



# Hospizkultur

Ausgabe 03

April 2014



## Inhalt

Wir stellen vor .....	3
Trauerarbeit im Hamburger Hospiz	
Interview Wiebke Gragert	
Interview Cordula Reifegerste	
Eine Teilnehmerin berichtet	
Begleitungen .....	11
Stationär „Ohne Worte“	
Ambulant Häuslich „Danke!“	
Ambulant Pflegeheim „Mama“	
Kommen und Gehen .....	14
Abschied von Hilde Bono	
Tschüss und Grüß Gott	
Gunda Brüning – Abschied von einer Pionierin	
Haus und Hof .....	17
Teamtag .....	18
Denkanstoß .....	19
Ehrenamtskurse .....	21
Veranstaltungen .....	22
Vergebung am Lebensende	
Schmerz im Dialog Islam und Philosophie	
Vernissage „Vom Leben ins Leben“	
Wir danken .....	27
Wir danken!	
Altoba	
Ärztetheater	
Worte des Dankes an uns .....	29
Stationäre Hospizarbeit	
Ehrenamtliche ambulante Begleitung	
Teilnehmerin einer Trauerselbsthilfegruppe	
Veranstaltungshinweise .....	32

## Impressum

### Redaktion und Fotos:

Angela Reschke

### Adresse:

Hamburger Hospiz e.V.

Helenenstraße 12

22765 Hamburg

### Kontakt:

Telefon: 040 – 38 90 75 204

Fax: 040 – 38 90 75 127

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

### Weitere Fotos:

Sebastian Engels

## Wir stellen vor

### Trauerarbeit im Hamburger Hospiz

*Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr*

*- und die es trugen, mögen mir vergeben.*

*Bedenkt: den eigenen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der anderen muss man leben.*

Aus „Memento“ von Mascha Kaléko.

Zum Selbstverständnis unserer Hospizarbeit gehört der Beistand für Angehörige, auch und gerade im Trauerfall. Denn der Verlust eines geliebten Menschen erschüttert uns auf allen Ebenen. Dort, wo wir Liebe, Geborgenheit und Halt fanden, greifen wir in eine unbarmherzige Leere, die oft untröstlich ausgehalten werden muss. Alles Alltägliche ist im Wandel und so verwundert es nicht, wenn Orientierungs- und Kraftlosigkeit die Neuorientierung im Leben nach dem Verlust eines Menschen erschweren. Zusätzlich verunsichern viele Trauernde die Heftigkeit und Vielfalt ihrer Gefühle. Sie befürchten nicht „normal“ zu sein. Hinterbliebene leiden zudem oft unter Erschöpfung und körperlichen Beschwerden. Die Bewältigung des Alltags wird für sie dann zur Schwerstarbeit. Denn erst nach und nach kann das Unbegreifliche verstanden, wieder Halt

gefunden und der Liebe eine neue Gestalt gegeben werden.

In der Trauer können einfühlsame Mitmenschen ein Segen sein, wenn sie geduldig bereit sind, die wiederkehrenden Erschütterungen des Leids mitzutragen und den Hinterbliebenen Zeit geben, einen Trauerweg zu gehen, der nicht abgekürzt werden kann. Doch was ist, wenn



die Geduld und das Verständnis der Mitmenschen begrenzt sind oder sie die Verwandlung des Hinterbliebenen nicht mittragen wollen? Was

ist, wenn Menschen sich zurückziehen, entweder weil sie den Schmerz des Trauernden fürchten oder weil sie sich angesichts seiner Untröstlichkeit der Wichtigkeit ihres Beistandes nicht bewusst sind? Schließlich fehlt manch einem Hinterbliebenen auch schlicht ein soziales Netz, das den Verlust überhaupt registriert. Es ist dann nicht die selbstgewählte Stille, die die Verzweiflung unerträglich werden lassen kann, sondern das Gefühl einer bodenlosen Einsamkeit als Ergebnis einer sozialen Isolation.

Doch die Menschen wie auch ihre Trauer sind unterschiedlich. Um den vielfältigen Bedürfnissen und Möglichkeiten von Hinterbliebenen gerecht zu werden, ist das Angebot des Hamburger Hospiz e.V. umfassend.

