

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein Meer von Trauerkarten zierte derzeit das Wohnzimmer meines Vaters. Ein Hirnschlag hatte meine Mutter im Februar ganz plötzlich aus einem erfüllten Leben gerissen. Viele Menschen drückten ihre Sprachlosigkeit und ihr Beileid in schriftlicher Form aus, Freundinnen und Freunde aus anderen Kulturkreisen wählten häufig andere Formen: ein Telefonat, ein Spontanbesuch, ein Blumengruß. Diese Vielfalt empfanden wir als tröstlich und stärkend.

Menschen, die wir lieben, bleiben für immer, denn sie hinterlassen Spuren in unseren Herzen.

Viel Veränderung ist in Bensheims Innenstadt zu spüren. HospizVerein und HospizStiftung haben ihre neuen Büros bezogen, die Gesprächs- und Schulungsräume werden im April fertiggestellt. Unser großer Dank gilt allen, die diesen Umzug mit ihrer Spende ermöglicht und der Hospizarbeit damit zu mehr Sichtbarkeit verholfen haben.

Haben Sie das veränderte Layout des Hospizbriefs bemerkt? Seit dem Bau des stationären Hospizes verwenden viele Menschen den Begriff Hospiz, wenn sie das Ganze meinen. Dieses Verständnis haben wir uns zu eigen gemacht und unseren Einrichtungen die gemeinsame Dachmarke Hospiz Bergstraße gegeben. Wir zeigen damit, dass HospizVerein, stationäres Hospiz, HospizAkademie und HospizStiftung ein gemeinsames Ziel anstreben: den Umgang mit Krankheit, Sterben und Trauer menschenwürdig, selbstbestimmt, behütet und sozial eingebettet zu gestalten. Oder anders: Menschen in schwerer Krankheit und Trauer zu **beraten**, zu **begleiten**, zu **umsorgen**.

Dass dieser hospizliche Gedanke schon in weiten Kreisen gelebt wird, durfte meine Familie beim Tod meiner Mutter dankbar erfahren. Wir in den Einrichtungen des Hos-

piz Bergstraße setzen uns dafür ein, dass diese Kultur des Umgangs kontinuierlich ausgebaut wird.

Es grüßt Sie herzlich

Claudia Mayer

1. Vorsitzende HospizVerein Bergstraße



Grußwort

Oh du ruhige Seele!
Kehre zurück zu deinem Herrn
wohlzufrieden und mit Allahs
Wohlwollen. So schließ' dich dem
Kreis Meiner Diener an. Und tritt
ein in Mein Paradies.
(Quran 89:27-30)

So heißt es in muslimischen Schriften. Mit dem 2018 gegründeten Verein Barmherzige Begleitung e. V. sind wir Teil dieses Kreises. Wir leisten kultursensible Sterbegleitung im Großraum Frankfurt/Offenbach. Unser Angebot richten wir vorrangig an Menschen mit Migrationshintergrund. Die erste Generation, die ab den Sechzigerjahren zum Arbeiten nach Deutschland kam und blieb, bedarf nun der Begleitung. Mit kulturspezifischen Betreuungskonzepten möchten wir ihnen Raum und Halt geben und sie in ihrer Würde stärken. Ihre Seelen sehnen sich nach Ruhe und Frieden, ohne sich erklären zu müssen. Unsere Hospizbegleiterinnen und -begleiter besitzen deshalb selbst einen Migrationshintergrund und sprechen die Muttersprache derjenigen, die sich uns anvertrauen. So schaffen wir um Betroffene und ihre Angehörigen herum ein vertrautes Umfeld.

Ich freue mich über die Einladung der Akademie, im Rahmen der Vortragsreihe „Sterbegleitung und Religion“ mehr von unserer Arbeit zu berichten. Ich lade Sie herzlich dazu ein. Bleiben Sie behütet!

Rabia Bechari, Seelsorgerin,
Hospizbegleiterin, Islamischer
Seelsorgeverein Salam e.V. Ffm

Bildung und Begegnung im Digitalen – wie Corona uns neue Wege aufzeigt

Mit Erscheinen dieses Hospizbriefes jährt sich der Beginn der Pandemie und des Lockdowns. Für unsere Arbeit war und ist dies eine große Herausforderung, schließlich ist Hospizarbeit zuallererst Begegnung und Kontakt! Dies gilt unbedingt für die Bereiche, in denen sich Menschen mit ihrem Leid und Schmerz an uns wenden, die ambulante Sterbebegleitung und die Trauerbegleitung. Aber auch unsere Beratungen zu Patientenverfügung und die Bildungsarbeit brauchen das direkte Miteinander.

