

WEGBEGLEITER

HOSPIZVEREIN WIESBADEN AUXILIUM E.V. | NR. 29 | HERBST 2020



TITELTHEMA

**Resilienz:
Was uns in der
Krise stark macht**

AUS DEM VEREIN

**AUXILIUM Stiftung
Marianne Kahn**

Der Beirat

TITELTHEMA

4

Resilienz trifft auf Corona

Karl-Georg Mages

6

Larissas VermächtnisInterview von Sabine Storm
mit Katrin Biber

AUS DEM VEREIN



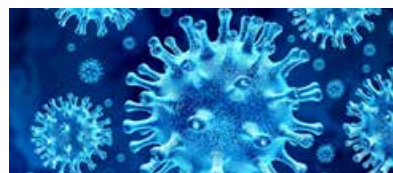
12

**AUXILIUM Stiftung
Marianne Kahn**

14

AUXILIUM sagt „Danke“
Langjähriges EngagementAUXILIUM mit Unterstützung der
AUXILIUM Stiftung Marianne Kahn

IMPRESSUM

Herausgeber: Hospizverein Wiesbaden Auxilium e. V. · Der Wegbegleiter erscheint zweimal jährlich. **V. i. S. d. P.:** Vorstand · **Redaktion:** Herbert Breinich, Bianca Ferse, Gerhard Helm, Karl Georg Mages, Gudrun Pfundt, Ruth Reinhart-Vatter, Kirstin Schulte, Sabine Storm. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. **Layout:** Q, Wiesbaden, www.q-gmbh.de

7

Pflege in schwierigen ZeitenStefanie Herrmann im Interview
mit Gudrun Pfundt

15

**Hospizbegleitung
im Wandel der Corona-Krise**

Andrea Weyand

16

Angebote, Kurse, Beratungen

17

Hospiz im Dialog: Termine

18

Der Beirat

Vorstellung der Mitglieder

**Kurzbericht von der
Mitgliederversammlung**

8

Leben mit der Diagnose KrebsGerhard Helm im Gespräch
mit einem Betroffenen

10

Stark in der KriseChris Paul und ihre Geschichte
zum ersten Halbjahr 2020

20

**Trauerbegleitung
in Corona-Zeiten**

Bianca Ferse

21

Neu im Team

Margarete Keilmann

22

**Caring Community – ein alter/
neuer Ansatz in der Hospizarbeit**

Michael Strauß

23

Mitglieder im Portrait

Karin Bouffleur

24

AUXILIUM kurzgefasst

KONTAKT

Hospizverein Wiesbaden Auxilium e. V.
Luisenstraße 26 · 65185 Wiesbaden
Telefon 06 11-40 80 80 · www.hvwa.de
info@hospizverein-auxilium.de
facebook.com/auxiliumwiesbaden**Liebe Mitglieder, Freunde
und Unterstützer von AUXILIUM!**

Der zweite *Wegbegleiter* im Jahr ist immer auch Gelegenheit, das Vereinsjahr noch einmal Revue passieren zu lassen. Dabei hatten wir meist das Glück feststellen zu dürfen, dass sehr vielen Menschen am Lebensende und Trauernden Begleitung, Hilfe und Beistand zuteil wurde. Schon 23 Jahre durften wir auf den Wiesbadener Hospiztag zurückblicken, der neben vielen anderen Aktivitäten und Ereignissen immer einen zentralen Höhepunkt dargestellt hat. Die Gefahren von Corona haben zumindest alles verändert und manches unmöglich gemacht, 2020 auch den Hospiztag. Dank des kreativen Engagements unserer haupt- und ehrenamtlich Aktiven wurde auch in diesem Krisenjahr dennoch vieles Wirklichkeit.

Corona hat ganz unterschiedliche individuelle Betroffenheit ausgelöst. Es ist ein bleibender Unterschied, ob man von einem lieben Angehörigen nicht persönlich Abschied



nehmen durfte oder etwa (nur) den verdienten Urlaub stornieren musste. Die konstruktive Einordnung dessen, was uns wirklich wichtig und was vielleicht doch nicht so bedeutsam ist, kommt mir im privaten wie öffentlichen Diskurs noch oft zu kurz. Sicher bleibt: In der Hospizarbeit werden wir von AUXILIUM weiter für

Menschen am Lebensende da sein und auch weiteren notwendigen Einschränkungen mit umsichtigem, verantwortungsbewusstem Handeln begegnen. Denn oft finden sich Wege nach dem Leitmotiv: Wenn es so nicht geht, geht es eben anders.

Gut in diese Zeit passt das Thema Resilienz – der Schwerpunkt dieses *Wegbegleiters*. Daneben hat unsere Redaktion auch dafür gesorgt, über Neues aus Ihrem Hospizverein zu informieren – doch lesen Sie selbst.

Mehr noch als in den letzten Jahren gilt: Ohne Geld- und Zeitspenden können wir unsere hospizliche Arbeit für ein Leben in Würde bis zuletzt nicht tun. Helfen Sie weiter mit!

Wir wünschen Ihnen vor allem Gesundheit, Glück und Freude, Begegnungen mit den Menschen, die Ihnen wichtig sind. Nehmen Sie diese Chancen wahr.

Ihr

Karl Georg Mages
Vorstandsvorsitzender

SPENDENAUFTRUF

Seit 30 Jahren engagiert sich der Hospizverein AUXILIUM in Wiesbaden für Schwerstkranke, Sterbende und ihre Angehörigen und unterstützt diese bei ihrem Wunsch, zu Hause, im privaten und persönlichen Umfeld sterben zu können. Heute zählt der Verein rund 600 Mitglieder und 60 ehrenamtliche Hospizbegleiter. AUXILIUM steht für:

- Qualifizierte ambulante Hospizbegleitung
- Trauerbegleitung
- Professionelle Palliative-Care-Betreuung
- Beratung und Unterstützung zu Fragen der letzten Lebensphase

Auch weiterhin möchten wir Sterbende und deren Angehörige begleiten und unterstützen. Helfen Sie uns deshalb mit Ihrer Spende, werden Sie Vereinsmitglied, bringen Sie uns ins Gespräch.

Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V.
Wiesbadener Volksbank
IBAN DE12 5109 0000 0004 1190 02

Bei Fragen und Anregungen steht Ihnen unser Geschäftsführer Ralf Michels gerne zur Verfügung:

Telefon 0611-40 80 820**E-Mail** info@hospizverein-auxilium.de

Resilienz trifft auf Corona

Keine Begegnung auf Augenhöhe

Es ist Ende Februar. Die Mail erreicht mich gerade bei einem Klinikaufenthalt und ich traue meinen Augen nicht: Unseren Hospiztag am 21. März absagen? Absurd! Das wäre ähnlich wie in meinen geliebten Asterix-Comics, wenn die Piraten ihr Schiff versenken, bevor sie auf die überlegenen Gallier treffen, oder? Unser Hospiztag wurde abgesagt. Noch bevor der 21. März auf dem Kalender steht, verlasse ich in kürzester Zeit mein Büro. Das Virus ist angekommen.

Nein, das Virus ist nicht abstrakt angekommen, sondern im direkten Umfeld. Mein Abend besteht nur noch aus Tagesschau und Sondermeldung, die Fallzahlen schießen in die Höhe – Bilder aus Norditalien kommen mir vor wie aus einem Endzeitfilm. Viele Menschen sterben. Die Welle rollt. In unserem Hospizverein geht nun alles schnell, Entscheidungen werden getroffen, die Geschäftsstelle muss für Menschen, die zu uns kommen wollen, erst einmal geschlossen werden. Das Hygienekonzept wird umgesetzt, Homeoffice ist das Zauberwort. Videokonferenzen verdrängen persönliche Kontakte. Das funktioniert in unserem Hospizverein vielleicht schneller als im DAX-Konzern, unserem engagierten Team sei Dank.

Das Corona-Virus diktiert

Das erbarmungslose, schreiend stumme Drama spielt an unzähligen Orten. Menschen in Einrichtungen können nicht verstehen, warum sie nicht mehr besucht werden. COVID-19-Kranke, Sterbende in Kranken-

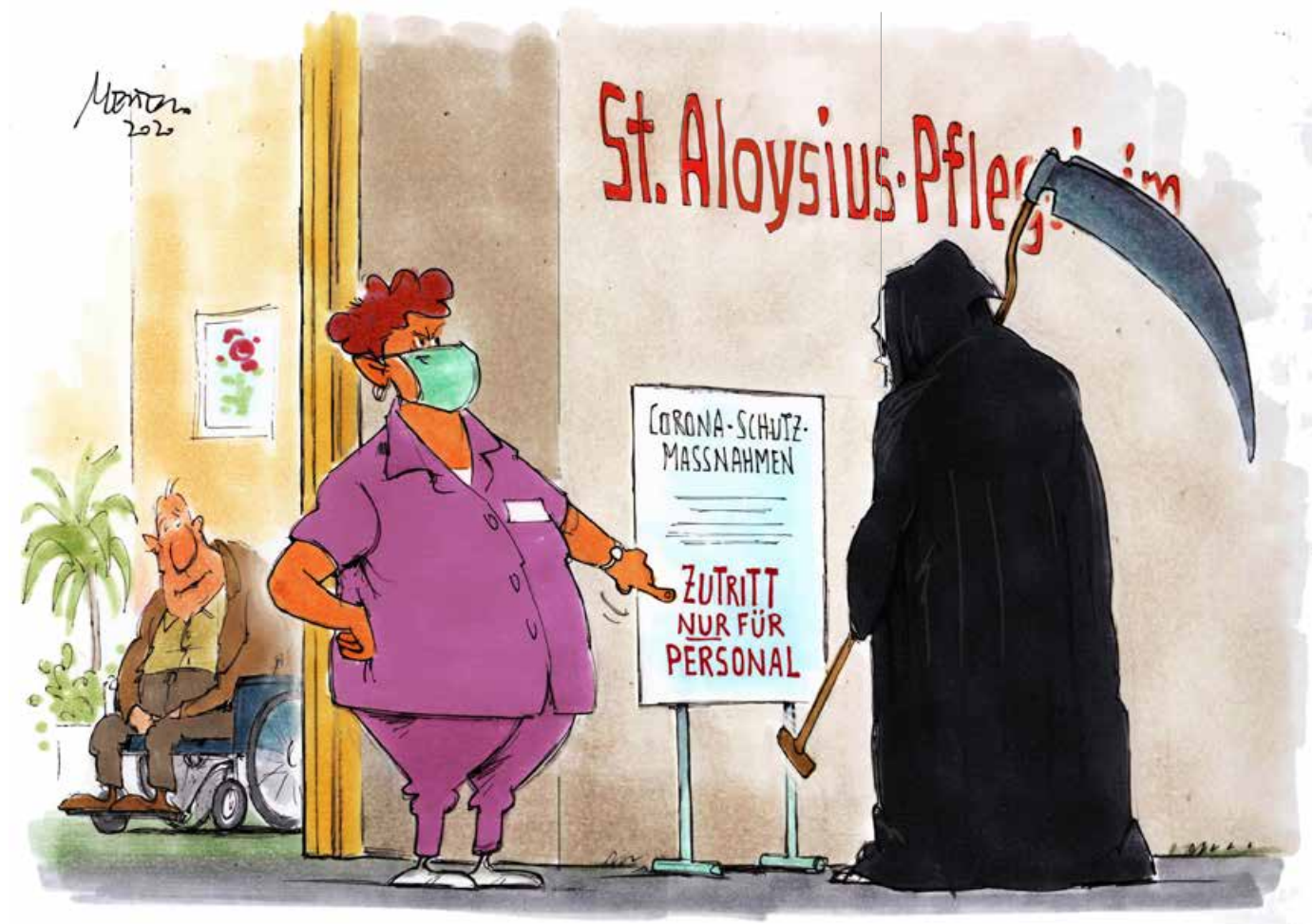
häusern und ihre Angehörigen können nicht mehr Abschied nehmen. Trauer und Abschied erleben plötzlich ihren eigenen Erstickungstod. Das Corona-Virus diktiert. Ich fühle mich machtlos. Das Virus zielt in denkbar perfider Weise auf das, was unser Miteinander ausmacht. Das wird auch und gerade in der Hospizarbeit mit Wucht sichtbar. Einrichtungen dürfen nicht mehr besucht werden, persönliche Kontakte, die Vehikel des Miteinander laufen nicht mehr. Nochmal hart auf den Punkt gebracht – und nicht nur im kleinen Kosmos der Hospizarbeit: Gutes kann plötzlich tödlich sein!? Wird es so bleiben?