In unseren moderierten Trauer-selbsthilfegruppen bieten wir haltgebende Rituale, Denkanstöße und den Austausch in einer festen Gruppe an. Hier verstehen Trauernde das Leid des Anderen ohne viele Worte, vertrauen deswegen einander schnell, unterstützen sich in einfühlsamer Solidarität und finden neue Freundschaften.

Manchmal ist es die professionelle Beratung, die Trauernde die Klage ihrer Seele verstehen und neuen Mut fassen lässt. Im Beratungsgespräch können sie herausfinden, welche An-

gebote jetzt hilfreich sind.

Schließlich gibt es Menschen, die bedingt durch Krankheit oder Behinderung weder an einer Gruppe teilnehmen, noch eine Beratung in Anspruch nehmen können. BewohnerInnen im Pflegeheim beispielsweise können eine persönliche Trauerbegleitung durch ehrenamtliche HospizlerInnen erhalten.



Vorträge und Seminare für Trauernde, wie das Malseminar „Trauer in Form und Farbe“ am 5. Juli oder der Vortrag „wenn der Tod Geschwister trennt“ am 14. Mai ergänzen die Angebote.

Alle Angebote bieten wir kostenfrei an. Der Hamburger Hospiz e.V. finanziert seine Trauerarbeit über Spenden.

**Wiebke Gragert:**  
**Meine Geschichte hat mich zur Trauer- und Hospizarbeit geführt.**

Wiebke Gragert ist seit 20 Jahren in der Hospizarbeit. Sie ist ausgebildete Hauswirtschaftsleiterin, Sterbe- und Trauerbegleiterin und Gesprächstherapeutin.

*AR: Wie sind Sie zur Trauerarbeit gekommen?*

WG: 1991 starb mein Mann und hinterließ mir drei Teenager. Nach seinem Tod gab es so viel zu regeln! Mich meiner eigenen Trauer zuzuwenden, dazu kam ich gar nicht. Mit Haus und Hof und einem Vollzeitjob hatte ich weder Kraft, Raum noch Zeit dafür.

*AR: Was hätten Sie gebraucht?*

WG: Es hätte mir so gut getan, meiner Trauer mit all ihren Facetten und mit der notwendigen Offenheit und Ehrlichkeit begegnen zu können. Doch dafür hätte ich einen geschützten Ort und Unterstützung gebraucht. Je länger ich aber mit dem Bewältigen des Alltags voll ausgelastet war, desto schwerer wurde es, mir diese zu suchen.

*AR: Haben Sie schließlich einen sol-*

*chen Ort und Unterstützung gefunden?*

WG: Zu der Zeit wandte sich die Gesellschaft erstmals und nur ganz allmählich mit Hilfsangeboten Sterbenden zu. Doch Angebote für Angehörige oder Hinterbliebene gab es noch lange gar nicht!

*AR: Wie ging es für Sie weiter?*

WG: Ich wusste, etwas muss sich für mich und in der Gesellschaft ändern! Mein eigenes Leid war mein Motor als ich 1994 las, dass eine Sterbebegleiterausbildung angeboten wurde. Ich war sofort begeistert. Endlich sollte es ein Hilfsangebot für Betroffene geben! Ich wollte dabei sein.

*AR: Wie hat Sie die Ausbildung geprägt?*

WG: Ich hatte drei wesentliche Erkenntnisse: Zum einen wurde mir klar „Genau hier, in der Hospizarbeit bin ich richtig!“. Zum anderen erkannte ich, dass ich mich insbesondere für Angehörige und Hinterbliebene einsetzen möchte. Aber ich erkannte auch, dass ich angesichts meiner familiären Situation kein Ehrenamt übernehmen konnte. Ich begann eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin.

terin und suchte über Hören-Sagen einen Ort, an dem ich beides, meinen Vollzeitjob und mein Herzensanliegen verwirklichen konnte. Und das ist mir auch gelungen!

*AR: War Zufall im Spiel?*

WG: An Zufall kann ich kaum glauben. Von einer Bekannten bekam ich die Telefonnummer von Frau Holmer, der Gründerin des Sinus Hospizes in Hamburg. Einige Wochen später fasste ich mir ein Herz und rief dort an und zwar genau zu dem Zeitpunkt als deren frisch eingestellte Hauswirtschaftsleiterin vom Vertrag zurück getreten war. Ich wurde sofort eingestellt.