Workshops und Vorträge waren in den letzten zwölf Monaten nur bedingt möglich: bei warmem Wetter, mit weit geöffneten Fenstern, Stuhlkreisen mit großen Abständen, hygienisch einzeln verpackten Lunchpaketen und mit viel Desinfektionsmittel. Froh um alles, was in Präsenz stattfinden konnte, wurden wir erfinderisch – wie kann etwa Wahrnehmung und Berührung unterrichtet werden, wenn Übungen kontaktfrei bleiben müssen?

Schwieriger wurde die Bildungsarbeit mit Einzug des Winters und dem dann gebotenen Runterfahren aller vermeidbarer Kontakte. Vortragsveranstaltungen, mit

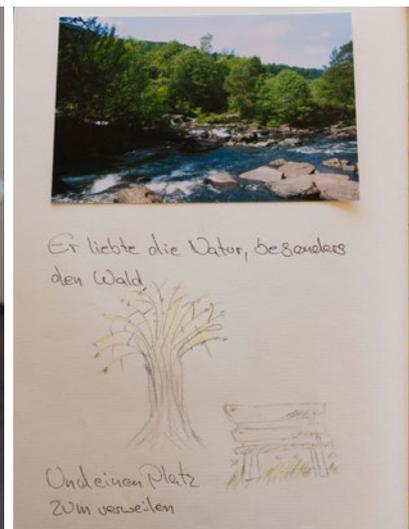
zahlreichen Gästen geplant, mussten abgesagt werden. Für anderes nutzten wir neue Wege: Aus einem Workshop zu Kindertrauer wurden Spaziergänge durch die Weinberge. Zu zweit, mit Maske und Abstand konnten sich die Teilnehmenden mit der Kursleiterin individuell informieren und beraten. Ein Workshop zu Biographiearbeit wurde kurzerhand ins Digitale verlegt, genauso die zweite Woche eines laufenden Palliative-Care-Kurses für Pflegekräfte. Doch siehe da: Wir erlebten eine große Portion Pragmatismus bei allen Beteiligten, die Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen, aber auch ein Bedauern über all das, was in der digitalen Begegnung fehlt. Ein bisschen wie in einer Schicksalsgemeinschaft gab es mindestens eine Stimme, die zu Mut anspornte, eine, die um Gelassenheit warb und eine, die für Leichtigkeit sorgte. So begrüßte ein Teilnehmer morgens die Runde: „Wenn wir uns in echt getroffen hätten, müssten wir alle Masken tragen. So können wir uns über den Bildschirm unser freundlichstes Lächeln schenken!“ Bei aller Anstrengung durch stundenlanges Sitzen vor dem Computer überwog die Offenheit für diese neue Form der Begegnung

und die Erleichterung, dass dank der technischen Hilfsmittel Bildung zurzeit überhaupt möglich ist.

Ähnlich resümieren auch wir: Selbst hospizliche Themen können digital unterrichtet werden. Die Umsetzung erfordert anderes als Präsenz; Kreativität ist gefragt, um Inhalte didaktisch sinnvoll und „digital-verdaulich“ aufzubereiten. Vorteile digitaler Formate zeigen sich an den Letzte Hilfe Kursen, die inzwischen auch online durchgeführt werden. Hier nehmen jetzt Interessierte aus dem gesamten deutschsprachigen Raum teil. Digitale Bildung fügt sich leichter in den Alltag ein, mit ihr ist keine Anreise verbunden. Und offenbar fällt es den Teilnehmenden sogar leichter, zugeschaltet aus ihrem vertrauten Zuhause, in der Gruppe Persönliches anzusprechen. Digitale Letzte Hilfe Kurse sind deshalb inzwischen fest im Programm und so soll es auch bleiben.

Corona zeigt uns neue Wege auf, die wir neugierig beschreiten. Und doch gilt und bleibt: In der direkten Begegnung liegt eine Kraft und Verbundenheit, auf die wir in der Bildungsarbeit nicht verzichten können und wollen.





