



HAMBURGER  
HOSPIZ | Lebenswerte Zeiten

# *Hospizkultur*

Ausgabe 14  
Oktober 2019



Lebenswerte Zeiten

## Inhalt

Auf ein Wort .....	3
Elke Huster-Nowack lädt Spender ein	
Wir stellen vor .....	4
Buch „Männer in Todesnähe“	
Einblicke .....	7
Bauarbeiten im Hamburger Hospiz	
Begleitungen und Gäste .....	13
Letzte Tage mit Frau Unruh	
Bewegte „Quality Time“	
Ruhig schlafen	
Willkommen .....	18
Brunhilde Wüstling	
Beke Heß	
Haus und Hof .....	19
Sommernachtstraum	
Seminarreise zur eigenen Betroffenheit	
Pionierin im Ruhestand	
und mehr ...	
Denkanstoß .....	24
Ist der Tod böse?	
Trauerarbeit .....	28
Zurückkommen	
Sich Hamburg weit vernetzen	
Lebenslange Reise	
Öffentlichkeitsarbeit .....	31
Fragen Sie Ihre Kinder!	
Motivierende altonale	
und mehr ...	
Wir danken .....	37
Worte des Dankes an uns .....	38
Veranstaltungshinweise .....	40

## Impressum

### Redaktion:

Angela Reschke

### Fotos:

Sebastian Engels, Angela Reschke u.a.,  
Fotos S. 14-17, 26 und 37: pixabay.com

### Adresse:

Hamburger Hospiz e.V.  
Helenenstraße 12  
22765 Hamburg

### Kontakt:

Telefon: 040–389075-205  
Fax: 040–389075-133  
E-Mail: [presse@hamburger-hospiz.de](mailto:presse@hamburger-hospiz.de)  
Internet: [www.hamburger-hospiz.de](http://www.hamburger-hospiz.de)

### Bankverbindung:

GLS-Gemeinschaftsbank  
IBAN: DE 73 4306 0967 0044 0567 10  
BIC: GENODEM1GLS  
Stichwort: Bürgerschaftliches Engagement

### Gestaltung:

Burkard Meyendriesch

### Realisierung:

Werner Justen

## Auf ein Wort

Elke Huster-Nowack erläutert, warum ein Anbau Spenden braucht  
Liebe Leserinnen und Leser,  
wie Sie vielleicht wissen, engagiert sich der Hamburger Hospiz e.V. seit fast 30 Jahren für Schwerstkranke, Sterbende, Angehörige und Trauernde. Als vor achtzehn Jahren erstmals Gäste in unser althehrwürdiges Gebäude, unser Helenenstift, einzogen, war ein wichtiger Meilenstein unserer jahrelangen Bemühungen erreicht. Einen weiteren Meilenstein erreichten wir mit der Gründung des Ambulanten Hospizberatungsdienstes vor 15 Jahren. Seither beraten und begleiten wir auch in der Häuslichkeit, im Pflegeheim und im Krankenhaus. Nun können wir einen weiteren Meilenstein verwirklichen. Denn seit dem 1. August 2019 realisieren wir einen zweistöckigen Anbau am Helenenstiege, der über die nächsten eineinhalb Jahre von weiteren Umbaumaßnahmen im Altbestand gefolgt werden wird.<sup>1</sup>

Das Hamburger Hospiz im Helenenstift ist weithin für sein ganzheitliches Angebot<sup>2</sup>, die hohe Qualität der palliativen Versorgung und der würdevollen, mitmenschlichen Zuwendung bekannt, aber ebenso für die schöne Architektur des Hele-



*Elke Huster-Nowack, 1. Vorsitzende im Hamburger Hospiz e.V.*

nenstifts, die viele Gäste und Angehörige sehr schätzen. Allerdings stellt uns das um 1900 errichtete Gebäude vor zunehmende Probleme. So zeigt sich seit einigen Jahren die Notwendigkeit weiteren Raum zu schaffen. Wir werden im Anbau vier neue Gästezimmer realisieren, anschließend im Altbau bestehende Gästezimmer vergrößern, neue Sanitäreinheiten einbauen und schließlich auch Raum schaffen, um das ambulante Angebot erweitern zu können.<sup>3</sup> Zuletzt müssen Schäden an der Fassade beseitigt werden.

Sie ahnen es, liebe Leserinnen und Leser, wir stehen vor dringenden

Investitionen in Höhe von über 2 Millionen EUR. Trotz gebildeter Rücklagen und beantragter Zuwendungen Dritter, benötigen wir die Unterstützung von Bürgerinnen und Bürgern und Stiftungen, also von Ihnen. Daher erlauben wir uns, Sie heute um Ihre Spende zu bitten. Wir laden Sie sehr herzlich ein, Fördermitglied im Hamburger Hospiz e.V. zu werden<sup>4</sup>, uns mit einer einmaligen Spende zu bedenken<sup>5</sup> oder sich an unserer diesjährigen Benefiz-Kunstaussstellung mit einem Gebot zu beteiligen.

Vielleicht möchten Sie auch in Ihren Überlegungen für Ihre Weihnachtsspende an den Hamburger Hospiz e.V. denken oder in dem Sin-

ne im Bekannten- und Freundeskreis von unserem Vorhaben erzählen? In jedem Fall bedanken wir uns für Ihr wohlwollendes Interesse an unserem Projekt. Und wie immer gilt: Zögern Sie bitte nicht, Kontakt mit uns aufzunehmen. Ihre Fragen beantworten wir gern. Unsere Bankverbindung finden Sie im Impressum.

1 Unter <https://www.facebook.com/HamburgerHospiz/> berichten wir kontinuierlich über den Stand der Bauarbeiten

2 ambulante und stationäre Hospizarbeit gepaart mit Trauer- und Bildungsarbeit

3 zu den Hintergründen und Herausforderungen steht Silke Grau, Pflegedienst- und Kommissarische Leitung Rede und Antwort

4 Den Antrag finden Sie auf unserer Website

5 Unseren Überweisungsträger finden Sie im Heft

## Wir stellen vor

### **Männer in Todesnähe – Buchvorstellung**

„Männer in Todesnähe – Zehn Gespräche am Lebensende“ ist ein dokumentarisches Sachbuch der Diplom-Psychologin Angela Reschke und des Diplom-Biologen Dr. Martin Kreuels, das im Oktober 2019 erschienen ist. Das Nachwort stammt von Prof. Traugott Roser. Das Buch ist mit Unterstützung des Hamburger Hospiz e.V. realisiert worden, der sich seit Jahren dafür engagiert,

Männer in größerem Maße für die Hospizidee zu gewinnen. Das Buch hat 260 Seiten und kostet 19,90€. Es kann werktags im Hamburger Hospiz gekauft oder online über <https://www.bod.de/buchshop/> bestellt werden.

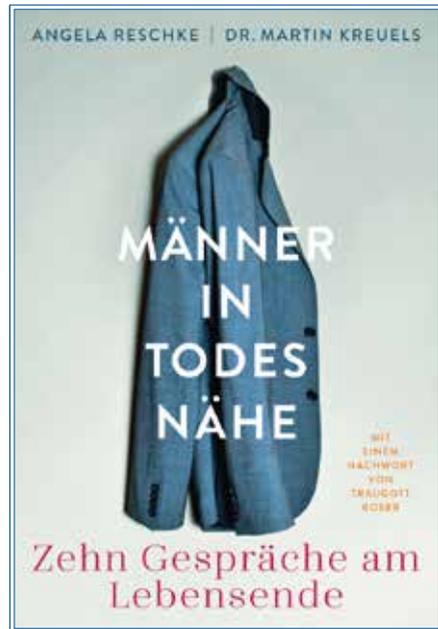
In diesem Buch lernen die Leser zehn Männer zwischen 40 und 93 Jahren kennen, die sich krankheitsbedingt „in Todesnähe“ befinden. Ihr Sterben verstehen sie als Teil ih-

res selbstbestimmten Lebens, in dem sie als der sterben, der sie sind. In diesem Sinne gestalten sie „aufrecht“ ihren letzten Lebensabschnitt. Dies verleiht ihrem Leben trotz der Ungeheuerlichkeit des nahenden Todes Sinn.

Die im Buch veröffentlichten Gespräche fließen frei und gewähren intime Einblicke. Die Erzählenden berichten, wie ihnen ein Leben im Angesicht des Abschieds gelingt. Sie offenbaren, wie sie in einem Spannungsfeld von „Leben wollen und Sterben können“ um Gleichgewicht ringen. Dabei schildern sie offen die vielen Widrigkeiten, mit denen sie leben müssen, und wie die sich täglich wandelnde Lebensqualität sie herausfordert, ihr Leben fortzusetzen. Aber sie sprechen auch über ihre Kraftquellen und ihre Erfolgsrezepte. So berichten sie bilanzziehend von ihren Überzeugungen und Werten und von dem, was ihrem Leben Sinn gibt.

Dieses Buch versteht sich weder als Fachbuch noch als Sprachrohr für Männer oder als „Männerratgeber“. Die Erzählenden bieten auch keine Rezepte für die Endlichkeit des Lebens an.

Doch Leserinnen wie Leser können sich von diesen Männern persönlich berühren lassen und in Resonanz



*Buchcover*

gehen. Was lösen die Begegnungen in mir aus?

So ermöglichen die Autoren Männern, von anderen Männern zu lernen. Der Abgleich mit der jeweiligen Schlüsselfigur stößt Selbsterkennungsprozesse an, die Leser ermutigen, selbstbestimmt zu ihren Gefühlen, Wünschen und Herangehensweisen zu stehen und diese offen und selbstbewusst zu vertreten.

Der weiblichen Leserschaft hingegen eröffnen die Autoren neue Perspektiven auf männliches Erleben. Vor dem Hintergrund der Sterbe- und Lebenserfahrungen fremder Männer können sie persönlich Erlebtes reflek-

tieren, das Sterben von Männern tiefer verstehen und (wo das noch nicht geschehen ist) annehmen.

Diese Selbstreflexion kann aber nur dem gelingen, der das vorliegende Buch als Mensch liest, der eines Tages ebenfalls sterben wird. Eine persönliche Bereicherung wird all denen verschlossen bleiben, die die Erfahrungen der Männer ausschließlich mit professionellem Blick, beispielsweise eines Sozialarbeiters, Theologen, Wissenschaftlers oder Therapeuten, betrachten.

Die Schilderungen der Männer bedürfen keiner professionellen Deutung. An Stelle dessen leiten die Autoren die Gespräche mit einer Verdichtung ein und aus. In dieser pointierten Zusammenfassung treten wesentliche Aspekte stärker in Erscheinung und eröffnen die Möglichkeit, tiefer in die Lebenswirklichkeit der Erzähler einzutauchen.

So vermag dieses Buch ganz im Sinne der Hospizbewegung innere Räume zu eröffnen, in denen eigene Lebenswege erkundet werden können, nicht nur am Lebensende und in der Trauer, sondern auch mitten im Leben und miteinander.