*AR: Und dort haben Sie Angehörige und Hinterbliebene unterstützt?*

WG: Ja. Zunächst habe ich Kaffeemittage für Angehörige angeboten und das Thema Trauer in den Schulungen für ehrenamtliche HospizlerInnen unterrichtet. Seit 12 Jahren arbeite ich im Hamburger Hospiz. Hier führe ich etwa 3 mal im Jahr eine moderierte Trauergruppe mit 8 bis 10 Teilnehmerinnen durch. Die Gruppen laufen über 3 Monate und arbeiten danach als Selbsthilfegruppen weiter.

*AR: Was bedeutet es heute für Sie, Trauerarbeit anbieten zu können?*

WG: Diese Arbeit ist eine große Bereicherung für mich! Und wenn Hinterbliebene ihren überwältigenden Schmerz ausdrücken, wenn sie sich aus ihrer Erstarrung befreien und wenn sie zurück ins Leben finden, bestätigt diese Entwicklung mich in meinem Anliegen und meiner Arbeit.



*Wiebke Gragert, Trauerbegleiterin und Gesprächstherapeutin*

*AR: Was brauchen trauernde Menschen, um dahin zu gelangen?*

WG: Trauernde brauchen zunächst Gelegenheit um zu trauern, das heißt, sie brauchen einen geschützten Ort und Zeit. Sie brauchen auch das Verständnis von Mitmenschen,

die deren Trauer aushalten und darüber hinaus wertschätzen, dass sie sich öffnen und von sich erzählen. Schließlich braucht es Mut und Vertrauen, und beides wächst in der Gruppe unter Betroffenen sehr schnell.

*AR: Was wünschen Sie sich für die Zukunft?*

WG: Ich freue mich über weiterhin gut gefüllte Gruppen und die Bereitschaft der TeilnehmerInnen, sich 12 Wochen von mir begleiten zu lassen. Und ich wünsche mir, dass ich mein feines Gespür für Hinterbliebene behalte und vertiefe. Und manchmal wünsche ich mir etwas mehr Mut, auch schmerzhaft Wahrheiten anzusprechen, wenn ich ahne, dass das hilfreich sein könnte.

Insgesamt aber wünsche ich mir, dass die Angehörigen- und Trauerarbeit im Gesundheitswesen einen höheren Stellenwert bekommt, dass zum Beispiel Mitarbeiter in Krankenhäusern und Arztpraxen mehr auf die Bedürfnisse der Angehörigen schauen. Gern würde ich dazu beitragen, dass die Haltung in diesen Einrichtungen hospizlicher wird!

*AR: Vielen Dank für das Gespräch!*

## **Cordula Reifegerste: Trauerarbeit, fester Bestandteil im Hamburger Hospiz**

Cordula Reifegerste berät seit 2009 Schwersterkrankte, Angehörige und Hinterbliebene. Außerdem schult sie ehrenamtliche Hospizler und leitet Trauergruppen. Sie ist Diplom-Psychologin und Hospizkoordinatorin.

*AR: Welchen Stellenwert hat die Trauerarbeit in der Hospizarbeit?*

CR: Die Trauerarbeit und Begleitung Sterbender gehören unmittelbar zusammen. Eine Trennung der Aufgabenbereiche wäre für mich nicht denkbar! Ein endgültiger Abschied von einem geliebten Menschen endet ja nicht in dem Moment seines Sterbens. Abschied ist ein langer, oft sehr schmerzhafter Prozess. Nach dem Tod muss der Hinterbliebene lernen, mit dem Verlust zu leben.

*AR: Was brauchen Trauernde?*

CR: Trauernde brauchen einen geschützten Raum, wo sie so sein dürfen und sich so zeigen dürfen, wie sie sind und wie sie fühlen. Sie brauchen also Menschen, die ihnen zuhören, Menschen, die nicht zensieren, Menschen, die sie nicht anders haben wollen als sie sind. Wie in der

Sterbebegleitung brauchen sie aber auch Menschen, die nicht weglaufen, Menschen, die alles mit aushalten, auch die widersprüchlichen Gefühle. Und Trauernde brauchen Menschen, die ihnen widerspiegeln was sie alles können, sie also an ihre Ressourcen und Fähigkeiten erinnern. Hilfreich sind oft Menschen mit einem ähnlichen Erfahrungsschatz.

