatz entschieden hat - aus Liebe zu den Menschen.

Zwei Personen möchte ich heute nochmal besonders danken: Frau Hedi Dietz und Herrn Günter Vatter. Frau Dietz hat seit der ersten Ausgabe der Hospiz-Mitteilungen im Jahr 2010 in der Redaktion mitgearbeitet und war maßgeblich verantwortlich für das Layout. Diese Aufgabe hat sie übergeben an Frau Melanie Reitz, die diese Ausgabe gestaltet hat. Ich danke Frau Dietz für die langjährige, zuverlässige Mitarbeit. Ohne sie hätten die Hospiz-Mitteilungen keinen Bestand gehabt. Auch danke ich Herrn Vatter, unserem langjährigen Schatzmeister. 2012 wurde er in dieses Amt gewählt und hat es mit großer Sachkompetenz ausgefüllt. In diesem Jahr ist er aus dem Vorstand ausgeschieden und wurde auf der Mitgliederversammlung für seinen Einsatz gewürdigt. Ihm sage ich Dank für die vielen Jahre der vertraulichen Zusammenarbeit. Frau Evi Ofenloch folgt ihm als neue Schatzmeisterin.

Ihnen allen wünsche ich viel Freude beim Lesen der neuen Hospiz-Mitteilungen und eine sonnige und erholsame Sommerzeit.

Diakon Thomas Gensler
Vorsitzender

Ich würde gerne noch einmal.....

Diesen Wunsch möchte das Projekt „Wünschewagen“ erfüllen. Sterbenskranke Menschen haben manchmal noch den Wunsch einen bestimmten Ort zu besuchen. Das kann ein Konzert, ein Fußballspiel sein oder man möchte den Urlaubsort oder Menschen noch mal wiedersehen. Oft ist auch eine Familienfeier, z.B. die Hochzeit der Kinder, ein Herzenswunsch daran teilzunehmen.

Das Alter spielt keine Rolle. Wichtig ist aber, dass der Ausflug frühzeitig geplant und rechtzeitig ausgeführt wird, damit der Patient mit Freude und entspannt teilnehmen kann. Der behandelnde Arzt sollte dazu sein Einverständnis geben.



Die Projektkoordinatoren, Christina Kunde und Dirk Beyer, vom Arbeiter-Samariter-Bund Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. besuchten mit dem Wünschewagen unseren Hospizverein Ende März. Sie stellten das Projekt vor und wir konnten uns den Wünschewagen ansehen. Dieser speziell konzipierte Krankentransportwagen erfüllt höchste medizinische Anforderungen, bietet aber trotzdem dem Fahrgast eine angenehme Atmosphäre.

Fortsetzung Seite 2

Ausgabe 14

August 2017

In dieser Ausgabe:

Vorwort	1
Ich würde gerne noch ein mal...	1
Mitgliederversammlung der Ökumenischen Hospizarbeit Rhein-Selz e.V.	2
Niemand weiß, wie lang das Leben ist	3
Eindrücke vom Studientag	3
Danke an die Spender	4
Neues aus unserer Hospizbücherei	4

Supervisionstermine 2017 für Hospizbegleiter/innen – ab sofort nur noch ein Termin pro Monat:

**Montag,
14.08.17**

**Dienstag,
05.09.17**

**Montag,
09.10.17**

**Dienstag,
14.11.17**

**Dienstag,
05.12.17**

Jeweils 19:00 Uhr in der Geschäftsstelle

Anmeldung bis vorherigen Freitag bei Frau Uphoff vorzugsweise per E-Mail uphoffandrea@gmx.de oder Mobil: 0172/1301373

Bitte geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse an, so können Sie uns helfen, Porto-kosten zu sparen. Danke!

Ich würde gerne noch einmal

Fortsetzung von Seite 1

Die medizinischen Geräte sind auf den ersten Blick nicht sichtbar, Sterne an den Fenstern, hübsche Bezüge und Decken - sogar ein DVD-Player wurde eingebaut - sollen dem Fahrgast das „normale“ Leben erleben lassen. Wir waren tief beeindruckt von diesem wunderbaren Projekt, das am Ende eines Lebens Wünsche und auch unerfüllte Träume wahr werden lässt.