Und auf den längst überfälligen Gedankenaustausch der Geschlechter zielt dieses Buch auch ab. In einer ausführlichen Einleitung pro-

blematisieren die Autoren deshalb, dass die Hospizarbeit im Wesentlichen von Frauen entwickelt, umgesetzt und in Anspruch genommen wird. Sie begründen, dass nur eine ausgewogenere Geschlechterverteilung den eigenen Anspruch, für alle da, erreichbar und attraktiv zu sein, erfüllt und mehr Vitalität und Innovationen erzielt. Dieses Buch möchte daher männliches Potenzial für die Hospizbewegung gewinnen und Männern den Zugang zu hospizlichen Angeboten erleichtern. Schließlich appellieren die Autoren an Männer, dass die Zeit reif ist, männliche Identität neu zu denken und soziale, mitmenschliche Anliegen in der Gesellschaft aktiver mitzugestalten.

Das Buch endet mit einem Nachwort von Prof. Traugott Roser. Er bezieht sich auf den Film „Gladiator“, der scharf männliches Sterben ins Bild rückt. Roser zeigt auf, wie die Erzählungen der Männer ebenfalls von Tugenden, Kampf, Leidenschaft, Wahrhaftigkeit und Heldentum zeugen.

Das Buch ist aufwendig gestaltet. Die Gestaltung unterstreicht die Persönlichkeiten der Gesprächspartner und ergänzt zudem die Schwere des Themas mit leichten und farbigen Akzenten.

## Einblicke

### Baumaßnahmen im Hamburger Hospiz

Wie erleben unsere Gäste, Mitarbeiter\*innen und die Nachbarschaft unsere Baumaßnahmen? Vier von ihnen kommen hier zu Wort. Ihre Statements sind repräsentativ für die große Toleranz und das große Wohlwollen, welches uns seit Beginn der Maßnahme entgegenkommt. Dafür sind wir sehr dankbar, denn uns ist wohl bewusst, dass manch ein Bauabschnitt mit viel Dreck und Lärm einhergehen wird. Alle, die darunter zu leiden haben, bitten wir vorzorglich um Nachsicht.

#### Hospiz im Bau

Angela Reschke ist u.a. verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit im Hamburger Hospiz. Sie spricht mit Silke Grau, kommissarische Leitung im Hamburger Hospiz, über den Hintergrund der Bauarbeiten und die damit verbundenen Herausforderungen und Ziele.

*Silke, der Hamburger Hospiz e.V. befindet sich in einer umfassenden Baumaßnahme. Was genau ist geplant? Vom 1. August 2019 bis Anfang 2021 realisieren wir einen zweistöckigen seitlichen Anbau, einen Umbau im*

*Altbestand sowie eine umfassende Renovierung.*

*Wie kann es gelingen, die schöne Atmosphäre unseres Altbaus zu erhalten?*

*Unser Anbau greift sensibel die architektonische Gestaltung unseres historisch bedeutsamen Gebäudes und der Nachbarschaft – wie der Kirche der Stille und der Nyegaard-Stiftung – auf. Die Fassade zur Helenenstraße hin wird erhalten bleiben, ebenso der schöne Vorplatz mit unserem Garten. Der hintere Garten wird hingegen größtenteils neu angelegt werden, aber von den Maßnahmen profitieren.*

*So einen Bau realisiert man nicht „mal eben“. Da gab es bestimmt einige Hürden zu überwinden ...*



Angela Reschke

Im ersten Schritt haben wir natürlich die Notwendigkeit gründlich auf den Prüfstand gestellt. Immerhin investieren wir einen Großteil unserer finanziellen Ressourcen! Und das führte zu der nächsten Überlegung: Können wir uns den Umbau zum jetzigen Zeitpunkt auch leisten? Es galt die Finanzierung auf solide Füße zu stellen. Und dann gab es eine Menge baurechtlicher Fragen und die architektonische Planung, die zu klären waren. Schließlich mussten wir noch eine kleine, an das Hospizgebäude angrenzende Fläche erwerben und überlegen, wie wir die Baumaßnahmen im laufenden Betrieb realisieren können.

*Da kommen enorme finanzielle Belastungen auf uns zu, die über einen längeren Zeitraum zu stemmen sein werden. Zudem verursacht die Baustelle für eineinhalb Jahre Lärm und Dreck. Warum lohnt sich ein solcher Aufwand?*

Hospiz muss ein Ort der Begegnung sein. Großzügige Räume und eine angenehme Atmosphäre fördern Begegnungen mit Angehörigen, Freunden, Kindern und Enkeln. Beziehungen bis zum letzten Atemzug intensiv leben zu können, das ist es, was wir im stationären Hospiz ermöglichen wollen! Doch dadurch, dass das Hamburger Hospiz ein Alt-

bau ist, sind manche Zimmer leider recht klein. Zwar fühlt sich manch einer in einem kleinen Zimmer besonders geborgen, doch dann bleibt noch das Problem, dass sich derzeit 8 der 16 Einzelzimmer jeweils zu zweit mit dem benachbarten Zimmer eine Sanitäreinheit teilen müssen.

*Was bedeuten die Maßnahmen konkret für die zukünftige Wohnqualität der Gäste?*

Die kostenfreie Übernachtung von Angehörigen ist weiterhin möglich, aber in viel größeren und modernisierten Zimmern. So sollen die Zimmer auf eine Größe von durchschnittlich 20 m<sup>2</sup> erweitert werden und jeweils ein eigenes, modernes Bad erhalten. Auch möchten wir unseren Gästen weitere Balkone zur Verfügung stellen können. Denn nicht jeder Gast ist noch in der Lage nach draußen zu gehen. Derzeit haben wir zwei große Balkone, Anfang 2021 kommen vier weitere im Anbau hinzu.

*Was ist noch geplant?*

An diese große Baumaßnahme schließen wir eine grundlegende Renovierung an. So werden beispielsweise die Fußböden im Gebäude erneuert. Auch wird der Brandschutz verbessert. *Im Hamburger Hospiz gibt es 16 Einzelzimmer. Sollen weitere Zimmer hinzukommen, so dass noch mehr Menschen von der stationären Hos-*



Silke Grau

*pizarbeit im Hamburger Hospiz profitieren können?*

*Nein, es ist gesetzlich geregelt, dass stationäre Hospize maximal 16 Einzelzimmer anbieten dürfen. So soll der Charakter eines Gästehauses bewahrt bleiben, in dem es möglich ist, alle Gäste mit ihren individuellen Wünschen und Nöten im Blick zu behalten.*

*Diese Baumaßnahme greift die Bedürfnisse unserer stationären Hospizgäste auf. Unsere stationäre Begleitung ist ohnehin sehr gut. Stellt sich da nicht die Frage der Verteilungsgerechtigkeit?*

*Die Maßnahmen werden auch zu spürbaren Verbesserungen für die zahlreichen Besucher\*innen und für die Mitarbeiter\*innen im Hospiz führen. Die bessere Raumsituation wird uns zudem erlauben den ambulan-*

*ten Hospizberatungsdienst auszubauen. Das ist ein großer Gewinn für alle, die in der Häuslichkeit, in Pflegeheimen und in Krankenhäusern leben und sterben.*

*Wie reagieren die Gäste auf den Bauärm?*

*Unsere Baustelle wird etwa eineinhalb Jahre bestehen. In dieser Zeit wird die Lärmbelastung schwanken. Es wird ruhigere Phasen geben, aber auch Arbeiten, bei denen Lärm unvermeidbar sein wird. Eine gewisse Belastung wird sich also nicht völlig vermeiden lassen. Allerdings ist unser Architektenbüro Reinig sehr sorgfältig in der Auswahl der Firmen vorgegangen. Alle ausführenden Firmen wissen um die besondere Situation unserer Gäste. Gemeinsam mit den Handwerkern wird kontinuierlich abgewogen, wie die Maßnahmen möglichst schonend ausgeführt werden können. Zur Not unterbrechen und vertagen wir auch mal eine Maßnahme.*

*Tatsächlich nehmen erstaunlich viele unserer Gäste regen Anteil an der Baustelle. Für sie steht die Belastung nicht im Vordergrund. Es ist auch einfach interessant zu beobachten, wie die Bauarbeiten kontinuierlich vorangehen, wie die Handwerker Probleme lösen und mit welchem Geschick die Fahrzeuge und Arbeiter*

*Großes bewegen!*

*Erfahrungsgemäß werden Belastungen auch besser ertragen, wenn der Hintergrund bzw. die Notwendigkeit der Maßnahme bekannt ist. Wir sind daher täglich mit den Gästen und den Angehörigen im Gespräch und informieren detailliert über alles, was für sie relevant sein könnte.*

*Kommt es doch einmal zu einer Unzufriedenheit, so bieten wir selbstverständlich alles an, was die Lage verbessern könnte: Das kann ein Zimmerwechsel oder sogar der Umzug in ein anderes Hospiz sein. Beides ist aber noch nicht in Anspruch genommen worden.*

*Wie stehen die Hospizmitarbeiter\*innen zu den Baumaßnahmen?*

*Die stehen voll hinter der Baumaßnahme! Da gibt es eine große Zustimmung, die noch durch einen gewissen Pioniergeist im Haus gekrönt wird ... Wir werden noch besser!*

*Wie sieht es mit der Nachbarschaft aus?*

*Insgesamt wird uns enorm viel Wohlwollen entgegengebracht. Dafür sind wir unendlich dankbar, denn uns ist sehr an einer guten Nachbarschaft gelegen! Doch ehrlicherweise muss ich sagen, dass einzelne Nachbarn sich durch den Baulärm gestört fühlen. Das ist natürlich verständlich, wenn auch leider unvermeidlich.*



*Bauarbeiten am Hospiz*

*Nach den weit überwiegend positiven Erfahrungen gehen wir aber davon aus, dass es gelingt, möglichst viele Nachbar\*innen gedanklich in unsere Hospizarbeit und unser Anliegen miteinzubeziehen und Verständnis zu erhalten.*

*Wie kann es gelingen, die Nachbarschaft für das Projekt zu gewinnen?*

*Jedes Jahr laden wir unsere Nachbarn ein, unsere Einrichtung kennenzulernen. Ganz besonders freuen wir uns zum Beispiel, Nachbarn am Tag der offenen Tür begrüßen zu dürfen. In diesem Jahr ist das am Sonntag 13.10.2019. Dafür schwärmen ehrenamtliche Hospizkolleg\*innen aus und verteilen weit über 2000 Einladungen in die umliegenden Briefkästen. Vielen Dank für das Gespräch!*

### **Es ist schön hier!**

*„Laubsauger sind doppelt so laut!“ beginnt die 77-jährige die Bauarbeiten, die sie seit vier Wochen unmittelbar mitbekommt, zu kommentieren. Seit acht Wochen ist Anne-Barbara Finner bereits zu Gast im Hamburger Hospiz, einem Ort, den sie schmunzelnd mit einem Vier-Sterne-Hotel vergleicht. „Hier sind alle freundlich. Und nachts um vier Uhr kann man sich Marmeladenbrote bestellen.“ Als ehemalige Krankenschwester ist sie vielleicht anderes gewöhnt. „Nein, mir gefällt es hier ausgezeichnet“ fährt sie fort und gesteht „zuvor habe ich keine Ahnung von Hospiz gehabt“.*