Kann eine Gesellschaft Resilienz?

Denke ich an Corona, finden meine Gedanken keinen Halt. Unversehens fiel mir die Trauerfeier meines in den siebziger Jahren verstorbenen Onkels ein. Als Kind konnte ich nicht verstehen, dass nach der traurigen Beerdigung bei Kaffee und Kuchen plötzlich auch wieder gelacht wurde, die Trauergäste Pläne gemacht haben. Eine erste Begegnung mit der natürlichen Resilienz

der Menschen? Eine enorme Widerstandskraft, schwierige Situationen zu überwinden? Geht so was auch in einer ganzen Gesellschaft? Es ist Frühling, die Natur entfaltet ihr Farbenspiel, das Wetter ist unglaublich schön. Ich sitze im Auto, ich sehe keine Gefahr, es scheint doch alles in Ordnung. Ist es aber nicht. Was ist denn wirklich neu?

75 Jahre nach Kriegsende haben nur wenige Menschen noch Erinnerungen an schwere Zeiten. Die meisten haben nur goldene Zeiten in unserem friedlich geeinten Europa erlebt – eine großartige Errungenschaft. Da kommt in die vermeintliche Fortschrittsidylle ein elender Störer, das Virus SARS-CoV-2, wenig mehr als ein Nichts, das plötzlich alles Erreichte gefährdet. Und das auf eine Gesellschaft trifft, in deren Plan so was schlicht nicht vorkommen darf. Schlimmer noch: die kein Gegenmittel, keinen Impfstoff, keine Erfahrung, keinen Plan A und schon gar keinen Plan B hat. Aber es geschieht etwas Außergewöhnliches. Es zeigt sich Widerstand im besten Sinne. In einer Situation, in der sehr vieles neu und schnell zu entscheiden ist, zeigt sich eine breite, ultraschnelle gesellschaftliche Lernkurve. Eine Gesellschaft zeigt Widerstand, bei uns und an vielen Orten der Welt. Mit streitbaren, aber vernunftbetonten Entscheidungen. Mit steten Änderungen. Wenn es so nicht geht, geht es eben anders. Eine demokratische Gesellschaft kann also Resilienz zeigen. Sie kann durch Entscheidungen, die auf Vernunft und Wissenschaft basieren, den neuen unbekanntem Herausforde-



Mit freundlicher Unterstützung von Gerhard Mester

rungen wirksam begegnen. Schlüssigkeit bis ins Detail steht nicht im Lastenheft, das Gesamtergebnis zählt. Es gibt nichts völlig Ausichtsloses. Das macht mir Mut.

Schon gewonnen?

Diese Zeit birgt ihre ganz eigenen Erlebnisse. Ich stelle mich vor der Bäckerei in die Abstandsschlange und ziehe meine Maske vors Gesicht. Die Frau hinter mir meint: „Ich werde mich daran nie gewöhnen und denke, wir werden hier alle verarscht. Man muss nur mal im Internet recherchieren!“ Es ist müßig, die weitere Unterhaltung wiederzugeben. Ich denke, für einen Sonnenstich ist es noch nicht warm genug. Nein, Resilienz heißt nicht,

Dinge, die unsere Freiheit beschränken, einfach zu akzeptieren. Will sagen, Resilienz ist kein Surrogat für Dinge, die nicht akzeptabel sind. Freiheit zurückzugewinnen geht aber nur mit Augenmaß und der Solidarität, die uns bisher leidlich gut durch die Krise geführt hat. Das brauchen wir weiter – als Marathonlauf, nicht als Sprint. Gewonnen ist leider noch nichts. Und beim Zurückgewinnen steht das Miteinander im Vordergrund, das denjenigen hilft, die sich in schwierigen oder gar der schwierigsten Lebensphase befinden, nicht nur aus der Sicht der Hospizarbeit. Aber besonders aus dieser. Natürlich denke ich auch an Urlaub im Ausland. Aber später. ■

Karl Georg Mages

ZUM ILLUSTRATOR

Gerhard Mester

lebt in einem Vorort von Wiesbaden und ist Karikaturist.

Er zeichnet für verschiedene Tageszeitungen und

Zeitschriften, u. a. für den Wiesbadener Kurier. Zuletzt waren 34 Karikaturen Gerhard Mesters zentraler Bestandteil der interaktiven Informationsausstellung „Klimawandel begreifbar“ des Fachzentrums Klimawandel und Anpassung des Hessischen Landesamts für Naturschutz, Umwelt und Geologie. Für seine Arbeiten wurde er mehrfach ausgezeichnet.



Interview mit Katrin Biber

Larissas Vermächtnis

Katrin Biber lebt in Innsbruck. 2013 wurde ihre Schwester ermordet. Für die Familie folgten Jahre voller Trauer und Schmerz. Im Buch „Larissas Vermächtnis“ erzählt Katrin aus dieser Zeit. Aus ihrem Schicksal heraus hat Katrin das Konzept „SeelenSport“ entwickelt und hilft mit diesem speziellen Bewegungsprogramm nun anderen trauernden Menschen.

Resilienz beruht ja auf Faktoren wie Optimismus, Lösungsorientierung und Akzeptanz. In Verbindung mit einem schweren Schicksal klingt das erst einmal paradox und fast unerreichbar. Wie ist es Dir damit nach Larissas Tod ergangen?

Ja, so ging es mir, als ich erstmals vom Begriff Resilienz hörte. Eine Therapeutin sagte mir etwa drei Jahre nach Larissas Tod, ich sei besonders resilient. Ich recherchierte den Begriff und dachte, hm, das soll ich sein? Ich fühlte mich in Wahrheit oft gar nicht so besonders resilient. Für mich selbst denke ich immer: „Naja, was hätte ich denn sonst tun sollen? Ich habe einfach das Beste draus gemacht.“ Aber das ist wohl dann schon die Resilienz.

Als Larissa verstarb, war ich alles andere als optimistisch und lösungsorientiert. Akzeptieren konnte ich erst recht nicht. Ich dachte, mein Leben wäre zu Ende, ich hätte keinen Anspruch mehr aufs Glücklichein und suhlte mich in Leid und meiner Trauer. Aber ich denke, dass genau das am Anfang dazugehört und wichtig ist. Sich dagegen zu sträuben, wütend und traurig zu sein, keinen Ausweg und keine Zukunft mehr zu sehen. Diese Zeit ist wichtig, um den Menschen ausgiebig betrauern zu dürfen. Ich finde es furchtbar, wenn man in den ersten Tagen und Wochen immer gleich nach Lösungen sucht, anstatt sich



Zeit zu nehmen, zu trauern und dieser Verzweiflung Raum zu geben.

Was hat Dich dabei unterstützt, nach vorne zu schauen?

Eine Mischung aus mehreren Dingen. Besonders unterstützend fand ich meine Freunde, die mich einfach so ausgehalten haben, wie ich war. Außerdem habe ich noch zwei Schwestern. Für sie war ich motiviert, positiver zu werden, an eine Zukunft zu denken, und habe dadurch viel Kraft geschöpft, um als Vorbild zu fungieren. Dann war da noch die Natur. Sie richtete nicht, sie zeigte mir deutlich, dass das Leben weitergeht und alles vergänglich ist. Aber vor allem war es dann die Bewegung selbst, die mir die größte Kraft geschenkt hat.

Wie kann Bewegung dabei helfen, Resilienz zu stärken?

Sport stärkt den Körper in seiner Gesamtheit. Im Sport beschäftige ich mich direkt mit mir selbst, bin sehr achtsam. Nach einem Verlust werden bereits sportliche Menschen eher in eine Bewegung und Handlung kommen als Menschen, die sich vorher kaum bewegt haben. Sie werden zwar kurzzeitig rausgeworfen, weil das Schicksal das mit sich bringt, kennen aber die Ressource Bewegung und finden wieder zurück, manchmal auch mit meiner Hilfe. Das Besondere am SeelenSport ist, dass dort Gefühle bearbeitet werden. Wer seine Gefühlsmuster kennt, den hauen schwere Zeiten einfach weniger um. Mir persönlich hat der Sport das Leben gerettet, und wenn mich heute Herausforderungen erwarten, weiß ich ganz genau, was zu tun ist, fühle mich sicherer und stärker, kann besser akzeptieren, dass wir im Leben keine Kontrolle haben und etwas mehr Vertrauen brauchen. ■

Das Interview führte Sabine Storm
Weitere Informationen: www.seelensport.at

Katrin Biber
Larissas Vermächtnis
Piper Verlag GmbH,
München 2020



Interview mit Stefanie Herrmann

Pflege in schwierigen Zeiten

Die Corona-Krise stellt immer noch große Anforderungen an die Belastbarkeit der pflegenden Menschen.



Was hat für Sie der Lockdown bedeutet? Was hat Ihnen geholfen, ihn zu überstehen? Was hat Sie stark, was hat Ihnen Angst gemacht?

Natürlich bestanden am Anfang Angst und Unsicherheit, wie sich der Lockdown in unserer Einrichtung bemerkbar machen wird. Aber aufgrund des schnellen Schutzkonzeptes von der Geschäftsführung und des Qualitätsmanagements wurde gute Sicherheit vermittelt und die Angst schnell minimiert. Das hat sich bis jetzt bewährt.

In den Medien wurde viel über Vereinsamung älterer Menschen in den Pflegeeinrichtungen berichtet. Haben Verantwortung und Mehrarbeit den Druck auf Betreuer und das Pflegepersonal noch erhöht? Welche Möglichkeiten gibt es für Sie, der Vereinsamung entgegenzuwirken?