Seit dem 12.01.2017 steht der Wünschewagen unter der Schirmherrschaft von Ministerpräsidentin Malu Dreyer im Dienst. Bisher verfügen neun Bundesländer über einen solchen Wagen und eine Ausweitung ist geplant. Helferinnen und Helfer sind willkommen. In Rheinland Pfalz unterstützen zur Zeit vierzig Ehrenamtliche das Projekt. Das hohe Niveau der Betreuung erfordert von den Helfern ein großes Maß an Verantwortung. Für den Fahrgast und eine Begleitperson ist die Reise kostenfrei und soll es auch bleiben. Ziele können innerhalb Deutschland aber auch Nachbarländer sein. Der Wünschewagen finanziert sich aus Spenden und ASB-Eigenmitteln.

Wir bedankten uns bei Christina Kunde und Dirk Beyer, dass sie uns ihre Arbeit vorstellten, Menschen am Lebensende Glück und Freude zu schenken.

Begleiten Sie einen Menschen, der noch einen tiefen Wunsch hat - wichtig ist dabei, es muss sein eigener Wunsch sein - so können Sie die Angehörigen informieren. Im Internet und über die Geschäftsstelle unseres Hospizvereins können Sie sich oder die Angehörigen weiter informieren.

Hedi Dietz

Mitgliederversammlung der Ökumenischen Hospizarbeit Rhein-Selz e.V.

Zur diesjährigen Mitgliederversammlung am 16. März konnte der Vorsitzende Thomas Gensler zahlreiche Mitglieder begrüßen. Nach einem Impuls von Pfarrerin Gröschel erhielten die Anwesenden die Bilanz des vergangenen Jahres vorgestellt.

Die Hospizbegleiter/innen leisteten im vergangenen Jahr rund 880 ehrenamtliche Stunden für die Begleitung Sterbender. Hinzu kommen über 200 Stunden der Ehrenamtlichen in der Trauerarbeit des Vereins.

Die Mitgliederzahl der Ökumenischen Hospizarbeit Rhein-Selz ist im vergangenen Jahr auf 163 Mitglieder gestiegen. Der Dienst der Hospiz- und Trauerbegleiter/innen wurde durch die Mitgliedsbeiträge, zahlreichen Spenden, durch nachhaltige Öffentlichkeitsarbeit sowie durch einen freiwilligen Förderbeitrag der Krankenkassen zu den Personalkosten der beiden Hospizfachkräfte unterstützt. Diese positive Entwicklung konnte der Vorstand im 15. Jahr seit Vereinsgründung seinen Mitgliedern auf der Mitgliederversammlung vorlegen und allen für ihr Engagement danken. Der besondere Dank galt dem Schatzmeister, Herrn Günther Vatter, der aus der Vorstandsarbeit ausscheidet. Frau Evi Ofenloch wurde zur neuen Schatzmeisterin gewählt und gehört nun neben Diakon Thomas Gensler (Vorsitzender), Pfarrerin Esther Gröschel (stellvertretende Vorsitzende), Jacqueline Mohr und Dr. Ursula Müller (Beisitzerinnen) dem Vorstand an.

Der gesamte Vorstand steht im kommenden Jahr wieder turnusgemäß zur Wahl. Der Vorstand arbeitet weiterhin mit allen Ehrenamtlichen und Hospizfachkräften dafür, dass die Begleitung sterbender und trauernder Menschen in der Verbandsgemeinde Rhein-Selz und Umgebung gut gelingt

durch die Vernetzung von Palliativärzten, Pflegediensten, Hospizverein, SAPV-Stützpunkten und Altenheimen. Dies ist ein wichtiger Beitrag zum menschenwürdigen Umgang mit Sterben und Tod und zur Begleitung der Betroffenen.

Am 4. April begann eine neue Trauergruppe, bei der noch Plätze frei waren, und am Samstag, den 20. Mai, fand ein Tagesseminar über das Thema „Niemand weiß, wie lang das Leben ist - am besten man beginnt mit dem Dessert!“ in Gunterblum statt. Referentin war Frau Elisabeth Lindhorst. Interessierte konnten sich über die Geschäftsstelle unseres Hospiz-Vereins anmelden.

Am Freitag, 23. Juni, trafen sich Hospiz- und TrauerbegleiterInnen sowie Mitglieder zum Minigolfspiel in Nierstein. Wie in den vorherigen Jahren war es auch diesmal wieder ein gemütliches und fröhliches Zusammensein. Nach dem Minigolfen ging es dann zum wieder stärkenden Pizzaverzehren.



Niemand weiß, wie lang das Leben ist - am besten, man beginnt gleich mit dem Dessert!“ Referentin: Elisabeth Lindhorst

Dieser Titel hört sich gleich vom ersten Augenblick vielversprechend an und machte mich neugierig. Die Anmeldung zu diesem Studientag tätigte ich sofort.