*AR: Was macht es so schwer Trauer zu durch leiden?*

CR: Tiefe Trauer ergreift immer den ganzen Menschen, seine Wertvorstellungen, sein Vertrauen in die Welt und seine Selbstsicherheit. Alles ist erschüttert, auch das Vertrauen, dass man Krisen bewältigen kann. Trauernden fehlt oft die Zuversicht, je wieder Lebensfreude, Sicherheit und Vertrauen in die Welt zurückgewinnen zu können.

*AR: Was wünschen Sie dem Hamburger Hospiz e.V.?*

CR: Im Hamburger Hospiz e.V. sind wir uns einig: Wir möchten Menschen vor dem Tod, im Sterben und nach dem Tod begleiten. Jede Zuwendung ist gleichwertig und das muss auch so bleiben. Ich wünsche dem Verein, dass die Trauerbeglei-

tung und die Trauergruppen ein fest verankerter und refinanzierter Bestandteil in der Arbeit wird. Bisher sind wir in der Trauerarbeit vollständig auf Spenden angewiesen.

*AR: Welche gesellschaftliche Entwicklung wünschen Sie sich?*

CR: Ich wünsche mir, dass die Gesellschaft offener wird für Trauernde. Dass die Mitmenschen mehr Einsicht darin gewinnen, was Trauer eigentlich ist und was Trauernde brauchen. Noch ist das Thema Trauer so angstbesetzt. Auch hat sich die Erkenntnis noch nicht durchgesetzt, dass Trauer keine Krankheit oder eine momentane Krise ist! Dadurch sind die Erwartungen der Mitmenschen an Trauernde zuweilen unerfüllbar. Unerfüllbar ist zum Beispiel der Wunsch Nichtbetroffener, der Hinterbliebene möge wieder zu dem Menschen werden, der er vor dem Verlust war.

Bei aller Schwere, die in der Trauer liegt, kann die Gesellschaft nur durch ihre Hinwendung zu Trauernden erkennen, welche Bereicherung in der mitmenschlichen Anteilnahme an einem Trauerprozess liegen kann. Trauernde ermöglichen Zugang zu Gefühlen, oft auch zu der Erkenntnis, was im Leben wirklich wertvoll

ist und schärfen das Bewusstsein für die Vergänglichkeit. Schließlich kann sich die Ausgrenzung von Trauernden auch gegen die Gesellschaft selber richten. Noch leben viele in der Angst, bei eigener Betroffenheit unverstanden und alleine zu sein.



*Cordula Reifegerste, Diplompsychologin und Hospizkoordinatorin*

*AR: Was motiviert Sie ganz persönlich, sich Trauernden zuzuwenden und was wünschen Sie sich?*

CR: Ich habe selbst erleben müssen, wie hilflos und wenig vorbereitet ich auf meine Trauer war. Ich hätte meinen Weg durch die Trauer vermutlich nicht gehen können, wenn ich nicht Menschen an meiner Seite gehabt hätte ... Ich möchte mich an jedem Ort, also im Ehrenamt, in der Nach-

barschaft und im Beruf für Trauernde einsetzen. Ich möchte offen für Trauernde bleiben und ihnen durch meine Anteilnahme eine kleine Wegbegleiterin sein.

*AR: Lassen auch Sie sich von der Trauerarbeit bereichern?*

CR: Für mich gibt es kaum einen Bereich, in dem die Gefühle so vielfältig sind wie in der Trauer, so deutlich sichtbar. In der Trauer begegne ich Menschen oft in einer Seelentiefe, die sonst wenig sichtbar ist. Gut begleitet brauchen Hinterbliebene oft gar nicht so viel Unterstützung, um die Wandlung von völliger Verzweiflung hin zu neuer Selbstsicherheit und Lebensmut aufzubauen. Diese Veränderung begleiten zu dürfen, beschenkt mich sehr!

*AR: Herzlichen Dank für das Gespräch!*

## **Vom Anfang im Ende**

**Moderierte Trauerselbsthilfegruppe: Die Teilnehmerin Inga Harms berichtet**

Als ich die Anzeige für eine moderierte Trauerselbsthilfegruppe entdeckte, lebt mein Vater noch. Es beruhigt mich, dass es so etwas gibt. Im November, einer tristen Jahreszeit,

stirbt mein Vater. Meiner „Tagesordnung“ wie gewohnt zu folgen, ist mir unmöglich. Ich beschließe zur Trauergruppe zu gehen, dorthin, wo jeder Teilnehmer einen geliebten Menschen verloren hat.