Was bleibt, wenn jemand geht...

Im stationären Hospiz Bergstraße verbringen pro Jahr durchschnittlich 100 schwerstkranke Menschen ihre letzten Tage. Die Verweildauer in unserem Haus ist sehr unterschiedlich. Manche Gäste bleiben nur ein bis zwei Tage – andere mehrere Monate. Angehörige, Freundinnen und Freunde können unsere Gäste hier begleiten und noch gemeinsame Zeit erleben.

Doch irgendwann ist das vorbei. Verstirbt ein Gast in unserem Haus, können sich die Zugehörigen persönlich verabschieden. Wir unterstützen sie dabei und gehen gerne auf ihre Bedürfnisse ein. Dann endet auch ihre Zeit in unserem Haus.

Zurück bleiben bei den Trauernden ein großer Verlust und Schmerz, manchmal auch Sorgen vor anstehenden Veränderungen, für die jede und jeder viel Zeit und Kraft benötigt. Dabei können Erinnerungen und Rituale helfen.

Auch die MitarbeiterInnen im Hospiz nehmen Abschied von jedem einzelnen Gast. So wie wir einen neuen Gast beim Einzug mit einer Rose begrüßen, stehen wir an der Haustür Spalier, wenn das beauftragte Beerdigungsinstitut den

verstorbenen Menschen abholt, und legen ihm noch eine Rose auf den Sarg. Angehörige und FreundInnen sind herzlich eingeladen, sich anzuschließen. Dies ist ein sehr emotionaler Augenblick und Abschied – und für alle wichtig.

Der Name der verstorbenen Person kann auf Wunsch in unser Gedenkbuch eingetragen werden. Die Hinterbliebenen dürfen die zwei Seiten persönlich gestalten. In den letzten zehn Jahren sind so fast acht Bücher mit vielen wertvollen Erinnerungen entstanden. Sie stehen in unserer Gedenk-Ecke und können jederzeit eingesehen werden.

Den Nahestehenden unserer verstorbenen Gäste, bieten wir in angemessenem zeitlichen Abstand die Teilnahme an einer Gedenkfeier an. Dabei werden die Namen der Verstorbenen verlesen und für jeden eine Kerze angezündet.

Zu Zeiten der Pandemie haben wir die Möglichkeit genutzt, die Gedenkandacht in unseren Garten zu verlegen. Hier gibt es auf dem Hügel einen wunderbaren Platz mit Blick in die Rheinebene. Unter Bäumen sitzend, mitten in der Natur, entsteht dabei eine besondere Atmosphäre, die allen Beteiligten

einfach gut tut. Am Ende bekommt jede Familie eine gebundene Rose sowie einen beschrifteten Stein mit Namen und Sterbedatum unseres ehemaligen Gastes überreicht.

Die Gedenkandacht ist eine Möglichkeit des Wiedersehens, ein Rückblick auf die gemeinsame Zeit, der Austausch von Erinnerungen.

Der Weg in unser Haus kann schwerfallen und ist Angehörigen doch oft ein Bedürfnis. Manche nutzen die Gelegenheit, um ihren Eintrag ins Gedenkbuch mit einer schönen Erinnerung oder einem ausgesuchten Text oder einem Foto zu ergänzen.

Auch nach dieser Gedenkandacht gibt es Möglichkeiten gemeinsamer Treffen. Wir freuen uns darauf, Hinterbliebene zu einem Frühstück oder beim Café für Trauernde begrüßen zu können. Genauere Informationen, auch zu anderen Angeboten für Trauernde, auf www.hospiz-bergstrasse.de oder sprechen Sie uns gerne an.



Neue Räume für Verein und Stiftung – angekommen im Herzen Bensheims

Der Umzug in unsere neuen Geschäftsräume ist geschafft! Die Umzugskisten sind ausgepackt und die MitarbeiterInnen von HospizVerein und HospizStiftung sitzen an ihren neuen Arbeitsplätzen. Die ersten Sonnenstrahlen fallen durch die großen, bodentiefen Fenster, und es fühlt sich schon etwas nach Frühling an. Da sind wir nun, angekommen in hellen und freundlichen Räumen – und einfach glücklich. Ein schönes Gefühl inmitten von Corona-Regeln und Lockdown-Bestimmungen. Wenn man nach draußen schaut, sieht man die Stadt, wir sind endlich mittendrin. Schon jetzt freuen wir uns darauf, wenn Interessierte beim nächsten Stadtbummel den Kopf zur Tür reinstecken und sich über unsere Arbeit und unsere Angebote informieren möchten.