Im Rahmen unserer Möglichkeiten gab es Betreuungsangebote wie Einzelbetreuung oder mehrere Angebote in kleinen Gruppen mit festgelegtem Sicherheitsabstand. Zu den Mahlzeiten sind Bewohner teilweise in ihren Zimmern geblieben oder saßen mit ausreichendem Abstand im Wohnbereich zusammen. Für das Personal war es psychisch durchaus anstrengend. Doch das hat sich mit jeder neuen Woche gelegt, da man sich in seiner Handlungsweise immer sicherer wurde. Dadurch konnte der normale Alltag im Laufe der Zeit immer mehr gewährleistet werden. Besonders schön war es, wenn Außenstehende Angebote machten, die im Garten ausgeführt werden konnten, z. B. ein Drehorgelspieler oder Sitzgymnastik. Beides wurde sehr gut angenommen. Hierfür nochmal ein herzliches Dankeschön!

In den letzten Monaten haben Pflegenden in Krankenhäusern und Altenheimen viel Zuspruch erhalten. Was denken Sie, ist davon geblieben? Haben Sie auch positive Erfahrungen gemacht? Was wünschen Sie sich von der Politik?

Positiv ist, dass der Zusammenhalt in unserem Haus nochmal enger geworden ist. Das Negative ist, glaube ich, dass auch in der Zukunft die Pflege nicht viel von der Politik zu erwarten hat. Es ist sehr zu bedauern, dass nur die Altenpflege mit der Zahlung des Corona-Bonus bedacht worden ist und nicht die Mitarbeiter/innen in der Krankenpflege.

Wie geht es weiter? Gibt es Erkenntnisse aus der Krise, die Sie jetzt umsetzen wollen/ können bzw. Veränderungen im Pflegealltag und im Umgang mit den Bewohnern, die Sie gerne beibehalten wollen?

Um einen zweiten Lockdown zu vermeiden, werden wir unser Sicherheitskonzept achtsam und vor allem menschlich umsetzen. Deswegen müssen wir immer gut vorbereitet sein. Mittlerweile wurden auch wieder die Besuchszeiten etwas gelockert, was eine mentale Entlastung für das Personal und die Bewohner/innen bedeutet. ■

Die Fragen stellte Gudrun Pfundt.

ZUR PERSON

Stefanie Herrmann

ist seit 2002 Pflegefachkraft im Clemenshaus der Caritas Altenwohn- und Pflegegesellschaft in Wiesbaden und seit 2015 auch in der Praxisanleitung tätig.



Leben mit der Diagnose Krebs

Gerhard Helm im Gespräch mit einem Betroffenen

Meinen Gesprächspartner kenne ich seit vielen Jahren, vor ca. zehn Jahren erhielt er die Diagnose Krebs. Der Krebs ist nicht heilbar. Mich interessiert, wie er seither damit umgeht, wie sein Leben weiterging. Dabei kommt sehr Persönliches zur Sprache, weshalb vereinbart ist, dass er anonym bleibt.

Wie war das damals, als du die Diagnose bekommen hast?

Es fing mit einem Kollaps an. Bei der danach folgenden Kontrolle bei einem Kardiologen entdeckte dieser bei einer Sonografie, quasi nebenbei, in der Leber Unregelmäßigkeiten, die ich unbedingt abklären sollte. Danach ging es schnell hintereinander. Das Ergebnis mehrerer Untersuchungen führte zum Verdacht von Lebermetastasen. Die behandelnde Ärztin diagnostizierte relativ schnell eine seltene Tumorart, mit der nur wenige Ärzte vertraut sind, also ein Glücksfall für mich. Eine mehrstündige Operation in der Uniklinik ergab die endgültige Diagnose: „Trotz Entfernung des Primärtumors unheilbar, da die gesamte Leber mit Metastasen besetzt ist“. Das war ein Schock für mich und meine Familie, auch wenn die Voruntersuchungen schon deutlich die Richtung gezeigt hatten.

Dabei gingen die ergänzenden Informationen zunächst einmal unter, es handelt sich um eine seltene Tumorart mit bei mir langsam wachsenden Metastasen, deren Wachstum sich meist mit einem

regelmäßig zu spritzenden Medikament für einige Zeit stabilisieren lässt. Gleichzeitig sprechen sie auf eine Chemotherapie nicht an.

Ich weiß, dass du inzwischen verhältnismäßig gut damit umgehst. Damals hat dich das sicher erst einmal stark durcheinander geworfen, wie ist dir die Verarbeitung gelungen?

Es stimmt, das waren viele schwere Wochen. Mein Lebensplan stand Kopf. Ich war gerade aus dem Berufsleben ausgestiegen und hatte begonnen, mich gut mit dem Ruhestand einzurichten. Alles war jetzt fraglich.

Schlaflose Nächte für mich und meine Frau, wir wollten erst gar nicht mehr schlafen, erst todmüde gingen wir ins Bett und schliefen trotzdem schlecht. Seitdem gehen wir bis heute recht spät schlafen. Es dauerte lange Wochen bis zum ersten Kontakt zu einem Spezialisten für meine Tumorerkrankung an der Uniklinik. Endlich bekamen wir genaue Informationen zu meiner Krebsart und den Möglichkeiten einer palliativen Behandlung. Dieser

Arzt betreut mich bis heute sehr kompetent. Gut ist auch, dass ich in der Familie eine Ärztin habe, die mir beim Verständnis der nicht immer einfach zu lesenden Arztberichte hilft. Unterstützung erfahre ich auch durch die Mitgliedschaft in einer auf meine Krebsart spezialisierten Selbsthilfegruppe, in der ich erfuhr, wie Betroffene damit leben.

Dabei lernte ich beispielsweise eine Frau kennen, die seit 17 Jahren mit der Krankheit lebte, ein ermutigendes Beispiel. Der Verlauf der seltenen Erkrankung ist sehr unterschiedlich, mal kommt das Ende sehr schnell, mal kann man noch Jahre da sein. Je nach Verlauf stirbt man mit der Krankheit, aber nicht durch den Krebs.

Unsere Gefühle der Verzweiflung und Traurigkeit verschwanden nicht, sie verloren aber langsam die alles überlagernde Wirkung, und wir konnten anfangen, uns mit der neuen Situation auseinanderzusetzen. Der Alltag kehrte allmählich zurück, wenn auch spürbar verändert. Für mich wurde zum Leitmotiv: Ich bin ernsthaft krank, aber die Krankheit soll mein Leben so wenig wie möglich beherrschen.

Wie gelingt dir das?

Mal mehr, mal weniger zufriedenstellend. Da sind viele Faktoren im Spiel. Am Wichtigsten ist meine Frau, die mir unbedingt zur Seite steht. Sie unterstützt, wo sie kann, z. B. ist mir auch wichtig, dass sie bei allen Befundbesprechungen dabei ist und wir offen darüber reden können. Gerade bei den in den letzten beiden Jahren auch negativen Befunden ist das Mitsorgen hilfreich, gleichzeitig aber auch belastend, weil meine Krankheit auch für sie eine Belastung ist, an der sie nicht leicht zu tragen hat. Eine Freude sind mir auch unsere Kinder und die Enkel, mit denen wir so viel Zeit wie möglich verbringen. Corona hat da leider Grenzen gesetzt.

Ein weiterer Faktor ist der Arzt der Unikliniken, dem ich vertrauen kann. Er spricht die Risiken offen an und ermutigt gleichzeitig. Er nimmt sich Zeit, ich weiß nicht woher, aber er ist für mich bei Bedarf auch schnell erreichbar. Das hat auch über so manchen unnötigen Ärger im Zusammenhang mit den inzwischen insgesamt fünf operativen Eingriffen etwas hinweggeholfen.

Ein weiteres ganz wichtiges Element ist, dass es gelungen ist, meinen Alltag so wenig wie möglich zu verändern. Ich habe meine privaten und ehrenamtlichen Aktivitäten weitergeführt, wenn ich auch ehrlicherweise sagen muss, dass die Krankheit viel Kraft und Energie verbraucht und ich an körperliche Belastungsgrenzen stoße, was mich manchmal heftig ärgert. Ich versuche mit Rehasport und Fitnessstudio dagegenzuhalten, wenn auch mit begrenztem Erfolg. Ich hatte auch bisher nie das Bedürfnis, jetzt noch schnell Dinge nachzuholen, die vielleicht später nicht mehr möglich sind. Ich kann auch mit Menschen meines Umfeldes die Krankheit offen kommunizieren, auch wenn die Krankheit rein äußerlich in der Regel nicht wahrgenommen wird.

Das hört sich alles sehr positiv an. Gibt es nicht auch Probleme?

Selbstverständlich gibt es die. Schließlich erinnert mich mein Körper täglich daran, dass ich krank bin. Die notwendige Therapie ist absolut nicht frei von belastenden Nebenwirkungen, und es gibt regelmäßig ganze Tage, an denen es mir nicht gerade gut geht. Spaziergänge gehen noch, richtige Wanderungen nicht mehr. Die Zeiträume, in denen ich mich körperlich belasten kann, sind geringer geworden, meine Mitarbeit in Haus und Garten zum Beispiel hat sich deutlich reduziert. Auch die Arbeit mit meinem PC braucht ihre Pausen, lange Konzentrationsphasen sind nicht möglich.

Wenn, wie in den letzten beiden Jahren, sich die Anzeichen mehren, dass die Krankheit fortschreitet, dann gibt es auch wieder dunkle Stunden, das muss ich ehrlicherweise sagen. Es bleibt ungewiss, wie lange es noch gehen kann. Dann taucht für mich wieder die Frage auf: Wie wird das Sterben sein? Wie kann es für meine Frau weitergehen? Vor dem Tod fürchte ich mich nicht, er gehört zu unser aller Leben, da hilft meine christliche Überzeugung. Ich habe Angst vor einem vielleicht qualvollen Sterben und schon lange eine Patientenverfügung. Ich hoffe, dass mir ein würdevolles Sterben gegönnt sein wird.

Größer ist meine Sorge um meine Frau: Wie wird sie es verkraften? Natürlich hoffe ich, dass uns noch viel gemeinsame Zeit bleibt, auch wenn unser Alltag manchmal mühsam für uns beide ist. Vielleicht kommt es ja auch so, wie ich es am Anfang schon gesagt habe. Es wird irgendwann ein Sterben mit der Krankheit, aber nicht durch die Krankheit sein.

Deinem Wunsch kann ich mich nur anschließen. ■



Stark in der Krise

Chris Paul meint: Überleben hat Vorrang – und ist genug!

Was macht in der Krise stark? Das beschäftigt mich auch ganz persönlich, deshalb erzähle ich einfach die Geschichte meines ersten Halbjahrs 2020:

Nach einer langen, anstrengenden Zeit freuten wir uns Anfang März 2020 sehr auf einen mehrwöchigen Urlaub auf unserer Lieblingsinsel La Palma!

Das Wissen um ein Ende der Krise und die Vorfreude auf eine einfachere Zeit führen dazu, dass ich Kräfte mobilisieren und noch etwas länger durchhalten kann.