Es war ein schöner, sonniger Tag, und als ich am Veranstaltungsort ankam, wurde ich herzlich von den Mitarbeitern des Hospizvereins begrüßt. Auch Frau Lindhorst, die Referentin des Studientages, stellte sich jedem Einzelnen vor. Dies tat sie in einer wunderbar positiven Art und Weise, die es mir alleine schon Wert genug war, diesen Termin geplant zu haben. Es waren überraschend viele Teilnehmer. Wir versammelten uns im Kreis und alle waren gespannt und positiv gestimmt. Im Vorfeld gab



es eine kleine, kurze Vorstellungsrunde, in der Namen von verschiedenen Orten der hiesigen Region aufgerufen wurden und die Teilnehmer, die aus dem jeweils aufgerufenen Ort stammten, standen auf. Das war ein lustiger Beginn. Dieser wurde gewählt, da eine persönliche Vorstellung eines jeden Einzelnen zu viel Zeit in Anspruch genommen hätte.

Nun gab Frau Lindhorst kurze Einblicke in die vor uns liegenden Stunden. Es wurde insgesamt ein kurzweiliger Tag, der gefüllt war mit meditativem Tanz, jeder Menge Interaktionen und Diskussionsrunden zu verschiedenen Themenbereichen. Für jeden Teilnehmer war genügend Raum sich mitzuteilen, wenn er es wünschte.

Der Titel des Studientages: „Niemand weiß, wie lang das Leben ist - am besten, man beginnt gleich mit dem Dessert!“ bot viel Gesprächsstoff, da im „normalen Alltag“ diese Themen doch eher ungenannt angesprochen werden, was an diesem Tag allgemein bestätigt wurde. Ebenso war genügend Zeit für Kreativität, Bewegung oder auch Stille. Es war in jeder Hinsicht ein gelungener Tag!

Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt, und dieser Studientag wird sicher nicht nur mir in allerbesten Erinnerung bleiben!

Ein herzliches Dankeschön an Organisatoren und Helfer im Hintergrund!

Birgit Neubert

Eindrücke vom Studientag Vera Friedrich

Manchmal möchte ich schon...

Manchmal möchte ich schon.....
Wenig Gesetze, keine Regeln, kein
Schubladendenken, keine Stolpersteine,
nicht immer alles Recht machen.

Manchmal möchte ich schon.....

Mein Tempo bestimmen, die Zeit
anhalten,
Langweile aushalten,
ausbrechen,
Stille erleben, einfach nur da sitzen.

Manchmal möchte ich schon.....

Mit mir achtsamer sein,
tun ohne wenn und aber,
anders als Normalität ist - leben,
Anstöße geben.

Manchmal möchte ich schon.....

Spuren hinterlassen,
Veränderung genießen,
einfach ich selbst sein, Gutes tun und
annehmen,
wissen wer ich bin.

Manchmal möchte ich schon.....

Ja genau.....isso.....

Und deshalb fange ich heute damit an:
Das Dessert ist der 1. Gang,
ab jetzt immer.

©Copyright Vera Friedrich 2017

Veranstaltungen des Mainzer Hospiz- vereins

Jour Fixe

Beginn 19:30 Uhr
**Foyer des Willigis-
Gymnasiums**
Goldbrunnengasse
2

Montag

04. September.

Jour fixe

„Resilienz fördern -
Burnout verhindern“
Ref. Dr. Dipl.Psych.
Donya A. Gilan

Montag

06. November

Jour fixe

„Müde, erschöpft
und leer - bin ich
krank?“
Ref. Dr. Dipl.Psych.
Donya A. Gilan

Weitere Veranstal- tungen der Mainzer Hospizgesellschaft

Samstag

30. September
14:30 Uhr
**Ökumenischer Ge-
denkgottesdienst**
mit **Tag der Begeg-
nung** in der Kath.
Kirche St.Bernhard
Mainz-Bretzenheim

Impressum**Herausgeber:**

Ökumenische
Hospizarbeit
Rhein-Selz e.V.
ViSdP: Thomas
Gensler
Redaktion:
H. Bertram, B.
Bornkessel, H. Dietz,
H. Ohnacker, M. Reitz

Geschäftsstelle:

Am Markt 10
55276 Oppenheim
Telefon:
06133 / 571765

Vermittlung und
Koordinierung von
Begleitungen:
06133/573463

E-Mail:
info@hospiz-rhein-
selz.de

Internet:
www.hospiz-rhein-
selz.de

Spendenkonto
Volksbank Alzey-
Worms e.G.