*Hospiz und Baustelle?! Ja, gibt es denn da gar keine Kritik? Will ich nun doch wissen und hake noch einmal nach. Ihre leuchtend blauen Augen blitzen aber energisch auf „Nein, das ist ganz normaler Baulärm. Er hält sich in Grenzen und ist jederzeit akzeptabel! Auch geht alles zivilisiert vonstatten. Hier wird nicht rumgebrüllt oder geflucht. Und ein Bauarbeiter hat mir sogar schon Hilfe mit meinem Rollstuhl angeboten ...“*

### **Hier fühlt sich keiner gestört!**

*„Baulärm? Ach“, winkt der 66-jährige Hospizgast Johannes Thode ab. „Von der Baustelle bekomme ich nicht viel mit“. Seit gut zwei Monaten lebt der*

*ehemalige Landwirt im Hospiz. Er, der selbst viel mit Maschinen und auf Baustellen gearbeitet hat, findet es interessant, die Bauarbeiten miterleben zu können. Anerkennend beteuert er fachmännisch: „Die Kollegen wissen, was sie machen! Hier wird nicht „zack, zack“ gearbeitet, sondern Stück für Stück. Die arbeiten vorsichtig. Mit den Maschinen hantieren sie jedenfalls sorgfältiger als ich das kenne gelernt habe.“ Dann ergänzt er: „Die wissen doch auch, dass wir krank sind, und sie machen ihre Arbeit so, dass wir uns nicht gestört fühlen“. Selbstbewusst spricht er nun für die anderen Hospizgäste mit. Zu Recht, denn Johannes Thode ist sehr kontaktfreudig. „Ich habe mit allen Gästen gesprochen. Hier fühlt sich keiner gestört“. Dann ergänzt er nachdenklich: „Auch wissen wir ja, wofür der*



*Herr Thode fühlt sich nicht gestört*



*Baulärm? Welcher Baulärm?*

*Bau ist. Er kommt allen Kranken zugute!“ Schließlich huscht noch ein verschmutztes Lächeln über sein Gesicht „Ja, was soll ich Ihnen sonst erzählen? Auf den Tod bin ich vorbereitet. Aber ich will noch Weihnachten mitnehmen, dann bekomme ich noch ein Geschenk!“*

### **Baulärm? Überhört!**

Angela Reschke befragt Dela Waßmann.

*„Arbeiten auf einer Baustelle? Wie es mir damit geht?“ Unüberhörbar trägt ein leistungsstarker Bagger seit einigen Stunden einen riesigen Sandberg auf unserem Hof ab. Doch Dela Waßmann, Hauswirtschafterin im Hamburger Hospiz, ist überrascht, als ich sie in der Küche darauf anspreche. Die 57-Jährige überlegt: „Eigentlich nehme ich den Baulärm gar nicht*

*richtig wahr. Ich bin ja die ganze Zeit in Bewegung, achte auf die Bedürfnisse der Gäste und freue mich an den vielen Begegnungen mit ihnen. Und ich glaube, den meisten Gästen geht es ähnlich wie mir, denn selbst die Raucher, die einen Großteil des Tages auf dem Balkon oder im Garten sind, fühlen sich nicht gestört. Sie beobachten, was sich auf der Baustelle tut. Ein Gast allerdings ist unglücklich. Das tut mir sehr leid. Sie wünscht sich mehr Ruhe, braucht aber offene Fenster. Ich nehme die Bauarbeiten stärker wahr, wenn ich mich mit ihr darüber unterhalte.*

### **Die Verjüngungskur ist ein Geschenk**

Inka Gottschalch lebt in unmittelbarer Nachbarschaft. Was denkt sie über den Hospiz-Umbau?



*Inka Gottschalch*

„Wir Bewohnerinnen aus dem Nye-gaard Stift erleben das Hospiz als einen besonderen, geschützten Ort in unserer Nachbarschaft. Das gepflegte historische Gebäude mit dem idyllischen Garten, den großzügigen Balkonen in abgeschiedener Lage mitten in Altona vermittelt Ruhe und Geborgenheit. In den Ablauf des Erweiterungs-Umbaus werden nicht nur die

Gäste, sondern auch wir Stiftsbe-wohnerinnen liebevoll mit einbezo-gen. Irgendwie ist diese architekto-nische Verjüngungskur des Hospizes auch ein Geschenk an uns. Es macht noch eindrucksvoller sichtbar, wie viel Lebensqualität dieses historisch mit-einander verbundene Wohn-Ensem-ble von Stiften und der Kirche der Stil-le atmet“.

## Begleitungen und Gäste

### Letzte Tage mit Frau Unruh

14. Januar 2016

Meine erste Begleitung: Frau Unruh. Die Resolute. Ihr Ton hat etwas Bestimmendes. Manchmal auch etwas Schroffes. Sie raucht eine nach der anderen. Es stört mich nicht. Frau Unruh und ich verstehen uns. Vom ersten Moment an.

19. Januar 2016

Meine sterbende Frau Unruh findet, dass ich ein netter, strenger Mann bin. Der Klartext redet. So wie sie auch. „Hallo Herr Zinn. Schön dass Sie da sind.“ Sie hat meinen Namen behalten. Trotz ihres Tumors im Gehirn. Der löscht ihr gesamtes Kurzzeitgedächtnis. Wie ein Schwamm die Kreide von der Tafel. Nach wenigen Minuten ist die Gegenwart ver-

gessen. Sie erinnert sich perfekt. Allerdings nur an die Zeit, bevor der aggressive Tumor in ihrem Kopf begann, ihr Gehirn zu zerfressen. Das Einzige was zählt, ist das JETZT. Genau dieser eine Moment, in dem wir reden. Was mag das für ein Gefühl sein? Zu vergessen und sich gleichzeitig an das Vergessen zu erinnern. Vielleicht so, wie ich mich nach dem Aufwachen an Träume erinnere. Ich spüre die Bilder der Nacht und kann doch nur ihr Vergessen erinnern. Nur hier, an diesem Punkt, ohne ich ihren Zustand. Frau Unruh spricht offen mit mir. Über ihren Mann. Ihre Eltern. Ihre Schwestern. Ich spüre Vertrauen. Erkenne meine Verantwortung der Diskretion. Ich erfahre Gedanken von ihr, die ich auch hier nicht aufschreibe.

22. Januar 2016

*Frau Unruh erzählt mir ihre Philosophie. „Ich habe keine Angst vor dem Tod. Auch nicht vor dem Sterben. Wenn es nur schnell geht. Am besten jetzt sofort. Nun bin ich 59 Jahre alt. Ich hatte ein gutes Leben. Vierzig Jahre durfte ich mit einem wunderbaren Mann leben. Habe zwei liebe Töchter. Einen Enkel, der die Oma liebt. Was will ich noch mehr? Ich glaube nicht an Gott. Sehen Sie das Foto? Dieser helle Wald. Dort habe ich mein Nest. Warm, weich, flauschig und kuschelig. Das glaube ich. Über meinen bevorstehenden Tod muss ausgerechnet ich die Menschen um mich herum trösten. Das ist wirklich sehr anstrengend. Mein Mann glaubt ja immer noch, dass ich wieder gesund werde.“ Ich sage zu ihr: Kann ich verstehen. Er will Sie nicht verlieren. Er liebt Sie doch. Frau Unruh schaut streng aus den Augenwinkeln zu mir herüber. Sie zündet sich eine Zigarette an, inhaliert tief und sagt: „Liebe oder Egoismus?“ Ich denke mal darüber nach, sage ich ihr.*

25. Januar 2016

*Frau Unruh raucht auch heute eine Kippe nach der anderen. Sie ist echt in Form. Herrlich. Sie erzählt mir Witze und Kalauer. Schwarz und makaber. Wir lachen und blödeln. Beson-*



*ders über einige Texte aus dem Buch „Der fröhliche Friedhof“, das an ihrem Bett liegt. Später tauschen wir uns über Kochrezepte aus. Ich sitze wie ihr Privatsekretär am kleinen Tischchen. Mit Block und Stift. Sorgfältig notiere ich ihre Rezepturen.*

28. Januar 2016

*Frau Unruh ist heute sehr müde. Sie raucht nicht mehr. Das ist kein gutes Zeichen. Als sie einschläft, bleibe ich an ihrem Bett. Was tu ich nun, wenn sie schläft? Ich tue nichts. Sie soll wissen: auch wenn sie schläft, bin ich da. Ich verweile eine gute halbe Stunde im Sessel. Schreibe ihr einen kleinen Brief mit Grüßen.*

1. Februar 2016

*Als ich ins Zimmer komme, liegt sie schwer atmend, fast röchelnd im Bett. Mund und Augen weit aufgerissen.*

*Sie erkennt mich nicht mehr. Ich drücke den Notruf. Sofort kommt die Pflegerin. Sie ruft direkt noch eine Kollegin dazu. Auch Silke Grau, die Pflegedienstleitung, ist zur Stelle. Ich verlasse den Raum und erkenne den Ernst der Situation. Als ich wieder in das Zimmer darf, ist Frau Unruh bequem gebettet. Sie atmet heftig. Die Augen weit geöffnet. Ich sitze an ihrem Bett. Ich frage, wie es ihr jetzt geht. Sie antwortet nicht. „Frau Unruh, ich bleibe hier bei Ihnen bis Ihr Mann kommt.“ Nach längerem Schweigen erzähle ich ihr von meinen Erinnerungen an unsere gemeinsamen Gespräche. Schweige eine Zeit. Erzähle dann von den Rosen in ihrem Garten. Sie kann sie am Geruch unterscheiden. Schweige. Erzähle ihr, wie schön ich ihre „Philosophie“ finde. Beschreibe ihr das Bild, in das sie hineingeht, Ich weiß nicht, ob sie mich noch hört. Dann kommt der herbeigerufene Ehemann ins Zimmer. Leise weinend. Ich setze mich in den „Raum der Stille“. Eine Stunde später ist Frau Unruh gestorben.  
(Text: Dieter Zinn)*

### **Bewegte „Quality Time“**

*Als ich anfang, über ein mögliches Ehrenamt nachzudenken, wurde mein Vater krank, unheilbar krank. Eine Operation und die anschließende*

*palliative Chemotherapie verschafften ihm noch einmal Zeit. Eine gute Zeit, aber plötzlich stand die Endlichkeit des Lebens im Raum. Und wurde zu einem Elefanten, der da war und viel Platz brauchte, über den aber nicht gesprochen wurde. Als es meinem Vater irgendwann schlecht und schlechter ging, dauerte es immer noch eine Weile, bis ich es wagte, das Wort „Palliativstation“ laut auszusprechen. Es war dann aber die Lösung.*

*Mein Vater, von dem wir dachten, er läge mehr oder weniger im Sterben, wurde zunächst auf der Palliativstation des Rissener Krankenhauses stabilisiert und durfte einige Wochen später im Hamburger Hospiz einziehen.*

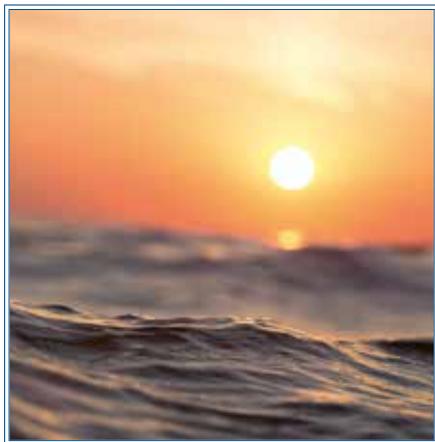
*Dadurch war alles anders. Auf einmal war mein Vater als Person wieder da, wieder Teil der Familie. Plötzlich gab es wieder richtige Gespräche, über schöne Themen genauso wie über die Themen, vor denen wir bisher Angst gehabt hatten. Meine Eltern fanden zu einem neuen Miteinander, fernab von allen Pflege- und Betreuungsfragen. Sie konnten einfach das miteinander verbringen, was man im englischen Sprachraum „Quality Time“ nennt und wofür wir keinen guten Begriff kennen.*

*Hier im Hospiz drängelte niemand meinen Vater, weder zum Gesund-*

werden noch zum Sterben. Er gab den Takt vor, und alle richteten sich nach seinen Bedürfnissen und Wünschen. Er durfte fröhlich sein, nachdenklich oder traurig. Er musste seine Ängste nicht unterdrücken. Ihm – und uns – wurde ein wirklicher Abschied ermöglicht.