Corona war dabei, sich auszubreiten, aber wir flogen trotzdem, und vier Tage lang kümmerten wir uns nicht um das Weltgeschehen, saßen auf unserer Terrasse mit Blick auf das Meer, freuten uns am blühenden Garten und der anhänglichen Besuchskatze unseres Ferienhäuschens.

Ablenkung und Verdrängen helfen, Kraft zu sammeln. Die Konzentration auf den Moment und das Schöne des Augenblicks schaffen Atempausen.

Am sechsten Tag unseres Ferienaufenthalts wurde in ganz Spanien eine totale Ausgangssperre verhängt. Wir sammelten alle Informationen, die wir bekommen konnten, telefonierten mit Freunden zuhause und entschlossen uns dann, den nächsten möglichen Rückflug zu buchen. Das gelang und genau eine

Woche nach unserem Abflug kamen wir wieder zuhause an.

Glaubwürdige Informationen helfen, die Situation mit ihren Bedrohungen einzuschätzen und beugen übergroßer Panik vor. Aktiv werden und das Nutzen der noch vorhandenen Spielräume verhindern das Gefühl von Ausgeliefertsein.

Zuhause beschlossen wir, zwei Wochen freiwillig auf Besuche bei und von Freunden zu verzichten.

Eigene Entscheidungen helfen, sich als selbstwirksam zu erleben und zu wissen, dass man sein Leben noch mitbestimmen kann.

Wir entschieden uns, trotzdem unsere Alltagsroutinen aufrecht zu halten: Morgens zu einer üblichen Zeit aufstehen, normal waschen und richtig anziehen, regelmäßige Mahlzeiten, die gemeinsame Tasse Kaffee am Nachmittag (sonst nur an Wochenenden möglich), der tägliche Spaziergang, die Fernsehserien, die wir sonst auch sehen.

Alltagsroutinen geben Struktur und vermitteln ein wohltuendes Gefühl von Normalität mitten in der Krise.

Gesundes Essen, ausgedehnte Spaziergänge, regelmäßige kleine Sport-

sessions gemeinsam oder allein taten dem Körper, aber auch der Seele gut.

Der Körper ist eine wichtige Ressource, es stärkt rundum, ihn gut zu versorgen.

Wir waren zu zweit. Wir konnten die kleinen Freuden teilen, über Sorgen sprechen, uns im Arm halten. Wir konnten uns gegenseitig ermuntern. Und wir entdeckten das Telefonieren neu, begannen per Videokonferenz mit anderen zu sprechen, die wir nicht direkt treffen konnten.

Anderer Menschen sind vielleicht die wichtigste Ressource, die wir Menschen haben. Neue Dinge zu lernen macht Spaß und stärkt das Selbstbewusstsein.

Ich habe in meinem Leben schon einige Krisen durchgestanden und habe gemerkt: Ich weiß, wie das geht! Auch in der Partnerschaft haben wir schon vieles zusammen durchgestanden.

Das Wissen um Bewältigungsstrategien, die in früheren Krisen geholfen haben, stärkt die Selbstwirksamkeit. Zuversicht und Hoffnung sind ein stärkendes Gegengewicht gegen aufkommende Verzweiflung.

Mit diesen Überlebens-Mitteln bin ich/sind wir recht gut durch die Monate der Kontakteinschränkungen und Unsicherheit gekommen.



Es war nicht großartig, aber es war zu schaffen. Rückblickend hat sich sogar einiges Gute aus diesen verwirrenden und beängstigenden Monaten entwickelt, aber das haben wir mitten in der Krise nicht gemerkt. Und ich hätte auch nicht hören wollen, dass ich „bestimmt wachse an und in der Krise“. Für mich ist es stets besser, wenn das Ziel nicht zu hoch gesteckt ist. Für mich und viele meiner KlientInnen ist es einfacher, wenn es reicht, in der Krise zu überleben, jeden Tag, manchmal jede Stunde einfach zu schaffen. Wenn der eigene Stolz sich darauf bezieht, dass es gelang, sich an Würde und Liebe und Hoffnung und vielleicht auch Trotz innerlich festzuhalten.

Aktiv zu werden, ist immer wieder meine Art, mit Krisen umzugehen, und so habe ich mit dem Projekt *Kontact2020* einen Pool von beratungserfahrenen Menschen zusammengestellt, die bereit waren, kostenfreie Telefonberatungen für Corona-Betroffene anzubieten. Interessanterweise haben sich nur sehr wenige Menschen auf dieses Angebot hin gemeldet. Die meisten Menschen waren offensichtlich so stark mit dem schieren Überleben durch die vertrauten Bewältigungsmechanismen beschäftigt, dass ein aktives Suchen nach neuen Angeboten keine Option war. Vielleicht wird sich rückblickend auch heraus-

stellen, dass die meisten Menschen in Deutschland ausreichend Überlebens-Mittel gefunden haben, um ohne psychische Folgeschäden aus der Corona-Krise herauszufinden.

Doch es gibt auch die, deren Ressourcen bereits vor der aktuellen Krise schwach bzw. zahlenmäßig wenige waren. Die Menschen, die sich bei *Kontact2020* gemeldet haben, waren solche Menschen. Sie hatten bereits wenig Ressourcen und Handlungsmöglichkeiten, als die Kontaktbeschränkungen ihnen die auch noch wegnahmen. Das waren Alleinlebende mit wenig Kontakten und chronisch kranke Menschen, für die der Zugang zu Arbeit und Freizeitaktivitäten ohnehin vielen Beschränkungen unterliegt.

Für Menschen, deren Zugang zu eigenen und außerhalb liegenden Ressourcen bereits eingeschränkt ist, kommt jeder weitere Verlust von Lebensmöglichkeiten einer Katastrophe gleich.

Beratung, Begleitung, ein offenes Ohr und eine hilfsbereite Hand schaffen kostbare Momente, in denen es gelingt, die existenziell bedrohliche Krise auszuhalten.

Ich habe die kleinen Dinge schätzen gelernt in den Corona-Monaten,

die Stille wieder gefunden und wiederentdeckt, dass ich auch gern allein bin. Meine Kreativität war ganz wach und aktiv, und die Menschen, die ich liebe, die liebe ich wirklich sehr! All das ist mir nicht neu, diese Ressourcen standen mir schon mein Leben lang zur Verfügung. Daher bin ich ein beschenkter und reicher Mensch. Auch das hat mir diese Krise deutlich gemacht. Mittendrin in der Krise galt und gilt:

Überleben hat Vorrang – und ist genug.

Chris Paul

ZUR PERSON

Chris Paul ist Heilpraktikerin für Psychotherapie mit dem Schwerpunkt Trauerberatung, sie leitet das TrauerInstitut



Deutschland für Weiterbildungen und ist als Trainerin und Fachautorin bekannt. Ihr „Trauerkaleidoskop“ hat sich als integrative Trauertheorie durchgesetzt, die von ihr begründete „Konstruktive Schuldbearbeitung“ hat ein Umdenken im Hospiz- und Palliativbereich angestoßen.

AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn

Am 2. Mai 2001 wurde die AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn mit Sitz in Wiesbaden als rechtsfähige Stiftung bürgerlichen Rechts errichtet. Der Stiftungszweck wird ausschließlich durch die Unterstützung der ambulanten Hospizarbeit des Hospizvereins Wiesbaden AUXILIUM verwirklicht. Mit der Stiftungsurkunde vom Regierungspräsidium Darmstadt wurde die Stiftung als gemeinnützig anerkannt.

Die Stiftung wird durch einen ehrenamtlichen Stiftungsvorstand vertreten, dessen Aufgaben in der Stiftungssatzung geregelt sind. Die fünf Personen, die dem Vorstand angehören, betreuen die AUXILIUM-Stiftung Marianne Kahn und stellen dem Hospizverein mit Blick auf den Stiftungszweck finanzielle Mittel aus den Erträgen der Stiftung zur Verfügung. Außerdem überwacht der Stiftungsvorstand, wofür die Mittel verwendet werden, und achtet auf den dauerhaften Erhalt des Stiftungskapitals. Die anfallenden

Kosten für die Stiftung selbst werden äußerst gering gehalten, so dass die Kapitalerträge aus dem Stiftungskapital fast vollständig dem Hospizverein AUXILIUM zugutekommen. Durch die anhaltende Niedrigzinsphase und Börsenschwankungen sind die Erträge aus Kapitalanlagen und somit auch die Ausschüttungen an den Hospizverein AUXILIUM jedoch seit Jahren geringer geworden.

Wer war Marianne Kahn?

Marianne Stichel geb. Kahn war weder Mitglied, noch wurde sie vom Hospizverein AUXILIUM begleitet und starb auch nicht in einem Hospiz. Dennoch war ihr das Anliegen von AUXILIUM so wichtig, dass sie 1998 in ihrem Testament einen Großteil ihres Vermögens als Grundstock für die AUXILIUM-Stiftung zur Verfügung stellte - wenige Monate, bevor sie an einer Krebserkrankung starb.

Kindheit und Jugend in der NS-Zeit

Marianne Kahn wurde als einziges Kind von Adolf Kahn und Hedwig



Marianne Kahn im Alter von 15 Jahren

Kahn am 4. Juli 1930 in Wiesbaden geboren. Ihr Vater entstammte einer jüdischen Familie, ihre Mutter war Christin, so dass Marianne als Kind aus einer „Mischehe“ als „Halbjüdin“ galt.

Ihr Vater betrieb eine Metzgerei, die er aber durch das Schächtungsverbot und die Boykottierung jüdischer Geschäfte 1933 aufgeben musste. Die Familie war dadurch auf Wohlfahrtsunterstützung und schlecht bezahlte Hilfsarbeiten angewiesen. Im November 1938, nach der Pogromnacht in Wiesbaden, wurde Mariannes Vater verhaftet und in das KZ Dachau überführt. Im April 1939 ließ man ihn wieder frei, und er kam nach Wiesbaden zurück – geschunden und gezeichnet von der Zwangsarbeit.

Im Februar 1945, kurz vor Kriegsende, wurde Adolf Kahn mit seiner Tochter Marianne nach Theresienstadt (Tschechoslowakei) deportiert. Beide überlebten – wahrscheinlich nur wegen des baldigen Kriegsendes im Mai 1945. Sie wurden von der russischen Armee befreit und konnten im Juni 1945 nach Wiesbaden zurückkehren.

Die Jahre der Nazizeit waren für jüdische Familien überall geprägt von Demütigung, Gewalt, Enteignung und Angst – so auch für die Familie Kahn in Wiesbaden.