Es war ein langer und zeitintensiver Weg von der Idee des Umzugs, über die Sichtung verschiedenster Immobilien bis hin zu unserer neuen

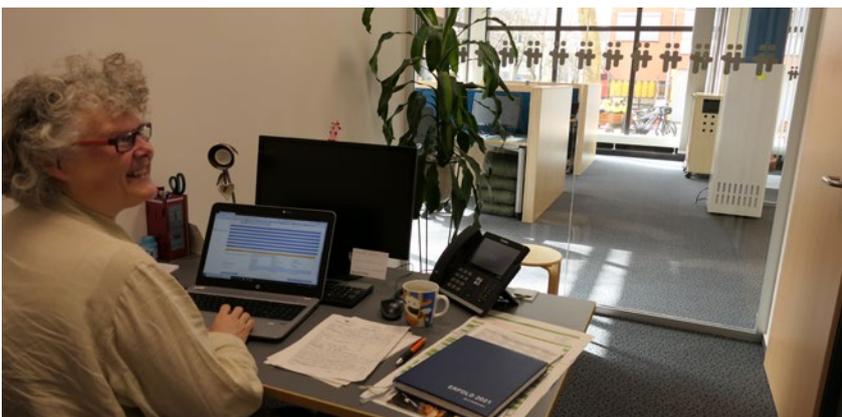
Bleibe. Vorstandsmitglieder und MitarbeiterInnen haben viel Energie und Herzblut in die Suche gesteckt, und das ist zu spüren. Unser neues Bürogebäude befindet sich am Wambolterhof 4-6.

Und die neu gestalteten Seminarräume liegen ideal positioniert, direkt gegenüber im ehemaligen Elektrogeschäft Ross, am Wambolterhof 3. Damit ist ein lange gehegter Wunsch in Erfüllung gegangen: Endlich verfügen wir über vereinseigene Räume, in denen wir Vorträge und Kurse unserer Akademie, die Gruppentreffen unserer Ehrenamtlichen und weitere Veranstaltungen und Treffen organisieren können. Außerdem gibt es dort einen weiteren Raum für die zunehmend nachgefragten Beratungen zu Patientenverfügung und Vorsorge sowie für Trauergespräche.

Das gesamte Team hat in den vergangenen Wochen die Ärmel

hochgekrempt und an den verschiedensten Stellen angepackt. Ohne die finanzielle Unterstützung von außen wäre dies alles aber nicht möglich gewesen. Deswegen möchten wir an dieser Stelle gerne „Danke“ sagen: all den privaten SpenderInnen, die uns den Umzug und die Gestaltung unserer Räume ermöglicht haben. Der Dietmar Hopp Stiftung, die uns bei der Renovierung unserer Seminarräume finanziell unterstützt. Der Sparkasse Bensheim, die die Kosten für zwanzig Stühle übernahm, sowie der Volksbank Darmstadt-Südhessen eG, die für Moderationswände und Tische gespendet hat!

Wir möchten all diese Neuerungen gerne mit Ihnen teilen und freuen uns, wenn Sie bei der einen oder anderen Gelegenheit einfach mal reinschauen.



Geschäftsstelle
HospizVerein Bergstraße
HospizStiftung Bergstraße
Impulse Stiftung

Am Wambolterhof 4-6

Wir sind für Sie da:
Mo-Fr 9-13 Uhr
und nach Vereinbarung
Telefon: 06251 98945-0
www.hospiz-bergstrasse.de

Gut begleitet zu Hause sterben – wie geht das?

Ambulante Hospizarbeit ermöglicht den letzten Lebensabschnitt in der gewohnten Umgebung zu verbringen. Für wen ist das Angebot gedacht? Wann ist der richtige Zeitpunkt anzufragen? Wie können Berührungängste und Unsicherheiten entkräftet werden? Wir möchten Mut machen, auf uns zuzukommen.