Außer um uns selbst mussten wir uns ja um nichts kümmern – die großartigen Hospizmitarbeiter versorgten meinen Vater perfekt... und uns auch mal, wenn sie dachten, wir könnten das brauchen.

Mir war so ziemlich von Anfang an klar, dass ich hier einen Ort entdeckt hatte, den ich nicht wieder aus den Augen verlieren wollte. Ich kam gerne in dieses Haus, ich mochte die Menschen, ich mochte die Philosophie hinter dem Ganzen – und ich mochte, was es meiner Familie und mir ermöglichte. Und so war ich mir



ganz sicher, dass ich die nächste Gelegenheit, mir in diesem Umfeld ein Ehrenamt zu verschaffen, nutzen würde. (Text: Bettina Kok)

### Ruhig schlafen

Als mein Telefon klingelt, liegt ein freies Wochenende vor mir. Die Frage, ob ich spontan eine nächtliche Begleitung übernehmen möchte, beantwortet sich in mir, noch während ich gefragt werde.

Kurz darauf unterhalte ich mich mit Frau S. Ich erfahre, dass ihr Mann 60 Jahre ist und sich im Sterben befindet. Er sei unruhig und etwas ruppig, wenn er verwirrt ist. Sie erläutert mir, was in einer Notfallsituation zu tun wäre. Zwischen uns entwickelt sich eine spezielle Atmosphäre, in der sich Fremdheit und Intimität verweben.

Als Frau S. erfährt, dass dies mein erster Einsatz ist, schaut sie besorgt. Doch ich versichere ihr, ich sei ausgeschlafen und ganz ruhig. Letzteres nehme ich selbst leicht erstaunt wahr. Dann gehen wir zu Herrn S. Er wacht kurz auf, wir erklären ihm die Situation, und schon schließt er wieder seine Augen.

Ich setze mich an sein Bett und lasse mich auf die Atmosphäre des Moments ein.

Schon im Nachthemd kommt Frau S. noch einmal zu mir und beteuert,

*ich müsse wirklich nicht die ganze Nacht dort sitzen, es würde reichen, wenn ich alle halbe Stunde mal zu ihrem Mann schauen würde.*

*Von Zeit zu Zeit bewegt Herr S. seine Beine und ich achte darauf, dass das Kissen, welches polsternd zwischen seinen Beinen liegt, dort bleibt. Wenn er sich abdeckt, decke ich ihn nach einer Weile wieder etwas zu. Dabei erinnere ich mich an mein eigenes Wohlbefinden, wenn ich mich aufdecke, wenn mir zu warm ist, ... dadurch abzukühlen und mich dann nach einer Weile wieder wärmend zuzudecken.*

*So entscheide ich mich für ganz ruhige, sanfte „Korrekturen“ nach Gefühl und sitze bis ca. 1:00 Uhr still an seiner Seite. Irgendwann bewegt er sich mehr, wird unruhig, öffnet die Augen. Ich schaue ihn ruhig an, und plötzlich ist es, als ob er mich verschmitzt anlächelt!*

*Und dann war mir so, als ob wir uns im Geist treffen und verabreden, dass er einfach ruhig schlafen darf ... So tut er es die gesamte Nacht!*

*In leichtem Schlaf lege ich mich noch ein Weilchen in seinem Zimmer hin in dem Bewusstsein, dass ich hier einen Auftrag erfülle. Mit dem Vogelgesang kehrt meine Wachheit zurück, und ich setze mich wieder an sein Bett.*



*Frau S. kommt gegen 8:00 Uhr zu mir und bittet mich zu bleiben, bis der Pflegedienst kommt. Wir unterhalten uns und nebenbei isst sie ihr Frühstück. Sie ist sehr glücklich, dies heute in Ruhe und Gesellschaft tun zu können. Wir haben ein sehr tiefes, intimes Gespräch. Ich bin überrascht und erfüllt von so einer intensiven Begleitung. Sehr dankbar sagt sie, was für eine Wahsinnsunterstützung unsere Hausbesuche sind. Innig umarmt sie mich zum Abschied.*

*Voller Energie lebe ich in meinen Samstag hinein, bis ich mir am Nachmittag dann doch ein Nickerchen gönnen muss. Danke für solch eine Erfahrung!!!*

# Willkommen

## Brunhilde Wüstling

Brunhilde Wüstling ist ein bekanntes Gesicht im Hamburger Hospiz, denn 8 Jahre engagierte sich die fröhliche 48-jährige Hospizpflegerin für die Gäste im stationären Hospiz. Seit August aber ist sie bei uns am Empfang zu finden. Vormittags begrüßt hier nun die leidenschaftliche Chorsängerin mit ihrer schönen Stimme unsere Besucher\*innen, hilft ihnen wie auch unseren neuen Gästen, sich im Haus zurechtzufinden und berät alle, die sich für einen Hospizplatz interessieren. Parallel bewältigt sie eine Reihe von vielfältigen Büroarbeiten. Doch die Multitasking-erprobte dreifache Mutter erwachsener Kinder freut sich darauf, all diese neuen Aufgaben mit viel Empathie, Sachkunde und ruhiger Hand zu be-



Brunhilde Wüstling

wältigen. Wir freuen uns mit ihr.

## Beke Heß

Wir heißen die Krankenschwester Beke Heß willkommen! Seit dem 1.8.2019 wirkt sie in der stationären Hospizpflege mit. Im Gepäck hat die 51-Jährige Mutter eine frisch abgeschlossene umfangreiche Yoga-Lehrer-ausbildung, 34 Jahre Pflegeerfahrung mit Schwerpunkt psychosoziale und psychiatrische Pflege und Leitungserfahrung. Yoga wird ihr zweites berufliches Standbein sein. Doch warum wurde nun ihr erstes Standbein Hospiz und wie stärkt sie sich dafür?

*Warum Hospiz? Das ist für mich schwer zu sagen. Ich denke, ich erlebe die Frage eher anders herum: warum nicht? Ein kleiner, gemeinnütziger Betrieb mit ethischen Prinzipien und Werten, die ich unterstütze, das sind für mich erstrebenswerte Voraussetzungen, unter denen ich mich einbringen möchte, um meinen Beitrag für die Gesellschaft und Menschheit zu leisten. Diese Arbeit passt auch zu meinem Arbeits- und Lebensmotto: Erstens möchte ich Verantwortung übernehmen und meinen Beitrag leisten, der allen zugute kommt. Und zweitens: jeder Ort und jede Si-*



Beke Heß

*tuation bietet mir die Möglichkeit zu lernen und zu wachsen.*

*Stärken und entspannen tue ich auf unserer Terrasse mit einem guten Buch, im Urlaub bei einer Wanderung in der Natur. Und das Yoga, das ich praktiziere, stärkt mich täglich und auf jeder Ebene.*

## Haus und Hof

### Sommernachtstraum

Unter dem Motto: „Wie es euch gefällt!“ fand der traditionelle Ausflug der ehrenamtlichen ambulanten Hospizler\*innen am 25.06.2019 statt. Die Hospizler\*innen entschieden sich für einen Sommernachtstraum. Diesen feierten sie allerdings nicht mit William Shakespeare, sondern mit den Hospizkoordinatorinnen und einem Picknick auf dem Altonaer Balkon. Schlemmen, Klönen und Genießen. Sie haben es sich verdient!

### Seminarreise zur eigenen Betroffenheit

Trauer, Krankheit und Sterben ... Was macht persönliche Betroffenheit mit mir, wie wirkt sie sich auf meine Hospizarbeit aus? Das sind wichtige Fra-

gen, denn schwere Schicksalsschläge machen auch vor Hospizler\*innen nicht halt. Und unsere Lebenserfah-



Gemeinsames Picknick

rungen fließen tagtäglich in unsere Arbeit ein.

Unterstützt von Katja Fischer, Hospizkoordinatorin im ambulanten Hospizberatungsdienst, Angela Reschke, Trauer- und Öffentlich-



Teilnehmer\*innen der Seminarreise

keitsarbeiterin und dem Referenten Oliver Spies ließen sich 20 ehrenamtliche Hospizler\*innen auf einer Seminarreise vom 29.06. - 30.06.2019 ganz persönlich auf dieses Thema ein. Durch Selbsterfahrungsübungen, Gespräche und inhaltliche Inputs erkundeten wir, wie sich unsere Lebensbiografie auf unsere Hospizarbeit und unser Rollenverständnis auswirken.

Im wunderschön gelegenen Bil-



Stichworte und Ideen

dungs- und Tagungszentrum Ostheide in Barendorf genossen wir die vertrauensvolle Atmosphäre untereinander zudem die gute Küche und das abendliche Bingo sehr!

### Pionierin im Ruhestand

Seit der Eröffnung ist die Allrounderin Wiebke Joschko Teil des Hamburger Hospizes und nicht nur mit ihrem Arbeitsplatz, sondern auch mit ihren Kolleg\*innen, den Gästen, der gesamten Einrichtung verwachsen. Unsere Kollegin mit der Personalnummer Eins hat sich zunächst in der Hauswirtschaft, später am Empfang, in der Beratung und in der Trauerarbeit engagiert. Doch im Juli 2019 verabschiedete sie sich in den Ruhestand. Wie blickt sie auf ihren Abschied und was nimmt sie in den Ruhestand mit?

„Meinen Abschied erlebe ich mit einem lachenden und einem weinenden Auge. Ich freue mich natürlich auf die Zeit mit meinem Mann, meinen Kindern und Enkelkindern! Aber meine wundervollen Kollegen werde ich vermissen und die schöne Atmosphäre, in der ich immer viel Dankbarkeit erlebt habe. Unsere Arbeit ist auch so lebendig und humorvoll. Wir alle arbeiten ja hier, weil wir dafür gute persönliche Gründe haben und hier sein wollen. Uns zwingt niemand zur Ar-



Wiebke Joschko (2.v.l.) geht in den Ruhestand

beit! All das tat mir immer gut!