Neubeginn nach Kriegsende

Nach Kriegsende mussten Mariannes Eltern lange um eine Entschädigung und Rückerstattung des enteigneten Vermögens während der NS-Zeit kämpfen, um sich eine neue Existenzgrundlage mit der Wiederoöffnung einer Metzgerei zu schaffen

Ihre verlorene Schulzeit holte Marianne Kahn in den Nachkriegs-



Marianne Kahn am Grab ihrer Eltern

Die Stiftung ist ein wertvolles Geschenk für AUXILIUM. Sie trägt dauerhaft dazu bei, schwerstkranke und trauernde Bürgerinnen und Bürger in Wiesbaden qualifiziert und kostenlos zu unterstützen und zu begleiten.

jahren nach und lernte Maschinschreiben und die englische Sprache für eine berufliche Tätigkeit. Ihre erste Anstellung fand sie beim Fernmeldeamt in Wiesbaden.

Als im Juni 1953 ihr schwer erkrankter Vater verstarb, führte zunächst ihre Mutter die Metzgerei der Eltern weiter. Später übernahm der angestellte Metzgermeister Wilhelm Stichel das Geschäft zusammen mit Marianne Kahn, nachdem sie 1957 geheiratet hatten. Die Ehe wurde nach sechs Jahren geschieden und blieb kinderlos. Marianne Stichel geb. Kahn musste sich neu orientieren, privat und beruflich. Über viele Jahre war sie im Opel Autohaus Wiesbaden und danach im Bauverlag Wiesbaden beschäftigt.

Ihre berufliche Tätigkeit beendete sie frühzeitig und ging in den Vorruhestand, um sich um ihre Mutter zu kümmern. Sie pflegte sie, bis ihre Mutter 1995 verstarb.

Wenige Jahre später, im Frühjahr 1998, erkrankte Marianne Kahn plötzlich an Krebs und verfasste daraufhin ein Testament, in dem sie dem Hospizverein AUXILIUM einen Großteil ihres Vermögens vermachte.

Im Oktober 1998 verstarb Marianne Stichel geb. Kahn mit 68 Jahren in einem Pflegeheim und wurde auf dem Südfriedhof in Wiesbaden bestattet. ■

Zustiftungen helfen

Stiften hat eine lange Tradition, begann schon im Mittelalter und ist bis heute aktuell und beliebt. Bekannte Stiftungen tragen oft große Namen von sehr vermögenden Stifterinnen und Stiftern. Sie wollten stets etwas für das Gemeinwohl tun, der Gesellschaft etwas zurückgeben und bleibende Werte schaffen. Aber auch mit einem kleineren Vermögen kann man durch eine Schenkung zu Lebzeiten oder einem Erbe bzw. Vermächtnis dauerhaft Gutes bewirken. Verschiedene Stiftungsformen bieten Stifterinnen und Stiftern dazu individuelle Möglichkeiten der Förderung. Dazu werden Zuwendungen an Stiftungen durch Steuervorteile belohnt. Für die AUXILIUM-Stiftung sind weitere Zuwendungen möglich und wünschenswert. Neue Stifter*innen bedeuten Anerkennung und Wertschätzung für die geleistete Hospizarbeit und bestärken insbesondere die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen in ihrem unermüdlichen Engagement.

Mit diesem Artikel im „Wegbegleiter“ und weiteren geplanten Maßnahmen möchten wir nicht nur die AUXILIUM-Stiftung vorstellen, sondern auch die Wahrnehmung in der Öffentlichkeit verbessern und das Interesse neuer Förderer wecken. Sicher gibt es stiftungswillige Bürger in Wiesbaden, denen gerade die ambulante Hospizarbeit in Wiesbaden am Herzen liegt und die sich gern für genau diesen Zweck dauerhaft engagieren möchten – wie einst Marianne Kahn.

Rudi Grossmann
Mitglied des Stiftungsvorstands

Der Name Marianne Kahn steht für bürgerliches Engagement in Wiesbaden, ist beispielgebend und wird fortbestehen, solange es AUXILIUM gibt. Der Hospizverein wird sich immer dankbar an sie erinnern und ihr ein ehrendes Andenken bewahren.

Langjähriges Engagement

AUXILIUM sagt „Danke“

Für ihr langjähriges ehrenamtliches Engagement in der Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen ein herzliches Dankeschön im Namen des Vorstands und der Redaktion des Wegbegleiters.

Seit 20 Jahren ehrenamtlich für Auxilium tätig:



Ruth Reinhart-Vatter

Ruth Reinhart-Vatter

Im Leid braucht der Mensch den Menschen. Eine vertrauensvolle Begegnung und die zuverlässige Begleitung können hier Kraft und Zuversicht geben. Dazu möchte ich beitragen.



Gudrun Keller

Gudrun Keller

„Nach meiner Tätigkeit als Schulseelsorgerin war die Entscheidung, im Ruhestand im Hospiz zu arbeiten, nur folgerichtig. Es ist für mich eine sinnerfüllende Aufgabe, Bedürfnisse und Wünsche der Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu erfüllen, soweit möglich. Besonders tief ergreifend empfinde ich es, beim letzten Atemzug da zu sein und die Hand zu halten.“

Seit 10 Jahren ehrenamtlich für Auxilium tätig:

Angelika Gehron

Ich wurde Hospizbegleiterin, weil ich in der Zeit, als mein Mann schwerstkrank und sterbend war, selbst erfahren durfte, wie gut es tat, unterstützt und entlastet zu werden. Ich war sofort überzeugt von diesem wichtigen „Dienst“ und entschloss mich nach meinem Arbeitsleben zu der Ausbildung als Hospizbegleiterin.



Angelika Gehron



Gerhard Helm

„Dein Ziel wird Dich finden“, ein Zitat von Frau Dr. Carstens, ist für mich voll aufgegangen und ein wichtiger Teil meines Lebens geworden.

Gerhard Helm

Ich habe zum Ende meiner Berufstätigkeit eine neue sinnvolle ehrenamtliche Aufgabe gesucht und in der Begleitung gefunden. Ich konnte viele sehr unterschiedliche Menschen in ihrer letzten Lebensphase ein kleines Stück Wegbegleitung anbieten. Dafür bin ich dankbar.

Ruth Möser

Die Mitarbeit bei AUXILIUM gab und gibt mir persönlich viel, denn auch im Verwandten- und Freundeskreis kann ich in der letzten Lebensphase achtsamer und helfender zur Seite stehen. Die eigene Auseinandersetzung mit dem Tod im Rahmen der Ausbildung war dafür notwendig und sehr hilfreich. ■



Ruth Möser

Folgen von Covid-19

Hospizbegleitungen im Wandel der Corona-Krise

Nach dem Abbruch aller ehrenamtlichen Hospizbegleitungen finden seit Anfang Juni 2020 wieder Hospizbegleitungen statt, zunächst jedoch nur im häuslichen Bereich. Im Juli kamen dann auch nach und nach wieder die Begleitungen in den Altenheimen dazu, im August und September auch die Besuche in den Palliativstationen der Krankenhäuser.

Die Begleitungen erfolgten von Beginn an immer unter Berücksichtigung der Corona-Hygiene-Maßnahmen: Händedesinfektion, Mund-Nasen-Schutz und Abstandseinhaltung von mindestens 1,5 Metern.

Neben den grundsätzlichen Maßnahmen hat jede Einrichtung darüber hinaus ihre eigene Vorgehensweise, die unbedingt eingehalten werden muss. Darüber wurden die HospizbegleiterInnen zu Beginn der Begleitungen ausführlich informiert. Monatlich oder bei Bedarf

findet ein regelmäßiger Austausch zwischen KoordinatorInnen und Verantwortlichen der Einrichtungen statt, sodass Änderungen immer zeitnah angepasst werden können. Viele HospizbegleiterInnen, PatientInnen im Krankenhaus, BewohnerInnen im Altenheim und Angehörige waren sehr glücklich, als es endlich wieder losging. Personal und Angehörige wurden etwas entlastet und die HospizbegleiterInnen waren froh, wieder aktiv für Schwerstkranke und Sterbende da zu sein.

Zu Beginn erfolgten die Besuche teilweise mit großem Abstand, hinter

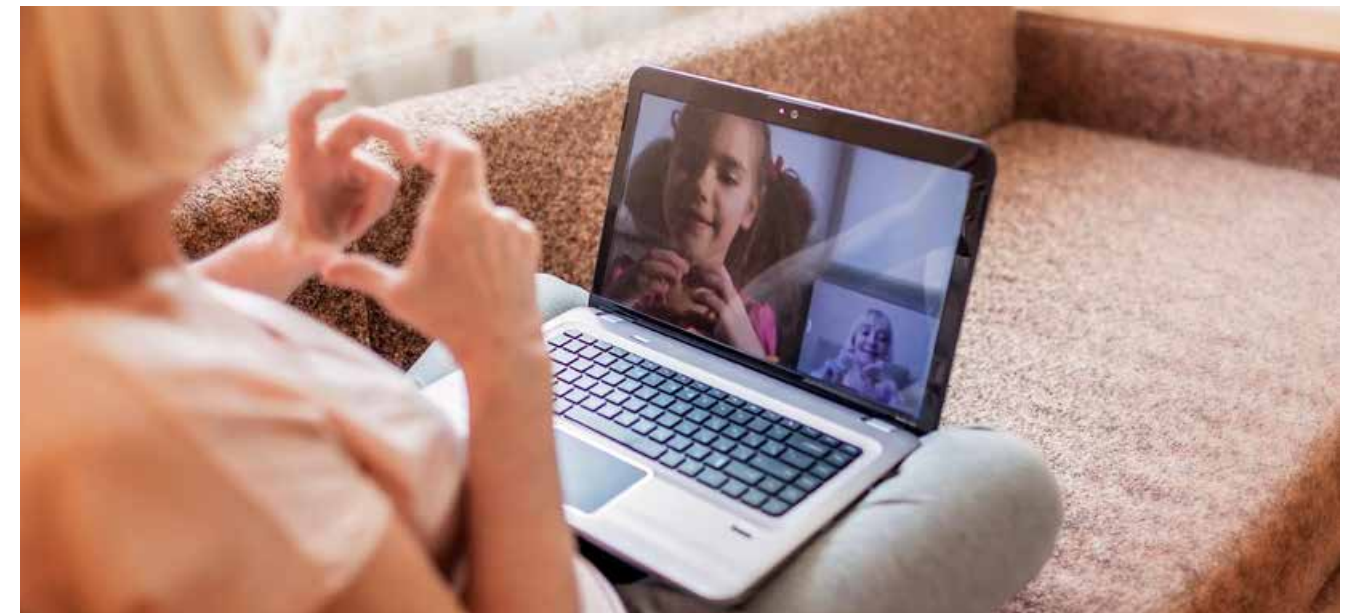
Plexiglas, auf Terrasse und Wiese oder mit Fenster-Balkon-Kontakten auf Distanz. Die Verantwortlichen der Einrichtungen haben sich diesbezüglich viele Gedanken gemacht und es – den Umständen entsprechend – gut gelöst. Die BewohnerInnen bekamen z. B. Grußkarten, gemalte Bilder, selbstgebastelte Werke oder kleine Blumensträuße von ihren Kindern, Enkeln, HospizbegleiterInnen etc. überreicht.

Die Patienten und Bewohner durften seit Juli wieder in ihren Zimmern besucht werden. Bei den Begleitungen in der eigenen Häuslichkeit war dies von Beginn an so.