Was leistet der ambulante Hospizdienst? Am Beginn einer Begleitung steht die ausführliche Beratung durch eine hauptamtliche Fachkraft. Wir beraten zu sämtlichen Unterstützungsmöglichkeiten am Lebensende, besprechen Fragen und Sorgen von Betroffenen und ihren Zugehörigen. Zu unseren Aufgaben gehört auch die Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Unsere ehrenamtlichen HospizbegleiterInnen sind dafür da, einfach da zu sein. Ihr Schwerpunkt liegt auf Beziehung und Gespräch. Sie bringen Zeit mit, die etwa ambulante Pflegedienste oft nicht zur Verfügung haben.

Wer kann hospizlich begleitet werden? Unsere Unterstützung bei Fragen rund um das Thema Sterben und Tod gilt allen Menschen, bei denen Anliegen im Zusammenhang mit dem Lebensende im Vordergrund stehen. Nicht nur bei Krebs, sondern gerade auch bei schweren chronischen internistischen und neurologischen Erkrankungen ist es gut, unsere Angebote kennenzulernen und sich so auf Krisen vorzubereiten. Und auch alte schwache Menschen ohne lebensbedrohliche Erkrankung können hospizlich begleitet werden.

Gilt das Angebot auch für Angehörige, die Unterstützung wünschen? Nicht selten suchen Angehörige bei uns Rat, ohne dass Erkrankte davon wissen. Auch sie brauchen Informationen und Zuwendung. Ihre Anliegen sind genauso wichtig wie die sterbender Menschen.

Wann ist der richtige Zeitpunkt, um Kontakt aufzunehmen? Es ist gut, sich früh – auch bereits nach einer Diagnosestellung – über die Möglichkeiten von Hospizarbeit und Palliativmedizin zu informieren. Gut informierte Schwerkranke verzichten häufiger auf Therapien mit hoher Belastung bei wenig Benefit. Das wirkt sich meist positiv auf Lebenszeit und Lebensqualität aus.

Ist eine ärztliche Verordnung für die hospizliche Begleitung notwendig? Nein, nur für die auf medizinische Leistungen ausgerichtete ambulante Palliativversorgung (SAPV) ist eine ärztliche Verordnung notwendig. Bei uns hingegen genügt ein Anruf! Ein Erstbesuch erfolgt dann zeitnah.

Ist die Mitgliedschaft im Hospizverein Voraussetzung für eine Begleitung? Unsere Arbeit ist unabhängig von einer Mitgliedschaft im Hospizverein und gilt allen Menschen, ungeachtet ihres religiösen, politischen, nationalen oder sonstigen Hintergrundes.

Welche Kosten entstehen? Begleitungen und Beratungen sind kostenlos. Am Lebensende liebevoll begleitet zu werden, ist Menschenrecht und nicht von den Vermögensverhältnissen abhängig!

Trauer unter Abstand

„Ich komme mit meiner Trauer nicht zurecht. Ich wäre sehr froh, wenn Sie Zeit für mich hätten.“ Wir erhalten gerade viele Anfragen von Menschen, deren Angehörige gestorben sind, ohne dass sie dabei sein konnten. Manche davon leiden, weil der Abschied wegen eingeschränkter Besuchszeiten, dem notwendigen Tragen von Masken oder gar Schutzanzügen nicht so war, wie sie ihn sich gewünscht hätten.

Normalerweise trägt nach dem Tod eines geliebten Menschen das Eingebunden sein in Gemeinschaft. Aber jetzt dürfen sich Familien nur eingeschränkt sehen, Vereinsleben und Treffen mit Freundinnen und Freunden finden zurzeit nicht statt. All das ist zusätzlich zur Trauer oft nur schwer zu ertragen.

In unseren Gesprächen suchen wir gemeinsam mit den Begleiteten nach Lichtblicken. Wir hören dann, dass kleine Aufmerksamkeiten Kraft geben können. Stärkend wirkt die Nachbarin, der Freund, die durch kleine Zeichen der Anteilnahme (etwas Liebevolltes, Blume, Marmelade... vor die Tür stellen) stützen können und Hoffnung machen. Ein Anruf oder ein Gespräch mit Abstand können auch jetzt erleichtern. In diesem Sinne ermutigen wir alle, Trauernden in ihrem Umfeld mit solchen kleinen Aktionen Nähe zu zeigen.