Und was ich mitnehme? Nun, mir persönlich hat die Arbeit im Hospiz die Angst vor dem Leiden genommen, das dem Tod vorausgehen kann. Die Versorgung Schwersterkrankter hat sich im Laufe meiner Hospizarbeit so unglaublich positiv entwickelt! Dafür bin ich dankbar – und auch dafür, in einem Land zu leben, in dem jedem und jeder eine gute Versorgung garantiert ist. Nicht nur im Hospiz, sondern an jedem Ort und mit palliativen Angeboten“.

Dass Menschen das Hospiz mit Hoffnung, Trost und Zuversicht, manche sogar mit einem Lächeln auf den Lippen verlassen, dass tiefes Vertrauen entstehen kann, dass der Tod zwar endgültig ist, aber dass jeder Tag, jede Stunde davor lebenswert und gut sein kann – dazu hat Wiebke

Joschko 18 Jahre beitragen.

Unserer Nummer Eins wünschen wir eine wunderbare Zeit und freuen uns sehr, dass sie uns in der Trauerarbeit als Honorarkraft erhalten bleiben wird.

## Sommerfest

130 Bio-Eier transformierten sich am 10.08.2019 zu knusprig-heißen Waffeln in die erfreuten Mägen der Besucher\*innen unseres Sommerfestes im Helenenviertel. Weiteres Engagement ging von hospizlichen Grillexpert\*innen aus, die über 400 Würstchen verkauften. Cocktail-Mixer\*innen, die gut gelaunt der Sonne und dem durstigen Ansturm trotzten. Den Bücherheld\*innen auf dem Flohmarkt, die fachkundig handverlesene Bücher für die geneigte Le-



Sommerfest im Helenenviertel

erschaft anpriesen, und weiteren, die an Informationsständen und im Hospiz Gäste verwöhnten und Passanten informierten. Wir haben uns sehr über das gelungene Fest mit den vielen Besucher\*innen, dem gnädigen Wetter und über die fröhliche Stimmung gefreut!

### **Ethischer Workshop**

Ein Sommer voll Ethik und Moral bestimmte die innere Auseinandersetzung von gut 80 ehrenamtlichen Hospizler\*innen im Ambulanten Hospizberatungsdienst. Denn anstelle der regelmäßigen Supervision luden die Hospizkoordinatorinnen im August das Ehrenamt zu vier Workshops „Selbstbestimmung, Ethik und Moral“ ein.

Zunächst galt es, interaktiv zu klären, was sich hinter den Begriffen Ethik und Moral verbirgt. Diese Klärung unterstützten die Theologin Prof Dr. Ruth Albrecht, die Medizinethikerin Dr. Katharina Woellert sowie die Pflegekraft Ute Meldau multiprofessionell. Auch diskutierten die Teilnehmer\*innen darüber, wo uns die Themen „Selbstbestimmung, Ethik und Moral“ im Alltag begegnen, wann wir auf diese Aspekte in der Hospizarbeit treffen und wann sie uns in innere Konflikte zwingen. Nur *eine* Antwort aber ist schnell

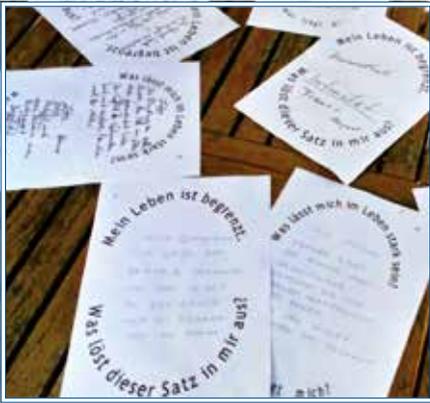
gefunden. Denn die Achtung der Selbstbestimmung ist das zentrale Merkmal in der Hospizarbeit. Doch wo beschneidet die Selbstbestimmung Sterbender die Selbstbestimmung eines anderen, zum Beispiel die eines Angehörigen oder eines professionellen Helfers? Und welche Haltung gebietet im Konfliktfall die Moral, welche die Ethik?

Um Antworten wurde lebhaft gerungen, aber ein endgültiges Richtig und Falsch sowie schlussendliche Antworten erlaubt diese komplexe Fragestellung nicht. Doch eines wurde deutlich: In der Hospizarbeit (sowie im Alltag) gilt es, wachsam zu bleiben für die vielen Perspektiven, die unterschiedliche Sichtweisen mit sich bringen.

Wir freuen uns über die durchweg positive Resonanz und den Wunsch, diesen Workshop im Sommer 2020 fortzusetzen.

### **Schnuppertag Hospiz**

Der meteorologische Sommer gab am Samstag, 30.08., mit über 30 Grad sein köstliches Finale! Und doch erschienen 22 ehrenamtlich Interessierte im Hospiz. Dabei ahnten sicher alle, dass es beim Schnuppertag heiß hergehen würde. Wer sich nämlich Sterbenden und Trauernden zuwenden möchte, muss zunächst mutig die ei-



*Fragen und Antworten beim Schnuppertag*

gene Endlichkeit reflektieren.

Nicht nur Gefühle und innere Bilder wurden in vielfältigen Übungen beschaut und besprochen. Vielmehr ging es auch darum, die eigene Biografie zu betrachten. Und nicht zuletzt mussten alle die Frage beantworten: Bin ich hier, an diesem Ort, zum jetzigen Zeitpunkt und mit diesen Personen richtig mit meinem Wunsch, mich ehrenamtlich in der Hospizarbeit zu engagieren? Das Feedback für die Hospizkoordinatorin und Seminarleiterin Sandra Engels und das ehrenamtliche Leitungsteam war überwältigend gut. Wir sind sicher, viele Teilnehmer\*innen Anfang 2020 im Kurs wiederzusehen.

### **Interne Fortbildungen**

Im Hamburger Hospiz tun wir viel dafür, dass sich Bürgerinnen und Bürger weiterbilden und sich zunehmend

sicherer durch die Themen der Endlichkeit bewegen können. Dies gilt jedoch auch für das Hauptamt! Im Herbst lud Silke Grau, Pflegedienstleitung im Hamburger Hospiz, zu drei Modulen ein: Gleich zweimal, im September und Oktober bekamen die Profi-Hospizler\*innen die Chance, sich zum Umgang mit psychischen Erkrankungen und Suchtverhalten weiterzubilden. Im November wenden wir uns dann noch einmal dem Thema „Körperliche Berührungen in der Hospizpflege“ zu.



*Mitarbeiterfortbildung*

### **Apfelblüte**

Im April 2019 blühte erstmals unser Apfelbaum, der von unserem Chef liebevoll aus einem Kern eigenhändig gezogen worden ist. Aus 13 Blüten sind nun 8 Äpfel entstanden! Für den ersehnten Apfelkuchen reichte es bei Redaktionsschluss aber noch

nicht, denn die Zöglinge haben bisher nur Tischtennisballgröße. Vielleicht ist es ein Novemberapfel? Wir warten gespannt ab!



## Denkanstoß

### Ist der Tod böse?

Diese spannende Frage fordert uns nicht nur auf, genau hinzuschauen sondern auch Herz und Verstand zusammenzuführen. Zwei ehrenamtliche Hospizlerinnen und eine Philosophin stellen sich im Denkanstoß dieser Herausforderung.

**Prof. Dr. Barbara Brüning** ist Philosophin und Autorin zahlreicher Sach- und Schulbücher und natürlich leidenschaftliche Großmutter.

*Nachdem ich als Kind das Märchen vom „Gevatter Tod“ der Gebrüder Grimm gelesen hatte, erschien mir der Tod als böse: er löscht am Schluss des Märchens das Lebenslicht seines Patensohnes aus, weil dieser als Arzt versucht hatte, ihn zu überlisten. Der junge Arzt wollte die schöne, schwer-*

*kranke Prinzessin einfach nicht sterben lassen, obwohl dies sein Pakt mit dem Tod vorsah. Die Verlockung, sie eines Tages zu heiraten und König zu werden, war wohl zu groß. Der Arzt schien fest davon überzeugt zu sein, dass der Tod kein Recht habe, Jugend und Schönheit zu vernichten! Der Patensohn des Todes verkörpert in diesem Märchen den Wunsch vieler Menschen, stärker als der Tod zu sein und ihm zu entrinnen.*

*Meine Enkel beurteilen den Tod in diesem Märchen etwas anders als ich in ihrem Alter. Sie meinen, er sei gut und böse zugleich. Denn am Anfang des Märchens wird gesagt, dass der Vater den Tod als Paten für sein dreizehntes Kind wollte, weil er ihn für gerecht hielt. Denn für ihn war wichtig, dass der Tod keinen Unterschied*

zwischen Arm und Reich macht, und dass er alle Menschen gleich behandelt und sie mitnimmt, wenn ihre Lebenslichter ausgebrannt sind! Und danach, so bemerkt meine Enkelin Jana am Schluss unserer Diskussion, „kommt wieder ein neues Lebenslicht, dann wird ein Baby geboren...“. Ein Lebenslicht erlischt, ein neues wird angezündet.

Diesen Gedanken hat der afrikanische Philosoph Felix Nestor Ahoyo weitergedacht. In Westafrika gilt der Tod als böse, wenn er unverhofft junge Menschen aus ihrem Leben reißt, wenn Kranke vor ihrem Lebensende lange leiden müssen oder durch einen Selbstmord gehen. Einen guten Tod hingegen stirbt jemand, der im Kreise seiner Familie und Freunde „nach einer Fülle von Jahren“ einschläft und seine Lebensaufgabe zu Ende gebracht hat. Er strebt dann einem glücklichen Neubeginn im Reich der Toten entgegen. Denn Leben und Sterben wird in Westafrika als ein Kreislauf der Natur angesehen.

Dieser Einschätzung von Felix Nestor Ahoyo kann ich als Philosophin zustimmen. Das Plötzliche und Zufällige am Tod macht ihn grausam; das sanfte Dahingehen nach einem erfüllten Leben stellt für mich das Positive am Sterben dar. Menschen brauchen Zeit, um sich verabschieden zu



Postkartenmotiv

können. Und wenn diese Zeit fehlt, ist der Tod böse.

**Silke Schulz** engagiert sich seit fünf Jahren in der ambulanten Hospizarbeit. Die 56-jährige Außenhandelskauffrau ist Mutter zweier erwachsener Kinder und mit wachsender Begeisterung Oma.

*Ist der Tod böse? Ja! Er entreißt geliebte Menschen aus ihrer (familiären) Mitte, er hinterlässt Ungesagtes und Ungetanes, und Hinterbliebene müssen ohne ihre Lieben weiterleben.*

*Und: Nein! Er beendet oft großes Leid. Er entlässt Menschen aus dem Leben, die nicht mehr wollen, satt vom Leben sind, ja – sogar des Lebens überdrüssig. Er gibt eine sinnvolle Beschränkung unseres Seins und damit die Verantwortung, hier und jetzt zu leben.*

*Ich glaube der Tod ist beides –*

böse und gut.