Seit Juli werden die monatlichen HospizbegleiterInnen-Treffen via Videokonferenz abgehalten. Am Anfang war es noch recht holprig, aber mittlerweile gehört es einfach dazu und läuft sehr gut.

Das Virus wird uns sicherlich noch über einen langen Zeitraum begleiten, aber es ist sehr schön für alle Beteiligten, dass es wieder ein wenig Normalität im Bereich der Hospizbegleitung gibt. ■

Andrea Weyand



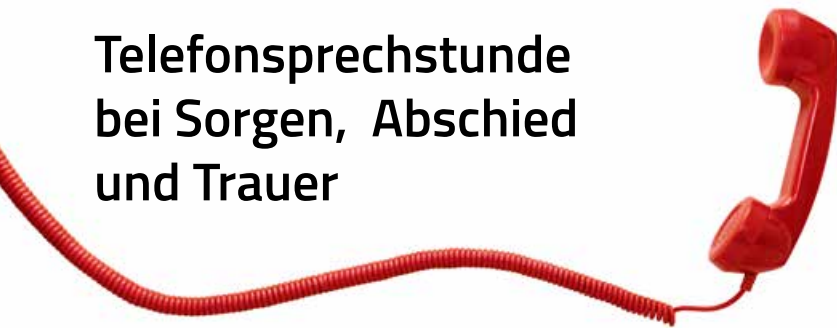
Da sein für ein Leben in Würde bis zuletzt

Qualifizierte Vorbereitung zur ehrenamtlichen hospizlichen Begleitung

Auch in Zeiten von Corona bietet der Hospizverein AUXILIUM eine Qualifizierung zur hospizlichen Begleitung an. Der nächste Kurs beginnt im März 2021 und findet in größeren Räumen statt, sodass Abstands- und Hygieneregeln gut eingehalten werden können. Sie haben die Gelegenheit, sich in einer kleinen Gruppe mit den Themen „Schwere Erkrankung, Lebensende, Sterben, Tod und Trauer“ auseinanderzusetzen sowie sich auf die mitmenschliche Begegnung mit schwerkranken und sterbenden Menschen vorzubereiten. Beratung zu Inhalten und Verlauf des Kurses finden durchgängig statt, Informationen finden Sie auf der Internetseite von AUXILIUM unter www.hvwa.de ■

Neues Angebot

Telefonsprechstunde bei Sorgen, Abschied und Trauer



Durch die aktuelle Corona-Krise leben wir alle seit vielen Wochen nun schon in einem außergewöhnlichen Zustand, in unseren Kontakten reduziert und ohne die bisher so selbstverständlichen Freiheiten. In dieser Situation haben sich die Bedingungen, unter denen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer erlebt wird, stark verändert. Unsicherheit und Ratlosigkeit, Einsamkeit und Isolation, Ängste und Sorgen sowie Trauer und Wut schaffen sich Raum.

Unser Ziel ist es, unter den jetzt vorherrschenden Bedingungen bestmöglich zu begleiten und beizustehen. Wir bieten für Sie eine Telefon-Sprechstunde durch geschultes Fachpersonal an. Beschützt in Ihrem Zuhause können Sie mit uns über Ihre Sorgen

und Nöte sprechen. Wir nehmen uns Zeit für Sie und hören zu. Auf Wunsch kommen wir gerne zu Ihnen nach Hause und begleiten Sie auch über einen längeren Zeitraum. Außerhalb dieser Zeiten können Sie Ihre Nachricht auch auf unserem Anrufbeantworter hinterlassen. ■

Michael Strauß

KONTAKT

- Telefon 0611-40 80 80
montags/freitags 10 bis 12 Uhr
mittwochs 16 bis 18 Uhr
- Außerhalb der Sprechzeiten hinterlassen Sie eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen Sie schnellstmöglich zurück. Unser Angebot ist für Sie kostenlos.

Das kleine 1x1 des Sterbens

Letzte-Hilfe-Kurs

Wie kann man einen Menschen unterstützen, der sich auf seinem letzten Weg befindet?

Auch in Zeiten von Corona finden im Herbst 2020 und im Verlauf 2021 in Kooperation mit den Volkshochschulen, dem Volksbildungswerk und anderen Trägern und Organisationen „Letzte-Hilfe-Kurse“ statt, entweder in größeren Räumlichkeiten oder in kleineren Gruppen, sodass die Abstands- und Hygieneregeln gut eingehalten werden können. Wir lassen uns auch gerne von verschiedenen Gruppen und Kreisen einladen.

Der Hospizverein AUXILIUM bietet an zwei Abenden oder einem Vormittag einen Kurs zur „Letzten Hilfe“ an. In vier Bausteinen wird Basiswissen zu den Themen Sterben, Tod und Trauer, sowie Hilfsmöglichkeiten und einfache Handgriffe vermittelt.

75% der Menschen haben den Wunsch, in ihrem Zuhause sterben zu können und brauchen Unterstützung. Wir möchten ermutigen, sich Sterbenden kompetent und mit mehr Sicherheit zuzuwenden.

Die aktuellen Termine finden Sie jederzeit auf der Internetseite von AUXILIUM:

www.hvwa.de/angebote/letzte-hilfe-kurs.html

Die Kurse finden grundsätzlich unter Berücksichtigung der aktuellen Corona-Hygiene-Maßnahmen statt. ■

Termine

Hospiz im Dialog

Öffentliche Vortragsreihe, Termine im Zeitraum von Januar bis April 2021
Veranstalter: Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e.V. / Ort: Luisenstraße 26, 65185 Wiesbaden

Montag, 25. Januar 2021
19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr

Verlust und Trauer - „Das Leben geht doch weiter...“ Video per Zoom
Ein viel gehörter Ausspruch nach dem Verlust eines geliebten Menschen. Doch ist das so?
Referentin: Bianca Ferse, Dipl.-Pädagogin und Trauerbegleiterin, Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e.V.

Montag, 22. Februar 2021
19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr

Engel für andere – Auf Rafaels Spuren Video per Zoom
Wie wir füreinander da sein können auf leichten u. schwierigen Wegstrecken des Lebens
Referentin: Elftraud von Kalkreuth, Buchautorin, ehem. ZDF Redakteurin und Schauspielerin, langjähriges Engagement in der Hospizbewegung Mainz

Samstag, 20. März 2021
9.30 Uhr – Ende ca. 13.30 Uhr

24. Wiesbadener Hospiztag im Roncalli-Haus in Wiesbaden
Thema: Sinnfragen. Wofür lohnt es sich zu leben?
Sinnerleben zwischen Leid und Glück / Dem Leben Sinn geben
Referenten: Prof. Tatjana Schnell (Innsbruck) und Wilhelm Schmid (Berlin)

Montag, 26. April 2021
19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr

Kriegskinder und Kriegsenkel – Lange Schatten einer traumatisierten Zeit Video per Zoom
Interaktive Diskussion zu den Erlebnissen aus der Zeit des 2. Weltkriegs
Referentin: Linda Linnert, ev. Klinikseelsorgerin, Darmstadt

Montag, 31. Mai 2021
19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr

Fragen nach dem Sinn Video per Zoom
Was Menschen in der letzten Lebensphase häufig bewegt und wie wir sie dabei begleiten können
Referentin: Carmen Kloft, Psychologin, Logotherapeutin, ehrenamtliche Hospizbegleiterin, Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e.V.

Montag, 28. Juni 2021
19.30 Uhr – Ende ca. 21 Uhr

Entlastung für pflegende Zugehörige – aber wie? Video per Zoom
Möglichkeiten der Unterstützung und Entlastung
Referentin: Rebecca Borchert, Amt für soziale Arbeit – Abtlg. Altenarbeit, Wiesbaden

WICHTIG!

Eine vorherige Anmeldung mit Name, Telefon/E-Mail-Adresse ist unbedingt erforderlich.
E-Mail: veranstaltungen@hospizverein-auxilium.de
oder telefonisch unter 0611-408080.
Sie erhalten nach Anmeldungseingang eine Bestätigung.

Es gibt nur eine begrenzte Anzahl von Präsenzplätzen. Unabhängig davon besteht die Möglichkeit, an der Veranstaltung digital über das Videoprogramm Zoom teilzunehmen (Voraussetzung: Zoom auf Ihrem Handy, PC oder

Tablet installieren.) Auch hier ist eine vorherige Anmeldung bei AUXILIUM notwendig. Sie erhalten vor der Veranstaltung die Zoom Zugangsdaten per E-Mail.

AUXILIUM 

**EINTRITT FREI,
SPENDEN WILLKOMMEN!**

Der Beirat

Die Mitgliederversammlung hat mit der Satzungsänderung den Weg für den lange gewünschten Vereinsbeirat frei gemacht.

Der Beirat startet mit fünf Mitgliedern, die aus ganz verschiedenen Bereichen unserer Stadtgesellschaft Wiesbadens kommen und damit auch das bürgerschaftliche unab-

hängige Engagement aller Aktiven in unserem Hospizverein spiegeln. Der Beirat wurde vom Vorstand auf drei Jahre gewählt. Die Kernaufgaben des Beirats sind der

Austausch und die Beratung des Vorstands in allen Vereinsangelegenheiten, die konstruktive Begleitung der Vereinsentwicklung und die Unterstützung in der Netzwerkarbeit.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Arbeit mit:



Dr. Mechthilde Burst

Seit 1985 ist Burst in Wiesbaden als Ärztin tätig. Die umfassende Versorgung schwerstkranker und sterbender Patienten in ihrer häuslichen Umgebung, im Pflegeheim und im stationären Hospiz waren ihr dabei schon immer ein großes Anliegen. Die gemeinsame Arbeit und der intensive Austausch in einem multiprofessionellen Team, die enge Vernetzung mit allen ambulanten Strukturen, insbesondere mit dem Hospizverein AUXILIUM, sind für sie wichtige Voraussetzungen für gutes Gelingen einer ganzheitlichen Begleitung.

„Ich freue mich sehr darauf, zukünftig den Hospizverein AUXILIUM in all seinen wichtigen und vielfältigen Aktivitäten als Mitglied des Beirats unterstützen zu können!“



Matthias Loyal

Loyal ist evangelischer Pfarrer, verheiratet, hat drei Kinder und lebt mit seiner Familie im Rheingau. Nach beruflichen Stationen in Sachsen und Berlin-Brandenburg ist er seit 2007 Vorstandsvorsitzender des Evangelischen Vereins für Innere Mission in Nassau (EVIM). Seither kennt er auch die Arbeit von AUXILIUM, insbesondere durch den gemeinsam veranstalteten Hospiztag.

„AUXILIUM steht für mich einerseits für unverzichtbares bürgerschaftliches Engagement. Andererseits ist AUXILIUM für mich ein Garant der Menschenwürde bis zum letzten Atemzug. Deshalb wirke ich gern im Beirat mit.“



Dr. Thomas Nolte

Seit 25 Jahren, seitdem er mit seiner Familie in Wiesbaden lebt, ist Nolte in der Hospizbewegung engagiert. Seit dieser Zeit ist er dem Hospizverein AUXILIUM verbunden. Seit 1996 versorgt er die Bewohner im Hospiz Advena bis heute und die kleinen Menschen im Kinderhospiz Bärenherz bis 2001.