Sofort fühle ich mich mit den 10 Teilnehmern wohl. Und während draußen der erste Schnee fällt, zünden wir Kerzen für unsere Verstorbenen an und erzählen.

Es tut mir gut, nicht auf mich allein gestellt zu sein. Und es tut mir gut auf Menschen zu treffen, die meine Gefühle aus eigener Erfahrung kennen. Hier, wo auch andere Menschen schmerzhaft Emotionen zulassen, ist der richtige Ort, meine Tränen fließen zu lassen, zu erzählen und anderen zuzuhören. Denn wo sonst kann ich davon berichten, wie es sich anfühlt, am Grab ein Picknick zu machen oder wie schwer Weihnachten ist und wie taktlos Arbeitskollegen dieses Thema abhaken.

Einmal wöchentlich nutze ich die Gelegenheit, bei einer Tasse Tee und Keksen zu weinen, zu reden oder zu schweigen. Frau Gragert, unsere Trauerbegleiterin, schreckt vor dem Thema Tod mit all seinen Facetten nicht zurück. Sie bietet jeden Abend eine Besinnungsübung, ein Gedenkritual und ein Thema für unseren Gedankenaustausch an.

Das tut mir gut. Dabei darf alles sein: Fragen ohne Antworten, Bedauern, Wut, Schuld, Vergebung und was in Liebe verbunden hat.

Auch schwierige Fragen bewegen wir: Soll ich die Kleidung des geliebten Menschen aufbewahren oder die Möbel umstellen oder gar wegräumen?

Unsere Fragen und Gedanken finden oft kein Ende, doch Frau Gragert achtet auf die Zeit und auch darauf, dass jeder zu Wort kommt. Und sie geht auf Jeden individuell ein. Am Ende jeden Treffens schenkt sie uns Geschichten, Gedichte oder Gedanken, die uns in der kommenden Woche begleiten werden.

Nun, ein halbes Jahr später, trifft sich der „harte Kern“ der Gruppe eigenständig weiter. Die Tränen haben uns zusammengeschweißt. Wir sind sehr vertraut miteinander. Durch den Austausch können wir unsere Gefühle einordnen. Und wir spüren, das Leben wird auch wieder schön. Heute können wir auch mal wieder lächeln, schmunzeln oder lachen. Und vielleicht fällt es irgendwann wieder leicht, tanzen zu gehen, Musik zu hören und richtig Spaß zu haben. Gerade, wenn man dabei an den Verstorbenen denkt, denn vielleicht hätte er/sie jetzt gerade gelächelt oder gelacht?

## Begleitungen

### „Ohne Worte“

In Begleitung ihrer Mutter betritt eine junge Frau das Hospiz. Ihr Gang ist unsicher, doch erforschen ihre lebhaften Augen neugierig die noch unvertraute Umgebung. Sie sei hier für ihre letzte Zeit, sagt sie selbstsicher und stellt ihre kleine Reisetasche ab.

In ihr strahlendes Gesicht sind die Lachfalten von nicht mal 40 Lebensjahren geschrieben. Sie muss auf ihre Zukunft verzichten. Reiche Lebensschätze hat sie dennoch im Gepäck: Eine humorvolle, lebhafte Persönlichkeit, die Lust zu allerlei Unternehmungen und die innere Freiheit, Regeln für das Leben und Sterben im Hospiz selbst zu bestimmen. Auch die innige Liebe, die Mutter und Tochter miteinander verbindet, gehört zu den kostbaren Lebensschätzen dazu. Bald schon taucht eine muntere Schar an Freundinnen auf, die ihr in den nächsten Wochen kaum noch von der Seite weichen werden. So lange es geht werden Ausflüge gemacht, Mädelsabende sind an der „Nachtordnung“ und Klönen und fröhliches Gelächter klingt aus dem Gästezimmer. Ein manches Mal reißt es mich mit, zu sehen, wie unser neuer Gast so voller Leben ist.

Und dann kommt, was kommen muss. Über Nacht zeigt der Krebs sein schlimmstes Gesicht. Er lähmt der jungen Frau die Beine und nimmt ihr die Sprache. Wo vorher strahlende Augen und ein lachender Mund die Welt an der Lebenslust und dem Freigeist dieser Schwerkranken teilhaben ließen, schauen mich jetzt unendlich traurige Augen an und oft liegt ein ungläubiges Entsetzen über dem jungen Gesicht.