IBAN:
DE65 5509 1200 0050
0919 02
BIC:
GENODE61AZY
Gläubiger-ID:
DE53 ZZZO 0000 0785
55

Sprechzeiten im
Hospizbüro
(Mittwochs von
10:00–12:00 Uhr)

Zu diesen Zeiten
können Sie auch
unsere Bücherei
besuchen

Ein Dankeschön an alle Spender, die uns im vergangenen Halbjahr unterstützten

Heiko und Silke Fruth, Dr. Meinhard Münzenberger, Katholische Kirchengemeinde Dexheim, Interessengemeinschaft Nierstein für Gewerbetreibende, Kreisverwaltung Mainz-Bingen, Ernst Günter Tillmann, Evangelische Kirchengemeinde Schwabsburg, Evangelische Kirchengemeinde Dexheim, Evangelische Kirchengemeinde Dolgesheim, Verein zur Förderung der ambulanten Palliativversorgung Rheinhessen/Pfalz e.V., Spendenaufruf Weingut Hiestand Uelversheim, Spendenaufruf Reinhard Muders, Verein der Freunde des Lions Club Vortaunus

Neue Bücher in unserer Hospizbücherei

Die Flockenleserin Mike Powelz, Amazon Publishing Verlag

Haus Holle ist ein Hospiz. Ein Haus, um zu sterben und um in Ruhe und Würde Abschied von diesem Leben nehmen zu können. Es ist wie ein schönes Hotel. Freundlich und fröhlich werden die Gäste jedweder Herkunft umsorgt und gepflegt.

Es ist ein bewegendes Buch, es schildert neben der Geschichte auch die Sichtweise der todkranken Bewohner, wie sie mit der Situation und mit der Wahrheit umgehen und umgehen lernen. Es gilt das Unabänderliche anzunehmen und die verbleibenden Tage, Wochen oder Monate mit lebenswertem Leben zu füllen.

Mit sehr viel Fingerspitzengefühl zeichnet der Autor die Gäste von Haus Holle nach, die jeder für sich eigene Strategien entwickeln, um mit dem bevorstehenden Tod zurecht zu kommen. Bemerkenswert erscheint, Zitat: "dass Angesicht von kontinuierlichem Verfall und oft recht detaillierten Schilderungen diverser Erkrankungen der Humor nicht zu kurz kommt, noch in irgendeiner Weise plump oder peinlich serviert wird."

Ein lesenswertes, rührendes, aufklärendes und humorvolles Buch.

„Leben bis zuletzt“ Prof. Dr. Sven Gottschling, Fischer Verlag

„Ich behandle keine Sterbenden, sondern Lebende, die bald sterben werden. Was wir für ein gutes Sterben tun können.“

Dies ist sozusagen das Vorwort dieses Buches.

Der Autor, Palliativmediziner, hat durch das Sterben der eigenen Großmutter erfahren, wie unwürdig und pietätlos das Sterben in einem Krankenhaus vor sich gehen kann: keine Zeit, keine Geduld, keine Empathie für den sterbenden Menschen, wenig Verständnis für die Familie, die sich abwechselnd gekümmert hat, die eher noch als lästig empfunden wurde.

Aus diesem Grund hat er - als junger Medizinstudent - erkannt, welche Richtung seine Ausbildung nehmen sollte.

„Auf Sven Gottschling kommen immer wieder sterbensranke Menschen zu mit der Bitte um aktive Sterbehilfe. Er nimmt sich dann viel Zeit, spricht mit ihnen und klärt sie über die Möglichkeiten der Palliativmedizin auf. Sehr schnell verschwinden dann die verzweifelten Selbstmordgedanken bei den Patienten wieder, und der Ausblick auf ein gutes Ende mit der entsprechenden Fürsorge ist für diese Menschen ein großer Trost. Denn beim Sterben geht es um Leben. Um Leben bis zuletzt.“

Dieses Buch umfasst sechs Kapitel mit unterschiedlichen Betrachtungen, Sterben und Tod, Mythen und Fakten, Beschwerden am Lebensende, Kommunikation, Hilfe und mehr. Vereinzelt Schicksale werden auch geschildert.

Ein Buch, anschaulich, verständlich und liebevoll geschrieben, das zur Pflichtlektüre für alle gehören sollte, die sich mit dem Sterben und Tod auseinandersetzen.

Birgitt Bornkessel

... für diejenigen, die endlich **Frieden mit sich selbst gefunden
und das Wesen der Sterblichkeit begriffen haben,
wird die **Zeit** zu einem stillen Begleiter,
einem kostbaren Besitz, einer Erinnerung daran,
jeden Moment unseres Lebens **auszukosten**, ohne ihn für selbstverständlich zu nehmen.**

Sergio Bambaren