„Die Versorgung von Schwerstkranken und Sterbenden in der Hospiz- und Palliativarbeit ist mir ein Herzensanliegen. Es ist für mich deshalb eine Auszeichnung, wenn ich dem Hospizverein AUXILIUM in Zukunft durch mein Mitwirken im Beirat mit meinem Wissen und meiner Erfahrung hilfreich zur Seite stehen kann.“

AUXILIUM weiterhin auf Kurs

Die Mitgliederversammlung von AUXILIUM fand wegen der coronabedingten Einschränkungen erst am 1. Oktober statt. Immerhin 23 Mitglieder hatten sich im Roncalli-Haus eingefunden, dazu kamen drei Stimmsrechtsübertragungen. Die Jahresberichte für 2019 durch den Vorsitzenden Karl Georg Mages und den Schatzmeister Rudi Grossmann zeigten auf, dass die Arbeit auch im abgelaufenen Jahr bei Patienten-

versorgung, Ausbildung, Beratung, Trauerarbeit und in der Öffentlichkeitsarbeit teilweise deutlich ausgedehnt wurde. Die Anzahl der Hospizbegleitungen wurde im Berichtsjahr auf 166 gesteigert, eine dritte Koordinatorin wurde eingestellt. Eines der vielen besonderen Ereignisse war die Teilnahme von AUXILIUM an der Wiesbadener kurzen Nacht der Museen mit einer Karikaturenausstellung, die mit rund 200 Besuchern einen sehr guten Zuspruch fand.

Die Vermögenslage des Vereins ist weiterhin stabil, wobei coronabedingte Auswirkungen zeitlich noch keine Berücksichtigung fanden. Die personelle Kontinuität ist gewährleistet, alle Vorstandsmitglieder wurden wiedergewählt. Zudem wurden drei Satzungsänderungen beschlossen: Durch die Einrichtung eines Beirates soll die öffentliche Wirkung verstärkt werden, Änderungen beim Vereinszweck werden die Unterstützung durch Stiftungen erleichtern und zwei zusätzliche Beisitzer sollen künftig den Vorstand verstärken. ■

Karl-Georg Mages



Dr. Sabine Schmitgen

Nach dem Studium des Wirtschaftsingenieurwesens und anschließender Promotion in Informatik begann Schmitgen ihre Berufstätigkeit in einer Bank, die sie bis in die Bereichsebene führte. Nach langen Auslandsaufenthalten in China und in Japan hat sie sich im Vordertaunus niedergelassen. Durch ihr Engagement beim Deutsch-Amerikanischen und Internationalen Frauenclub Wiesbaden e.V. hat sie den Hospizverein AUXILIUM kennengelernt und begleitet die Aktivitäten mittlerweile seit mehreren Jahren.

„Gerne bringe ich meine berufliche und ehrenamtliche Erfahrung auch bei AUXILIUM ein.“



Stefan Schröder

Schröder begann seine Karriere in Wiesbaden 2008 als Chefredakteur des Wiesbadener Kurier und des Wiesbadener Tagblatts. Heute ist er Chefredakteur der VRM. Die VRM ist heute das zehntgrößte Medienhaus in Deutschland und führt fast 30 Zeitungstitel mit einer verkauften Gesamtauflage von 300.000 Exemplaren täglich. Er ist verheiratet und hat drei erwachsene Kinder.

„Der Tod gehört zum Leben dazu. Obwohl wir alle wissen, dass das Leben mit dem Tode endet, blenden wir das Lebensende und den Weg dahin gerne aus. Das gilt auch und vor allem für mich. Diesem Ausweichen möchte ich gerne ein Ende setzen und nach der guten Erfahrung des Hospizforums im vergangenen Jahr bei AUXILIUM mitwirken.“

*Gehe so weit,
wie du sehen kannst.*

*Wenn du dort ankommst,
wirst du sehen,
wie es weiter geht.*

THOMAS CARLYLE

Und es geht doch

Trauerbegleitung in Corona-Zeiten

„Das habe ich noch nie vorher versucht. Also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe.“ (Pippi Langstrumpf) – Diesen Spruch fand ich auf einer Postkarte, und er scheint ein gutes Motto zu sein für das, was sich im Laufe des Jahres für den Bereich der Trauerbegleitung durch die Corona-Pandemie und die Folgen der Ausgangsbeschränkungen verändert hat.

Nachdem die Geschäftsstelle von AUXILIUM Ende März beinahe vollständig geschlossen worden war, musste die Mitarbeiterschaft aller Bereiche umdenken, wie sich die bestehenden Aufgaben und Angebote auch vom Homeoffice aus aufrecht erhalten ließen.

Für die Trauerbegleitung hieß das zunächst, dass „Trauer in Bewegung am Sonntag“, das Trauercafé im Kirchenfenster Schwalbe 6 und die „Sonderangebote“ Museumsbesuch

und Stadtführung für Trauernde nicht stattfinden konnten. Alle Einzelgespräche mit trauernden Menschen wurden bis Mitte Juni telefonisch geführt. Das war anfangs vor allem für Trauernde befremdlich, die mir als Gesprächspartnerin noch nie begegnet waren. Sich einem Menschen mit der eigenen Verzweiflung und Trostlosigkeit anzuvertrauen, ohne dieses Gegenüber je gesehen zu haben, ist – außer bei der Telefonseelsorge – eine ungewohnte Situation. Es stellte sich jedoch heraus, dass die wichtigste Aufgabe der Trauerbegleitung, das absichts-

lose Zuhören, auch am Telefon als Unterstützung wahrgenommen wird. Inzwischen finden die Trauergespräche wieder in der Geschäftsstelle statt, wobei alle Vorsichtsmaßnahmen eingehalten werden und selbstverständlich auch eine Gästeliste geführt wird.

Gerade für Menschen, die mit einem schmerzlichen Verlust leben müssen, können vertraute Sozialkontakte eine tragende Säule in einer unsicheren Lebenssituation darstellen. Aber vor allem das war zu Beginn der Corona-Pandemie zur Verhinderung der Ausbreitung des Virus kaum möglich. Zum Schutz der Gesundheit war die Bevölkerung aufgefordert, Kontakte auf die Mitglieder des eigenen Haushalts zu beschränken. Doch was, wenn der Haushalt bis vor kurzem aus nur zwei Personen bestanden hat und eine davon kürzlich verstorben ist? Dann wird der oder die Hinterbliebene ganz auf sich selbst zurückgeworfen und empfindet eine nie gekannte Einsamkeit und Isolation. Es gibt allerdings auch Trauernde, die die Kon-

taktbeschränkungen als Rückzugsmöglichkeit und als wohltuend wahrgenommen haben. Der Umgang mit dem Gefühlsleben und dem Trauerschmerz ist eben bei jedem Menschen anders. Manchmal fehlt der Wortschatz, um auszudrücken, wie die eigene Gefühlswelt erlebt wird und das Alltagsleben bis hin zu einer starken Verunsicherung bei ganz gewöhnlichen Tätigkeiten erschüttert.

Daher war es uns im Bereich der Trauerbegleitung ein großes Anliegen, Trauernden die Möglichkeit zu Begegnung und Austausch mit gleichfalls Betroffenen zu bieten, sobald es unter Beachtung von Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen wieder möglich war. So können die Sonntagsspaziergänge und das Trauercafé seit Juni wieder angeboten werden.

Als Ersatz für den ausgefallenen Besuch auf dem Weinfest fand im August mit elf Teilnehmenden eine Stadtführung von der Russischen Kapelle über den Russischen Friedhof mit anschließender Einkehr im

Turm am Neroberg statt. Die geschlossene Trauergruppe konnte von Juli bis September mit einer kleinen Gruppe im Kirchenfenster Schwalbe 6 durchgeführt werden. Die Wahrung des körperlichen Abstands war zwar eine Herausforderung für diese Arbeit, doch konnte es der Intensität des vertrauensvollen Miteinanders nicht im Wege stehen.

Eine ehemalige Teilnehmerin der geschlossenen Trauergruppe konnten wir gewinnen, über ihre Erfahrungen zu berichten. Ein Video dazu finden Sie auf unserer Homepage www.hvwa.de/videos oder über Youtube [youtube.com/watch?v=FG8gdNcUtn0](https://www.youtube.com/watch?v=FG8gdNcUtn0).

Eine Erweiterung im Team Trauerbegleitung durch das ehrenamtliche Engagement von Sabine Storm ermöglicht es, zusätzlich zu „Trauer in Bewegung am Sonntag“ ein solches Format einmal im Monat auch an einem Mittwochvormittag anzubieten. Sabine Storm ist 39 Jahre alt, verheiratet, Redakteurin beim HR, Hospizbegleiterin und Trainerin im SeelenSport (siehe

Interview mit ihr auf Seite 6). Mehr über ihre Anliegen erfahren Sie in ihrem Blog lieben-sterben-leben.de.

Weitere erfreuliche Unterstützung erhalten wir von der neuen Kollegin Margarete Keilmann (siehe unten), die seit dem 1. Juni 2020 hauptamtlich als Koordinatorin im Bereich der ambulanten Hospizarbeit tätig ist. Wenn es ihre Zeit erlaubt, kann sie uns als qualifizierte Trauerbegleiterin zur Seite stehen.

Die Trauerbegleitung ist kostenlos.

Über Einzelheiten und Termine informieren Sie sich im Sekretariat der Geschäftsstelle von AUXILIUM oder auf unserer Homepage. ■

Bianca Ferse

INFORMATION

Luisenstraße 26, 65185 Wiesbaden,
Tel.: 0611-40 80 80

hvwa.de/angebote/trauerbegleitung/angebot.html



Neu im Team

Margarete Keilmann

Ich bin 57 Jahre alt, examinierte Krankenschwester, Palliative-Care-Fachpflegekraft, Hospiz- und Trauerbegleiterin und verstärkte seit Juni 2020 das Team bei AUXILIUM.

Mein Berufsleben startete ich mit einer kaufmännischen Ausbildung, orientierte mich aber danach neu und erlernte den Beruf der Krankenschwester. Zuerst war ich zwei Jahre auf einer internistischen Station in Viernheim, wechselte dann

1990 ans Universitätsklinikum Mannheim, wo ich 20 Jahre arbeitete und dort zuletzt die komplette Neurologie leitete.

Im Jahr 2000 lernte ich die Hospizarbeit an meinem Wohnort kennen und sehr schätzen. Es begann eine zehnjährige enge ehrenamtliche Verbundenheit mit dem örtlichen ambulanten Hospizverein, bei dem ich zur besseren Unterstützung einige Zusatzqualifikationen absolvierte.

Als ausgebildete Koordinatorin, Hospizbegleiterin und Palliative-Care-Fachpflegekraft kümmerte ich mich dann um alle Facetten der Hospizarbeit, um die Arbeit mit den Ehrenamtlichen und ihre Qualifizierung, die Öffentlichkeitsarbeit bis zur Vorstandstätigkeit. ■



Aktuelle Überlegungen bei AUXILIUM

Caring Community – ein alter/neuer Ansatz in der Hospizarbeit?