*Silke Grau, Pflegedienstleitung, erzählt von einer Begegnung.*

Was jetzt Halt gibt, sind die überaus feinen Antennen der Mutter, die mit unendlich viel Zartheit und Liebe die Wünsche der Tochter erahnt. Und der Freundeskreis, der nun erst-

mals seine Liebe und Fürsorge durch Hilfeleistungen ausdrücken darf, die sonst der Pflege vorbehalten waren. Feinfühlig umsorgt auch das Hospizteam den Gast. Dabei sind wir unendlich dankbar, die junge Frau vorher so gut kennengelernt zu haben. Nun versuchen wir alle ihre Lebensgewohnheiten zu beachten und Vorlieben umzusetzen. Und ich...? Beim Anblick der Augen fühle ich mich unendlich traurig. Doch trete ich einen Schritt zurück und betrachte das ganze Geschehen, so fühle ich mich gleichzeitig sehr, sehr beschenkt. Zu sehen und miterleben zu dürfen, wie Mutter und Tochter miteinander in Liebe verbunden sind, so sehr, dass der Krebs mit all seiner Zerstörung seine Macht verliert, zu sehen, wie die Freundinnen zu ihr halten und im wahrsten Sinne des Wortes Halt anbieten und zu sehen, wie hochkompetent und feinfühlig das Pflegeteam jeden Betreuungsschritt mit Tochter und Mutter abstimmt, all das erfüllt mich mit Dankbarkeit und Zuversicht.

*(Begleitbericht stationär)*

### „Danke!“

Heute, nach meiner Urlaubspause, bin ich unglaublich gern zu Herrn M gefahren. Ich habe unsere Treffen ein

wenig vermisst. Herr M ließ es sich nicht nehmen, mich mit Tee und Keksen zu bewirten, wie immer. Er hat wieder mit dem Rauchen begonnen und meinte, er wäre dadurch wieder mehr in der Stimmung zu reden. Lustigerweise verlief mein Besuch aber recht schweigsam. Er schimpfte ein wenig auf die Krankenhausärzte, die ihn schon aufgegeben hätten. Mit seiner Chemo setzt er einen Monat aus. Außerdem lässt er in der nächsten Woche neue Untersuchungen machen.



Mich bewegt die Frage: Wann ist der Zeitpunkt gekommen, auf weitere Krankenhausaufenthalte und Therapien zu verzichten? Sicher, das ist total individuell und überhaupt nicht vorhersagbar und vermutlich sogar abhängig von der momentanen Verfassung. Während ich darüber nachsinne, hoffe ich einen fried-

vollen Umgang mit meinem Schmerz oder meiner Erkältung oder anderem Leid finden zu können.

Wie immer haben wir Gedichte gelesen und einen Bildband angeschaut. Herr M nickte am Ende meines Besuches immer wieder ein. Und ich spürte einfach: Es ist, so wie es ist, vollkommen. Ich genieße es sehr, dass ich solche klaren Momente nun auch in einer Begegnung mit einem Menschen fühlen kann und nicht „nur“ in der Meditation so ganz allein mit mir. Danke! Danke liebes Hospizteam, dass ich damals für die Schulung ausgewählt wurde und nun als Hospizlerin diese bereichernden Erfahrungen sammeln darf!

*(Begleitbericht ambulant häuslich)*

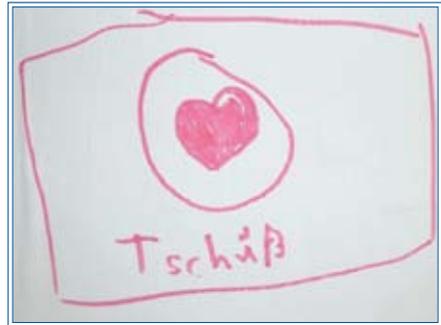
### „Mama“

Die 89-jährige Frau S. ist dement. In ihrer Welt empfängt Frau S. viele Gäste – ich gehöre darunter zu den wenigen, die noch am Leben sind.

Frau S. kam mir heute mit ihrem Rollator entgegen. Sie wirkte extrem „grau“, hatte eine fahle Gesichtsfarbe und wenig Energie. Es gehe ihr nicht gut und sie wolle nicht im Heim sein, sagte sie mir.