*Ein Beispiel: Meine Großmutter hat viel alleine bewältigt! Da waren der Krieg und die Scham, ein uneheliches Kind allein aufzuziehen. Hilfe anzunehmen war für sie unsagbar schwer, doch – sie war immer da, wenn die Familie sie gebraucht hat.*

*Mit 90 war sie ihrer Hilflosigkeit ausgeliefert und sah sich Pflegenden gegenüber als Plage, was sie sehr belastet hat. Ihr Lebenswille wurde immer schwächer. Eines Tages teilte sie mit: „Ich möchte sterben“.*

*Für sie war der Tod nicht böse. Ich konnte sie gut verstehen.*

*Für meine Mutter aber war der Tod böse. Sie hatte kein Verständnis dafür, dass ihre Mutter nicht mehr leben wollte. Dies führte zu viel Missstimmungen, Verletzlichkeiten und Ungesagtem.*

*Als meine Großmutter schließlich mit 94 Jahren im Schlaf und ohne Schmerzen starb, fühlte sich meine Mutter allein gelassen und konnte den Tod nie akzeptieren.*

*Dass das Sterben eine sehr beängstigende Lebensphase ist, habe ich oft in meinen Begleitungen erlebt. Doch kurz vor dem Tod waren diese Ängste meist überwunden. Die Sterbenden wurden ruhig, konnten teilweise sogar die Angehörigen trösten – wie ist das möglich, wenn der Tod böse ist?*



*Und doch habe ich noch ein Beispiel für einen bösen Tod:*

*Das Sterben einer guten schwersterkrankten Freundin war abzusehen. Sie kommunizierte offen ihre Gedanken und Ängste, doch ihre Familie akzeptierte ihr Sterben nicht und tat es sogar ab.*

*Dies machte es ihr unmöglich, in Frieden zu gehen – sie entschied sich dafür, ihr Leben zu beenden. Sie schrieb uns, wie einsam sie sich im Sterben gefühlt hatte und dies einfach nicht länger ertragen könne. Sie starb einen dunklen, schweren Tod.*

*Gehen wir ehrlich miteinander um und hören wir einander zu, sind selbst im Abschied echte Glücksmomente möglich – auf Seiten der Angehörigen wie auf Seiten der Sterbenden. Dies sind die besten Voraussetzungen für einen „guten“ Tod, den wir uns schließlich alle erhoffen.*

*Mich berührt es immer wieder, sol-*

*che Abschiedsmomente in der Hospizarbeit mitzuerleben. Diese Augenblicke haben etwas Zeitloses, Unendliches und erfüllen mich mit Dankbarkeit.*

**Claudia Bollwinkel** ist 47 Jahre alt. Die ehrenamtliche Hospizlerin ist Mutter zweier heranwachsender Söhne und beruflich im Menschenrechtsbereich tätig. Sie engagiert sich seit einem Jahr im ambulanten Hospizberatungsdienst.

*„Die Leute denken immer, es ist normal, dass alle alt werden. Normal ist alles zwischen einem Tag und 100 Jahren“, sagt meine Freundin, deren Sohn mit einem schweren Herzfehler auf die Welt gekommen ist.*

*Wir sitzen im Biergarten am Fluss, der Kleine zwischen uns füttert die Enten mit seinen Pommes. Jetzt gerade, in diesem Moment, geht es ihm gut.*

*Ich sinne noch länger darüber nach, wie das Leben sich verändert, wenn der Tod als eine Möglichkeit mitgelebt wird.*

*Die Mutter meiner Freundin ist vor einigen Monaten an Krebs gestorben, und jemand hat ihr eine Karte geschrieben: „Schade, dass deine Mutter es nicht schaffen konnte.“ Ebenso gut hätte man schreiben können: „Wie gut, dass deine Mutter es jetzt*

*geschafft hat.“ Das Hinübergehen. Es scheint manchmal so, als wäre der Tod das, was unbedingt und um jeden Preis vermieden werden muss. Als wäre der Tod eine Niederlage. Die Menschen, die Krebs überleben, haben es geschafft. Und die, die es nicht tun? Haben die irgendetwas nicht geschafft?*

*Manchmal ist ja auch das Leben das, was nicht zu schaffen ist. Weil eine Krankheit körperlicher oder seelischer Art zu schwer wiegt. Weil das Heimweh nach dem All-Eins-Sein vielleicht zu groß ist. Wie viel Respekt können wir aufbringen für Menschen, die aus guten Gründen sterben möchten und damit unsere Vorstellung vom Tod als dem, was unbedingt vermieden werden soll, auf den Kopf stellen?*

*Für mich ist es leichter, wenn ich dem Tod nicht aus dem Weg gehe. Das möchte ich schaffen: zu üben, den Tod als einen normalen Teil des Am-Leben-Seins zu betrachten. Ich stelle ihn mir vor wie Geborenwerden, nur umgekehrt. Dass das, was ich als mein Ich betrachte, sich wieder auflöst. Dann darf das Eintreten in die Welt genauso normal sein wie das Hinaustreten.*

# Trauerarbeit

## Zurückkommen

Es sind intensive Zeiten, die Angehörige im Hospiz erleben. Traurige, untröstliche und zutiefst beglückende Erlebnisse... Diese bleiben ihnen für immer im Gedächtnis und bewegen das Herz. Da verwundert es nicht, wenn der Gang zurück ins Hospiz bedeutungsschwer ist. Zur Gedenkfeier aber werden Hinterbliebene einmal im Jahr eingeladen.

*Die Schritte zögern. Beim Eintritt in das Gebäude steigen erste Tränen auf. Manch Gesicht scheint zu erstarren, während der erste Blick huschend den Kerzenleuchter sucht. Ja, an diesem 16-armigen hat unsere Gedenkkerze gebrannt. Bilder vom Abschied erwachen: letzte Begegnungen, der Abschied am Totenbett, das Verweilen an der Gedenkkerze... Friedliche Ruhe, Gefühle, ganz durcheinander, auch widersprüchliche. Lachen und Weinen, dicht beieinander. Wie auf einer Achterbahnfahrt gesegelt durch tiefste Erschöpfung und grenzenlose Kraft... Die Atmosphäre im Hospiz ist intensiv, noch bevor die Gedenkfeier beginnt.*

*Freundliche Gesichter erlösen aber vom Ansturm der Erinnerungen. Im Eingang begrüßen haupt- und ehrenamtliche MitarbeiterInnen. Das*

*Wiedererkennen tut gut. Hier sind Menschen, die achtsam in schweren Stunden beigestanden und Geborgenheit ermöglicht haben.*

*Und schon hören MitarbeiterInnen erste Rückmeldungen. „Es tat mir so gut, wie Sie mich in die Versorgung meines Mannes eingebunden haben.“ „Mein Leben ohne meinen Mann? Das war für mich unvorstellbar!“ „Hier durfte ich so sein, wie ich bin. Dafür bin ich unendlich dankbar!“ „Nach ihrem Tod hätte ich nie gedacht, je wieder aus diesem Loch zu kommen...“*

*Die HospizlerInnen sind sich einig: Die Gedenkfeier ist ein Herzstück der Hospizarbeit. Denn Hinterbliebenen tut es gut, mit etwas zeitlichem Abstand zu erzählen, wie sie die letzten Tage erlebt haben. Auch möchten sie berichten, wie es ihnen seither ergangen ist. Daneben drängt Manches, was nur schwer auszuhalten ist, darauf erzählt zu werden. Sie erzählen von Schuld- und Schamgefühlen: „Zu wissen, dass das Schlimmstmögliche passieren wird und darauf warten zu müssen, hat mich innerlich zerrissen. Manchmal habe ich mich fast danach gesehnt, dass es endlich vorbei sein möge.“ „So viele Stunden war ich jeden Tag da. Doch als sie starb, schlief ich.“ „Immer wieder frage ich*

*mich, ob ich nicht noch etwas hätte tun können.“*

*Nun beginnt im Veranstaltungsraum das Ritual. Schmerzhaftes scheint mehr und mehr zur Ruhe zu kommen. Denn diese Gemeinschaft zeugt davon, dass alle Hinterbliebenen einen Nahestehenden verloren und eine außergewöhnliche Zeit im Hospiz erlebt haben. Etwas Tröstliches erwacht.*

*Und dann führt die anteilnehmende Ansprache in die Gewissheit: der Verstorbene ist nicht vergessen und meine Trauer und Verbundenheit mit dem Verstorbenen wird gesehen. Gedichte und Texte sowie das Verlesen der Namen aller Verstorbenen berühren tief und bekräftigen das Gefühl, in einer Schicksalsgemeinschaft aufgehoben zu sein.*

*Die herausdrängende aufwallende Trauer trifft auf Harfe und Ge-*



*Kerzen im Eingangsbereich*

*sang. Es ist „fast zuviel“ bevor die Musik schließlich den Schmerz liebevoll tröstlich umhüllt, Halt schenkt und der ersehnte, lindernde Trost Einzug hält.*

*Angezündet von Angehörigen und MitarbeiterInnen entsteht ein Meer aus Kerzen. Und plötzlich löst sich alles „Die“ und „Ich“ auf. WIR, eine menschliche Gemeinschaft auf ihrem Lebensweg bezeugt heute das Leben derer, die ihren Weg vor uns zu Ende gegangen sind.*

*Nach diesem intensiven Ritual stärken Kaffee und Kuchen. Es ist Zeit für Gespräche mit MitarbeiterInnen und anderen Angehörigen. Manch einer aber verabschiedet sich zügig, um nicht von dem Geschehen überwältigt zu werden. Genauso aber fällt es manchen schwer, sich von diesem Ort wieder zu trennen. Auch die Frage „Darf ich noch einmal in den Gästebereich gehen?“ kommt vor. Jede und jeder verabschiedet sich im eigenen Tempo und nach eigener Art.*

*Die Hospizler\*innen bleiben zurück. Auch für sie war der Tag kein leichter Angang. Doch nun konnten sie all die Verstorbenen und Angehörigen verabschieden, für die sie sich im letzten Jahr eingesetzt haben. Das macht zufrieden und frei für neue Begegnungen.*

## Sich Hamburg weit vernetzen

Am 24. Mai durfte der Hamburger Hospiz e.V. erneut Gastgeberin für den Vernetzungstag Trauer in Hamburg sein. Organisiert hatten ihn Trauerbegleiterinnen aus dem Trauernetzwerk Hamburg, namentlich aus der Beratungsstelle CHARON, dem Hamburger Hospiz e.V., dem Institut für Trauerarbeit (ITA) e.V., dem Malteser Hospiz-Zentrum und dem Verein Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V. Das Netzwerk möchte dazu beitragen, dass sich haupt- und ehrenamtliche Trauerbegleiter\*innen zum Wohl Hinterbliebener enger vernetzen.