Trauergruppen finden bei uns gerade nicht statt, wohl aber Einzelbegleitungen in verschiedensten Formen: z. B. Telefonate, Spaziergänge, Videotelefonate. Wenn Sie Unterstützung brauchen, melden Sie sich gerne unter 06251 98945-0 in unserer Geschäftsstelle.



Aktuelles

Bildungsangebot in neuen Räumen

Als erste Akademieveranstaltung in unseren neuen Räumen findet am 8. Mai der Workshop „Sterbende umsorgen, Verstorbene versorgen“ statt; es sind noch Plätze frei, wir freuen uns, wenn Sie dabei sind! Diesen und weitere Kurse sowie Anmeldeöglichkeiten finden Sie auf www.hospiz-verein-bergstrasse.de/akademie.

Zum Vormerken: Mitgliederversammlung HospizVerein

Voraussichtlich am 30. Juni findet um 19 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Schwanheim die Mitgliederversammlung des HospizVereins Bergstraße statt. Mitglieder erhalten ihre Einladung mit gesonderter Post.

Übern Tellerrand: Mental Health – First Aid. Kompetent helfen bei psychischen Problemen und Krisen. Ein Programm aus Australien, das langsam in Deutschland ankommt. Einige Koordinatorinnen haben Kurse beim Zentralinstitut für seelische Gesundheit in Mannheim besucht und waren begeistert. Ein Angebot, auf das wir aufmerksam machen möchten.

Fundsache für Neugierige: Podcast SWR 2 Wissen. Leitfaden für ein gutes Ende. Fragen an Sterben und Tod <https://www.swr.de/swr2/wissen/leitfaden-fuer-ein-gutes-ende-fragen-an-sterben-und-tod-sw2-wissen-aula-2021-02-07-100.html>



Kunst im Hospiz: Behindertenhilfe Bergstraße und Christa Zencke

Die Räume des stationären Hospizes Bergstraße leuchten aktuell durch Bilder, die von KünstlerInnen der Behindertenhilfe Bergstraße gemalt wurden. Die Werke überzeugen durch ihre Ausdrucksstärke, Feinfühligkeit und große Leuchtkraft. Sie faszinieren durch ihre Rückbesinnung auf das Wesentliche. Coronabedingt ist die Ausstellung leider nicht für die Öffentlichkeit zugänglich.

Ab Mitte Juli präsentiert Christa Zencke eine Auswahl ihrer Fotografien unter dem Titel „Atelier Natur“. Mit dem Makroobjektiv und ungewöhnlichem Blickwinkel entstehen Porträts von Pflanzen, die die schlichte Ästhetik der Formen und die Vielfalt der Farben der Natur zeigen. Falls eine Öffnung möglich wird, können die Bilder ab Mitte Juli täglich von 9 bis 16 Uhr besichtigt werden.

Unsere Arbeit lebt von Ihrer Spende!

Sie möchten die Hospizarbeit an der Bergstraße unterstützen? Insbesondere

- ... das Beratungsangebot nach schwerer Diagnose und zu Patientenverfügung
- ... die ambulante Begleitung Schwerstkranker und Sterbender
- ... die Trauerbegleitung
- ... die HospizAkademie.

HospizVerein Bergstraße e. V.

Sparkasse Bensheim,
IBAN: DE89 5095 0068 0005 0000 54

Sie möchten die Begleitung Schwerstkranker und Sterbender im stationären Hospiz Bergstraße unterstützen?

Stationäres Hospiz Bergstraße

Sparkasse Bensheim,
IBAN: E39 5095 0068 0003 0730 79

Sie möchten, dass ihr Geld langfristige angelegt wird und die Erträge dem stationären Hospiz Bergstraße sowie den Hospizgruppen im Kreis Bergstraße zugute kommen?

HospizStiftung Bergstraße

Sparkasse Bensheim,
IBAN: E85 5095 0068 0005 0300 02

Verwendungszweck: Zustiftung

Spenden und Zustiftungen sind bei Ihrer Steuererklärung abzugsfähig. Wir erstellen eine Zuwendungsbescheinigung, wenn Sie bei Ihrer Überweisung Name und Adresse angeben.