„Wenn wir das schon vorher gewusst hätten, hätten wir uns viele Umwege erspart und es wäre vieles leichter gewesen...“, so sprechen uns immer wieder Angehörige nach Begleitung und Unterstützung in den letzten Lebenstagen an. Das heißt: Bei einem nicht geringen Anteil der Hilfebedürftigen kommen die Angebote der Hospiz- und Palliativbetreuung nicht oder zu spät an.

Rund 45% aller Sterbenden verbringen ihre letzten Lebenstage im Krankenhaus, obwohl 75% aller Menschen am liebsten zu Hause bleiben würden, im Kreis vertrauter Menschen. Gleichzeitig steigt seit Jahren die Zahl der Singlehaushalte.

Die dritte und vierte Lebensphase, beginnend mit dem Eintritt in den Ruhestand, fällt heute deutlich länger aus als früher, d.h. sie birgt für viele Menschen auch neue Möglichkeiten von Engagement und Lebensgestaltung

Heute schon sind 6% der Bevölkerung über 80 Jahre alt, Tendenz steigend. Das Konzept einer Sorgenden Gemeinde (Caring Community) zielt darauf ab, die Bürger*innen einer Stadt, eines Stadtteils, eines Viertels, die Nachbarschaften und Freundeskreise für den Umgang mit Sterben, Tod und Trauer zu sensibilisieren und Kompetenzen für diesen Bereich zu fördern. Vor allem sollen Menschen ermutigt werden, aufeinander zuzugehen, sich zu kümmern und füreinander da zu sein, so, wie es die eigenen Möglichkeiten erlauben. Es geht nicht um ein Zurück zu alten, gewohnten Strukturen der Aufteilung dieser Sorgearbeit auf

die traditionellen Geschlechterrollen – es bedarf neuer Strukturen und eines neuen zivilgesellschaftlichen Verständnisses von „Sich kümmern“. Hierbei spielt die Sorgearbeit durch Personen außerhalb des Verwandten- und Bekanntenkreises, auch aufgrund zunehmender Vereinzelung durch Single-Haushalte, eine entscheidende Rolle.

„Das vermeintlich private Thema ist also politisch, denn es geht darum, vernetzte kommunale und zivilgesellschaftliche Strukturen aufzubauen, die jeden Einzelnen ermutigen, das eigene Ende bewusst zu gestalten“ – wenn er/sie denn das möchte!!!

aus: „Auf ein Sterbenswort – Wie die alternde Gesellschaft dem Tod begegnen will.“ Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung, April 2020

Nach dem Konzept des Netzwerkes Caring Community Köln > **caring-community.koeln** bedarf es des Aufbaus einer Grundkompetenz bei folgenden Themen: Wissen über Hilfsangebote bei schwerster Krankheit und im letzten Lebens-

jahr; Verständnis für Trauerprozesse und vorhandene Unterstützungsangebote; Beschäftigung mit der eigenen Endlichkeit als Teil der Gesundheitskompetenz; Verstärkte Kompetenz der Zivilgesellschaft, Förderung einer Sorgeskultur neben verbesserten Strukturen des Gesundheitssystems.

Was heißt das aktuell für AUXILIUM?

AUXILIUM arbeitet mit Partnern auf Stadtteil- und Quartiersebene, in gemeindlichen oder nachbarschaftlichen Netzwerken wie soziale Stadtteilarbeit, Nachbarschaftshäuser und Volksbildungswerke etc. zusammen, um interessierten Menschen eines Stadtteils/Quartiers die Themen von Sterben, Tod und Trauer und ihre eigenen Möglichkeiten der Unterstützung ihrer Mitbürger, Nachbarn, Freunde und Bekannten näher zu bringen. Diese Angebote beinhalten im Moment:

- „Sprech- und Zuhörstunden“ zu den Themen Sterben, Tod und Trauer, z. B. im Nachbarschaftshaus Biebrich.
- Abendveranstaltung mit Begleitungsgeschichten zum Thema schwere Erkrankung, Sterben und Tod im Stadtteil Gräselberg. (26. Oktober 2020, 17 Uhr, in der Evangelischen Lukas-Gemeinde, Klagenfurter Ring 61-63. Telefonische Anmeldung unter 0611-174536-03)
- „Letzte-Hilfe-Kurse“, z. B. im Nachbarschaftshaus, mit dem VBW Klarenthal etc.
- neues Angebot Sorgentelefon (nähere Information auf S. 16)

Michael Strauß
Talisha Ford

Mitglieder im Portrait

Karin Bouffleur

In dieser neuen Rubrik stellen wir Ihnen regelmäßig Mitglieder unseres Vereins ganz persönlich vor – denn es lohnt sich, Engagierte bei AUXILIUM näher kennenzulernen.

ALTER 54
WOHNORT Wiesbaden
TÄTIGKEIT Sozialpädagogin
MITGLIED SEIT 2015
AUFGABE Begleitung, Letzte-Hilfe-Kurse
HOBBYS Garten und Pflanzen, Lesen, Malen, Tennis

MEIN LIEBLINGSORT:
Das Kaisertal beim Wilden Kaiser (Österreich)

ICH BIN MITGLIED BEI AUXILIUM, WEIL ich mich schon viele Jahre für Sterbebegleitung und die Hospizarbeit interessiert hatte, und dann die Zeit reif war, mich intensiver mit dem Thema Sterben und Tod auseinanderzusetzen – auch im Hinblick auf meine eigene Sterblichkeit. Indem ich mich mit einem Menschen in seiner letzten Lebensphase austausche, erfahre ich auch sehr viel über diese so geheimnisvolle Zeit.

MEIN BEEINDRUCKENDSTES ERLEBNIS MIT DEM TOD:
Der Tod meines Vaters kam nach sehr kurzer Erkrankung ganz plötzlich. Es war für mich sehr schockierend, wie schnell mein fitter und gesunder Vater gestorben ist. Ich bin heute noch froh, dass zwischen uns nichts offen geblieben ist, sondern noch alles Wichtige gesagt werden konnte.

DIESE SCHLAGZEILE WÜRDTE ICH GERNE MAL IN DER ZEITUNG LESEN:
Der Klimawandel konnte gestoppt werden!



AN WIESBADEN GEFÄLLT MIR:
Man ist schnell in der Natur, die schönen alten Häuser und das umfangreiche kulturelle Angebot (wenn nicht gerade Corona ist ...) z. B. das Rheingau-Musik-Festival.

EIN GELUNGENES LEBEN BEDEUTET FÜR MICH:

Meinen Lebensrucksack mit Erfahrungen und Erlebnissen füllen, von denen ich im Alter zehren kann. Mit mir im Reinen sein und in meinem Leben angekommen sein, so dass sich Zufriedenheit ausbreiten kann. Walnusseis, Kaiserschmarrn und ein Spaziergang in der Natur.

DAS SOLLTE JEDE/R MINDESTENS EINMAL IM LEBEN GEMACHT HABEN:
Keine Ahnung, was das wäre, aber toll ist, wenn man immer wieder staunen und sich an den kleinen Dingen freuen kann!

DAMIT VERWÖHNE ICH MICH:
Treffen mit Freundinnen, ein schönes Paar Schuhe oder ein hübscher Schal, eine Massage oder ein interessanter Kreativkurs.

DAVOR HABE ICH ANGST:
Dass meinen Kindern etwas Schlimmes zustoßen könnte, im Alter alleine zu sein oder über lange Zeit große Schmerzen ertragen zu müssen.

GLÜCK BEDEUTET FÜR MICH:
Wenn ich mich mit einem Menschen durch gegenseitiges Verständnis ganz verbunden fühle, weite Landschaften erleben dürfen, mit meinen Liebsten zusammen sein, Gesundheit. ■

Kurzgefasst

Die Arbeit des Hospizvereins Wiesbaden AUXILIUM

■ Qualifizierte hospizliche Begleitung

Wir begleiten Menschen auf dem letzten Abschnitt ihres Lebensweges. Unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer sind für Sie da. Sie hören zu, helfen, unterstützen und trösten Menschen bis zuletzt. Keine Frage zu viel, keine Auskunft zu schwierig.

■ Qualifizierte Trauerbegleitung

Jeder Mensch trauert anders. Der Einschnitt im Leben ist tragisch – ohne den anderen. Wir hören zu, fühlen mit, zeigen in Einzelgesprächen oder in der Gruppe einen möglichen Weg. Gehen müssen Sie alleine. Aber wir gehen gerne mit.

■ Professionelle Palliative-Care-Betreuung

Betreuung durch spezialisierte Palliativmediziner und Palliativpflegekräfte – zu Hause oder in einer Pflege-

einrichtung. Dabei möchten wir die Selbstbestimmtheit des Sterbenden fördern. Wir nehmen alle Betroffenen gerne an die Hand.

■ Beratung

Unsere qualifizierten ehrenamtlichen Berater helfen Ihnen bei allen Fragen zur Vorsorge und zur Patientenverfügung. Es ist nie zu früh, aber manchmal zu spät.

■ Alle Angebote sind kostenlos

Der Hospizverein finanziert die Hospiz- und Trauerarbeit im Wesentlichen durch Spenden und Mitgliederbeiträge.

Wiesbadener Volksbank

IBAN DE12 5109 0000 0004 1190 02

Georg Kreisler

Man hat den Tod nicht abgeschafft

Man hat den Tod nicht abgeschafft.
Das kränkt noch manche Leute.
Den Glauben hat man abgeschafft.
Die Stille hat man abgeschafft.
Die Reinheit hat man abgeschafft.
Die Reue hat man abgeschafft.
Den Tod hat man nicht abgeschafft bis heute.
Es kann so guttun, über Nacht zu sterben
und stille Spuren in den Wind zu streun,
in einem Zwischenraum zu stehn,
wenn andere nach dir sehn,
dann fortzugehen,
ohne dich umzudrehn.
Dann hast du's hinter dir
und fühlst dich heiter.
Du fühlst dich seltsam, aber ganz im Recht.
Du hast den Tod ja stets geahnt
und irgendwie geplant.
Das Fazit ist, dass du gestorben bist.

Noch weißt du nicht, woran zu denken.
Denkt man vielleicht an Sigmund Freud?
An einen Leopard?
An eine Schlittenfahrt?
An einen Pfau?
An eine Frau?
Man denkt im Tod bestimmt so falsch wie immer,
kann sich nur schwer von seinem Stil befreien
und fließt in einen riesengroßen See hinein.
Dort ist zuerst noch alles dunkel.
Jede Sekunde beißt sich fest.
Dann kommt ein Fingerbreit,
dann eine Süßigkeit, dann wird man blind
und das Staunen beginnt.
Man staunt die Zahl an, die man nie gedacht hat,
und staunt die Zeit an, die man jetzt durchbricht.
Drum Lieblich, wenn der Arzt
von meinem Tode spricht,
weine nicht!