In diesem Jahr fand der Vernetzungstag zum zweiten Mal statt. Und wie schon der erste, war auch dieser ein voller Erfolg! Es hatten sich 46 Teilnehmer\*innen angemeldet, aber es kamen 56! Zudem luden wir ab 9:30 Uhr ein, doch bereits um 9:00 Uhr strömten die Trauerarbeiter\*innen Hamburgs ins Hamburger Hospiz... Wofür spricht das? Für riesige Vorfreude aufeinander, hinter der sich ein enorm hohes Engagement für Hinterbliebene verbirgt. In dieser kraftvollen und freundschaftlichen Atmosphäre wurden heiße, auch nachdenkliche und innovative Themen angefasst, diskutiert und vorgetragen und schließlich festge-



*Vernetzungstag im Hamburger Hospiz*

stellt: Das Angebot für die Trauernden in Hamburg ist breit aufgestellt, doch es gilt Hinterbliebene auch darüber zu informieren. Gerade trauernde Männer sind immer noch sehr schwer zu erreichen.

## Lebenslange Reise

Trauer ist eine lebenslange Reise. Doch was braucht es, um mutig diesen steinigen Weg zu beschreiten und allen Gefühlen und Gedanken Raum zu geben? Oft ist es die Gemeinschaft gleichfalls Betroffener, in der Verständnis, Halt, Solidarität gefunden werden. Im Hamburger Hospiz treffen sich daher Hinterbliebene in moderierten Trauer-Selbsthilfegruppen. Jedes Jahr gründen wir im Frühling, Sommer und Spätherbst eine Gruppe, für die wir 13 wöchentliche Termine organisieren. Danach verabschieden wir die Teilnehmer\*in-

nen. Diese treffen sich dann aber weiter, wenn auch ohne die Trauerbegleiterin. Doch im Gepäck haben sie viele kraftgebende Erfahrungen und Impulse sowie neue Freundschaften, die das Leben bereichern.

Die nächste Gruppe startet am

28.10.2019 um 18.00 Uhr im Hamburger Hospiz mit einem unverbindlichen Informationsabend. Die Gruppe läuft dann vom 11.11.2019 bis zum 11.02.2020. Die Teilnahme ist kostenfrei.

## Öffentlichkeitsarbeit

### Fragen Sie Ihre Kinder!

Beim Philosophieren über den Tod, das Sterben und die Trauer können „Große“ von Kleinkindern sehr viel lernen! Angstfrei, offen und neugierig wenden sie sich nämlich diesen Themen zu, wann immer sie einen Anlass dazu finden. Da wird die tote Amsel feierlich beerdigt oder über den Opa erzählt, der so alt war und gestorben ist. Spannende Fragen, wie „Gibt es einen schönen Tod?“, „Warum müssen wir sterben?“ oder „Warum feiern Menschen, wenn jemand gestorben ist?“ greifen sie lebhaft auf, um sie zu diskutieren. Wie schade, dass es uns mit zunehmendem Alter immer weniger gelingt, solche Entdeckungstouren fantasie- und lustvoll aufzugreifen. Viele Anregungen dazu aber erhielten die Besucher\*innen beim Vortrag am 15. Mai „Sterben wir auch im Kopf?“ von der Philosophin und Buchautorin Barbara

Brüning (s. auch Denkanstoß). Sie ermutigte dazu, die Fragen der Kinder mutig aufzugreifen und zu erkunden,



Postkartenständer im Hospiz

welche Antworten die Fragenden selbst vorschlagen: „Wie kommst du auf diese Frage?“ und „Was denkst du darüber?“. Mit vorschnellen oder wahrheitsverkündenden Antworten sollten sich die „Großen“ eher zurück-

halten, denn Kinder sind einfach die besseren Philosophen. Zum Philosophieren regen auch unsere Postkarten an, die wir im Hospiz und an unseren Infoständen verschenken.

### **Motivierende altonale**

Mit einem großen Lächeln blicken wir auf die altonale 2019 zurück! Denn bei diesem zweitägigen Stadtteilstfest am 15. und 16. Juni konnten wir mit unzähligen Bürgerinnen und Bürgern über Hospizarbeit sprechen und sind auf ein enormes Echo gestoßen! Hospizarbeit ist endlich in der Mitte der Gesellschaft angekommen, so unser Eindruck!

Das ist ein Grund zufrieden zu sein und zu feiern, doch kein Grund, die Hände in den Schoß zu legen! Im Gegenteil. Die gute Resonanz motiviert uns weiterhin hospizliche Themen anzupacken, die noch ein Schatz-



*Stand auf der altonale*

tendesein führen, so „mehr Männer für die Hospizarbeit zu gewinnen“, „Hospizarbeit in multikulturellen Zusammenhängen stärker zu etablieren“ und ganz besonders „die ambulante Hospizarbeit noch mehr ins Bewusstsein der Bevölkerung zu bringen.“ altonale 2020: Wir sind bereit!

### **Information über Verjüngungskur**

Unser wunderschönes Helenenstift, das Hamburger Hospiz verwandelt sich vom 1. August 2019 bis Anfang 2021. Altes wird liebevoll erhalten und doch in Neues verwandelt. Über die aufwendige Verjüngungskur informierten wir am 3.7.19 unsere Nachbarn mit einer gut besuchten Auftaktveranstaltung. Elke Huster-Nowack, 1. Vorsitzende im Verein, PDL Silke Grau und der Architekt Joachim Reinig erläuterten ausführlich unser Vorhaben. Sie informierten über das Ausmaß und die Dauer der Bauarbeiten, mögliche Belastung durch Lärm und Schmutz und natürlich über die angestrebte Verbesserung der Wohn- und Lebensqualität für unsere Gäste und deren Angehörigen.

Unsere Nachbarn brachten uns viel Interesse, Verständnis und Wohlwollen für unsere Baumaßnahme entgegen. Einige äußerten sich be-



*Informationsveranstaltung für die Nachbarn*

sorgt über die sich verkleinernde Grünfläche unseres Gartens und die sich verändernden Lichtverhältnisse durch den geplanten Anbau. Zweierlei jedoch betonten alle Besucher\*innen des Abends: nämlich ihre Freude darüber, das Hamburger Hospiz in der Nachbarschaft zu haben und ihre guten Wünsche für das gute Gelingen der aufwendigen Baumaßnahmen.

### **Dreh im Hamburger Hospiz**

Wie erleben Gäste und Angehörige die Küche im Hamburger Hospiz? Das zeigte der NDR am 4.8.2019 seinen Zuschauern in der Sendung DAS!

Gedreht hat diesen sensiblen Beitrag Inga Martens mit ihrem Team. Die Journalistin hatte gehört, dass Koch Marc Bratic und das hauswirtschaftliche Team sich sehr für eine qualitativ hochwertige und frisch zu-

bereitete Küche engagieren und die Gäste bestmöglich verwöhnen.

Dieses liebevolle Engagement stellte sie in ihrer Sendung vor und begleitete dafür Marc Bratic einen Tag bei seiner Arbeit im Hamburger Hospiz. Der Beitrag ist in der Mediathek abrufbar: <https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/das/Arbeit-als-Koch-im-Hospiz-Marc-Bratic,dasx19050.html>



*Dreharbeiten im Hospiz*

### **Takt und Feingefühl**

Trauernde wie lebensbedrohlich schwer Erkrankte leben unter äußerst belastenden Lebensumständen. Im Hamburger Hospiz berichtete Sabine Windscheid am 21.08.2019 in ihrem Vortrag von diesem Leidensweg. Sie zeigte auf, wie der Leidensweg oft durch Mangel an „Takt und Feingefühl“ anderer erschwert wird und erläuterte den Hintergrund dafür. Der gut besuchte Vortrag stieß

auf großes Interesse. Daher greifen wir das Thema mit Gedanken aus dem zurückliegenden Vortrag für unsere Leser\*innen noch einmal auf.

Lebensbedrohlich Erkrankte, Angehörige und Trauernde, die den Boden unter den Füßen verlieren, um Halt ringen und dringend Schutz bräuchten, berät Sabine Windscheit im Zentrum für psychosoziale Medizin im UKE1. Die erfahrene psychologische Psychotherapeutin hört immer wieder, wie Betroffene paradoxerweise mit kaum nachvollziehbaren, auch taktlosen Reaktionen auf die Erkrankung bzw. Trauer leben müssen.

Da ist eine tödlich Erkrankte mit vollem Haar mit dem Vorwurf konfrontiert „sie habe doch wohl die Chemotherapie abgelehnt“, ein krankheitsbedingt stummer Patient beschreibt, wie wenig es anderen gelingt, nachzuempfinden, welche Hilfen er braucht, eine Angehörige, die sich Tag und Nacht um ihren Mann kümmert, berichtet von unzähligen Nachrichten auf ihrem Anrufbeantworter, mit der Aufforderung „sich doch endlich mal zu melden“ und zu berichten, wie es dem Kranken geht. Eine Trauernde wiederum hört enge Freunde fragen, warum sie durch den frühen Tod ihres Partners nicht wie sie gelernt habe, das Leben bewusster zu leben und es voll zu genießen?

Verständlicherweise ziehen Betroffene sich angesichts solcher Erlebnisse häufig zurück, brechen manchmal sogar Kontakte ab, die zuvor bedeutungsvoll und haltgebend waren.

Einfache Schuldzuschreibungen an die „Taktlosen“ werden der schwierigen Situation allerdings nicht gerecht, denn die meist Verunsicherten ringen oftmals bangen Herzens darum, angemessen und im richtigen Moment Anteil zu nehmen. Sie fragen sich: Soll ich mich in meinem Schreck abwenden, weil ich ratlos bin und alles noch schlimmer machen könnte? Soll ich den Schicksalsschlag des anderen unkommentiert lassen, um ihm seinen (Schutz-)Raum zu lassen? Kann es mir wirklich gelingen, meine Anteilnahme und mein Mitgefühl in passende Worte und Gesten zu kleiden? Denn instinktiv ahnen sie, dass jede Form der Anteilnahme, sei es durch Schweigen oder Worte und Gesten als missachtend-ignorant oder respektvoll-wertschätzend gedeutet werden könnte.

Die innere Spannung, die in dem Ringen um den „richtigen“ Umgang wächst, entlädt sich zuweilen durch irrationale und unachtsame Bemerkungen.

Anteilnehmende wünschen sich daher verständlicherweise einen

Knigge für Takt und Feingefühl. Doch Patentrezepte kann es nicht geben. Vielmehr ist es die Haltung, die die Weichen für eine achtsame Begegnung stellt. Offenheit und Ehrlichkeit in der Ansprache sind wichtig. Doch nur zusammen mit der Akzeptanz, nicht zu wissen, wie es dem anderen wirklich geht und was für den anderen jetzt das Beste ist, münden in Takt und Feingefühl! Zudem braucht Anteilnahme einen angemessenen Rahmen. Dazu gehören nicht zwangsläufig viel Zeit oder eine spezielle Umgebung. Auch kleine Momente, in denen Schutz und Aufmerksamkeit möglich sind, können viel Tröstliches bieten.

Im Vorfeld der Hinwendung mag zudem die Überlegung „angenommen ich wäre taktvoll – wie würde sich das beim anderen bemerkbar machen?“ passende Wege aufzeigen. Auch die Erkenntnis, dass Betroffene oft „sprachlos“ sind und das freundlich gemeinte Angebot „Sag, wenn ich etwas für dich tun kann“ nicht umsetzen können, kann ermutigen, eher konkrete Hilfen anzubieten. Diese können am ehesten angenommen werden, wenn sie Wahlmöglichkeiten beinhalten, wie „Wir können reden oder auch schweigen“.

Des Weiteren verhelfen innere Überzeugungen wie „Ich könnte du

sein“, „Krankheit ist so normal wie Gesundheit“, „Wir Menschen sind in der Lage, Krisen zu bewältigen“, „Ich teile mit dir das Wissen um die Endlichkeit des Lebens“ und „wir stehen im Leben zusammen“, wie auch das Zulassen der eigenen Verletzlichkeit zu wohltuenden Begegnungen.

Abschließend entlastet das Wissen, dass auch „falsche“ Wörter zum Ziel führen können. Es ist immer möglich, sich zu korrigieren und sein Bedauern über eine wenig hilfreiche Reaktion auszudrücken. „Taktsuchende“ können darauf vertrauen, dass Betroffene ihre Bedürfnisse durch ihre Reaktion ausdrücken werden.



*Konzertplakat*

### **All year long: Benefiz für Hospiz**

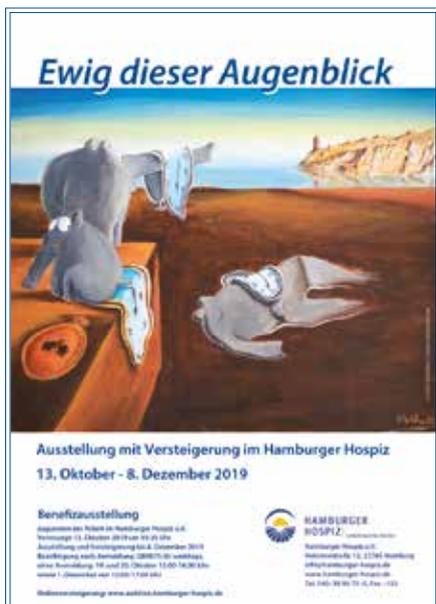
Am Sonntag 07.04.2019 spielte das Deutsche Arzteorchester (DÄO) im Großen Saal der Laeiszhalle zu Gunsten unserer Hospizarbeit. Das enga-

gierte Orchester verwirklichte ein besonders schönes, anspruchsvolles und ergreifendes Werk! Sie spielten das Violinkonzert von Felix Mendelssohn-Bartholdy und die 1. Sinfonie von Gustav Mahler. Die Konzertbesucher\*innen waren begeistert!

*Ewig dieser Augenblick!* So heißt unsere diesjährige Benefiz-Kunstaussstellung, in der wir wieder 50 hochwertige Kunstwerke versteigern. Kunstliebhaber\*innen und solche, die es werden möchten, können die Werke vom 13.10. bis 08.12.2019 in einer verdeckten Auktion ersteigern. Das Mitbieten ist also spannend, denn niemand weiß, ob und in welcher Höhe bereits auf ein Werk

geboten wurde. Das Mindestgebot entspricht 10% vom geschätzten Verkaufswert. Wir freuen uns über jedes Gebot in jeder Höhe! Die Seite <http://auktion.hamburger-hospiz.de> erlaubt rund um die Uhr einen Besuch und das Mitbieten. Daneben kann die Ausstellung werktags nach Anmeldung unter 389075-0 besucht werden. Ohne Anmeldung ist die Besichtigung am 01.12.2019 von 12:00 bis 17:00 Uhr bei der schönen Veranstaltung *Kaffee, Kunst und Kekse* möglich. Der Eintritt ist frei.

Am Sonntag 3. November 2019 gibt das Hamburger Ärztetheater um 11:00 Uhr im Kleinen Saal der Elbphilharmonie ein Benefizkonzert für den Hamburger Hospiz Verein. Unter der Leitung von Thilo Jaques spielt das Orchester Johannes Brahms (1833-1897); das Konzert für Violine und Orchester D-Dur op.77 (1879 Leipzig), *Allegro non troppo—Adagio—Allegro giocoso, ma non troppo*. Solistin ist Liv Migdal. Außerdem hören wir von Antonin Dvorak (1841-1904) die Sinfonie Nr.9 e-moll op.95 „Aus der Neuen Welt“, *Adagio-Allegro molto—Largo—Scherzo-Molto vivace—Allegro con fuoco* (Dauer ca. 42 Minuten) Der Karten-Einheitspreis beträgt 25 Euro. Tickets erhalten Sie unter [www.elbphilharmonie.de](http://www.elbphilharmonie.de)



Plakat zur Ausstellung

## Wir danken

### Gutes ... anstiften!

Das möchten Stiftungen und Fördervereine, und sie tun es auch für die Hospizarbeit. Drei Geldgeber\*innen möchten wir heute dankend erwähnen:

Sehr herzlich bedanken wir uns bei der Mackprang-Stiftung für ihr Interesse an unserer Arbeit im Hamburger Hospiz und die großzügige Zuwendung, die uns sehr bei der Realisation unserer Baumaßnahme unterstützen wird. Erich Mackprang betätigte sich weltweit in verschiedenen Wirtschaftszweigen. Als hanseatischer Kaufmann war es ihm ein Anliegen, wesentliche Teile seines Vermögens sozialen Zwecken zur Verfügung zu stellen.

Besonderer Dank geht auch an die Hellstiftung sowie an den Förderverein ambulante Palliativarbeit Hamburg e.V. (FAPH). Beide Spender haben über treue Zuwendungen ganz wesentlich zur Verwirklichung des Buchprojektes „Männer in Todesnähe“ im Oktober 2019 beigetragen.

### Gutes ... ermöglichen, tun und genießen!

Unter diesem Motto lädt der Hamburger Hospiz e.V. immer wieder zu stimmungsvollen Benefizveranstal-



*Wir sagen Dankeschön*

tungen ein. Alle Veranstaltungen gehen aus dem ehrenamtlichen Engagement von Kunstschaffenden hervor. Ihnen allen sei an dieser Stelle ganz herzlich gedankt! Danken möchten wir auch allen Konzertbesucher\*innen und Besucher\*innen der Benefizausstellung, die sich mit einem Gebot beteiligen.

Schließlich braucht es immer viele Hände, die Veranstaltungen ehrenamtlich vorbereiten und durchführen. Der Vorstand im Hamburger Hospiz e.V. organisiert die schönen Konzerte, die Arbeitsgruppe „Ewigkeit“ die diesjährige Kunstaussstellung. Herzlichen Dank, sagen wir all diesen treuen und engagierten Mitwirkenden!

## Dank an uns

### Stationär

*Liebes Team,*  
für Andere da zu sein, zu erkennen, was gebraucht wird... Die Hand zu reichen, Worte zu finden, einen Weg zu weisen, Halt zu geben... Das alles haben wir, meine Tochter und ich hier erfahren dürfen! Von ganzem Herzen danke ich Ihnen für die stete liebevolle Umsorgung meiner Tochter. Für meine Tochter waren Sie „alle Engel“. Herzlichen Dank für alles.

*Liebes Team!* Uns fehlen die Worte auszudrücken, was wir mit Euch erlebt haben. In großer Dankbarkeit möchten wir aber einen kleinen Beitrag zu einem Grillfest oder anderem leisten. Und ich komme bestimmt nochmal vorbei, um Euch zu besuchen. Wir werden die Zeit mit F. und Euch nie vergessen. Schon heule ich wieder...DANKE C.

*Liebes Team des Helenenstifts,*  
gestern war es genau zwei Monate her, dass mein Ehemann, unser Vater und Großvater, bei Ihnen im Hospiz verstorben ist. Für diese gemeinsame Zeit des Abschiednehmens sind wir unendlich dankbar. Durch Ihre liebevolle wie fürsorgliche Pflege und unzählige Gespräche haben Sie uns

durch diese Zeit getragen. Viele Momente, insbesondere die nachmittäglichen Kaffeerunden bei frisch gebackenem Kuchen werden wir als Familie in bleibender Erinnerung behalten. Für all Ihre Unterstützung, all die lieben Worte und tröstenden Gesten in dieser schweren Zeit sind wir unglaublich dankbar!



### Ambulant

*Liebe Hospiz-Mitarbeiterinnen,*  
Sie waren so freundlich, mich zuhause zu besuchen und mir diese liebe Besucherin zu vermitteln. Ich wollte Ihnen mitteilen, dass ich es mit meiner Besucherin wirklich gut getroffen habe. Es ist so, wie Sie es sagten. Ich kann ihr alles erzählen, ihr alles zumuten und sie hört einfach nur zu und bestärkt mich darin, meinen Weg zu gehen! Wo gibt es das schon? Wie gut, dass ich Sie und Ihre wertvolle Arbeit „auf meinen letzten Metern“ kennenlerne. Dafür sage ich Danke!



# Veranstaltungen

Zu allen unseren Veranstaltungen finden Sie nähere Angaben unter:  
[www.hamburger-hospiz.de](http://www.hamburger-hospiz.de)

19./20.10.2019 15:00 - 16:30	<a href="#">Kurzvortrag, Gesprächsrunde und Ausstellungsbesuch</a> Hospiz erzählt und nachgefragt
26.10.2019 10:00 - 16:30	<a href="#">Tagesseminar</a> Trauer in Form und Farbe
28.10.2019 18:00 - 19:30	<a href="#">Informationsabend</a> Moderierte Trauerselbsthilfegruppe
03.11.2019 11:00	<a href="#">Konzert</a> Benefizkonzert in der Elbphilharmonie
13.11.2019 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> Trauer, Hilfe und Selbsthilfe
20.11.2019 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> Von der Sorge, dass wir sterblich sind
26.11.2019 17:00 - 20:00	<a href="#">Informationsabend</a> Ehrenamtliche Hospizarbeit
01.12.2019 10:30 - 12:00	<a href="#">Meditativ-besinnliche Andacht</a> Ewigkeitsmomente
01.12.2019 12:00 - 17:00	<a href="#">Musikalischer Adventskaffee: mit Ausstellungsbesuch</a> Kaffee, Kunst und Kekse ... <a href="#">mit Live-Musik</a>
07.12.2019 10:00 - 16:30	<a href="#">Tagesseminar</a> Trauer in Form und Farbe
15.01.2020 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> „Sterben, wie geht das?“ – Vom Sterbeprozess unseres Körpers
19.02.2020 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> „Als Lotti den Tod begrub“ – Wenn der Tod für Verwaiste unwirklich bleibt
18.03.2020 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> Gründe, das Alter zu loben – Plädoyer für eine philosophische „Weisheitsformel“

Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir erbitten eine Spende.

Anmeldung: E-mail: [veranstaltungen@hamburger-hospiz.de](mailto:veranstaltungen@hamburger-hospiz.de)

Die Anmeldung ist ab dem 1. Tag des Vormonates möglich.