Wir haben uns in eine der Sitzgruppen auf dem Flur gesetzt. In unserem Gespräch drehte sich alles um „Mama“: Sie habe Mama in den

letzten zwei Wochen öfters getroffen. Mama habe ihr gesagt, dass sie bald bei ihr bleiben könne. Mama scheint Frau S. eine Menge Ratschläge zu geben, wie sie ihr jetziges Leben meistern und auch „aushalten“ kann. Mama gibt Frau S. viel Trost und im Gespräch blühte Frau S. sogar wieder ein bisschen auf.



Ich mag diese Gespräche über „Mama“ sehr. Es fühlt sich an, als könne ich an diesem tröstlichen Moment teilhaben und Zuversicht entwickeln, dass auch ich/wir alle unter „Mamas Schutz“ unseren Weg zu Ende gehen können. Und ich habe auch festgestellt, dass ich in letzter Zeit mehr Geduld und Wertschätzung für meine Mutter aufbringen kann. Wir alle profitieren sehr von „Mama“ ...

*(Begleitbericht ambulant, Pflegeheim)*

## Kommen und Gehen

### Hilde Bono – Verabschiedung in den Ruhestand

Über 10 Jahre hat Hilde Bono, unsere stets fröhliche Kollegin aus der Pflege, das Leben und Arbeiten im Hamburger Hospiz mitgeprägt. Sie war die „personifizierte Hospizidee“! Ihre erfrischende, humorvolle und warmherzige Art haben Gäste, Angehörige, Kolleginnen und Kollegen gleichermaßen geschätzt. Immer offen für alle Gäste und deren Lebensgeschichten, immer im Hier und Jetzt agierend und immer die Menschen so nehmend, wie sie sind - das war die Haltung, mit der Hilde Bono jeden Dienst antrat.

„Wann kommt Hilde endlich wieder zum Dienst?“ – eine Frage, die Gäste und Angehörige häufig stellten. Weil Hilde es verstand, in kürzester Zeit eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen gleichermaßen zum Hafendarbeiter auf St. Pauli wie zum Generaldirektor aus Blankenese. Gute Menschenkenntnis und ein beeindruckendes Gespür für die richtige Ansprache, für die Wünsche und Bedürfnisse der Gäste halfen ihr dabei. Sollte es einem Gast mal schwergefallen sein, sich bei uns einzuleben: nichts ließ Hilde Bono unversucht,

um auch für diesen Gast das Hamburger Hospiz zu einem Zuhause werden zu lassen; ihre unerschöpfliche Fähigkeit zur Improvisation und Kreativität brachte sie dann zum Einsatz.



*Hilde Bono (links) mit Kollegin Marika Kollinger*

All das gelang ihr aufs Beste, weil sie sich immer als Dienerin verstanden hat: für die Menschen, die sie begleitete. Das tat sie voller Selbstbewusstsein, aber auch voller Demut.

Zukünftig werden wir in mancher Übergabe, in der wir ratlos nach einer Lösung suchen, uns fragen: Was hätte Hilde Bono jetzt gemacht? So wird sie für uns weiter Vorbild und Ratgeber sein.

## **Tschüss und Grüß Gott Stefanie Schimanski und Sabrina Reinhardt**

... so schallt es aus dem ambulanten Hospizberatungsdienst. Für die eine Praktikantin geht hier eine spannende und lehrreiche Zeit vorbei, für die andere beginnt sie.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei Stefanie Schimanski. Mit großem Engagement und viel Liebe für die Hospizarbeit hat sie ein Jahr im hauptamtlichen Team mitgearbeitet und auch Sterbensranke und Trauern-

de liebevoll begleitet. Nun wird sie ihr Studium „Soziale Arbeit“ fortsetzen und uns vielleicht eines Tages als hauptamtliche Kollegin wieder begegnen.

Neu bei uns ist Sabrina Reinhardt. Die tatkräftige, unerschrockene junge Frau ist aus Bayern gekommen, um acht Monate mitzuarbeiten. Und worauf freut sie sich am meisten? „Ganz besonders schön finde ich die Chance, mich in einer behüteten Atmosphäre den Themen Sterben, Tod und Trauer zu nähern!“ Dabei



*Sabrina Reinhardt und Stefanie Schimanski*

ist die 22 jährige Studentin, die im 4. Fachsemester Soziale Arbeit studiert, kein Kind der Traurigkeit. „In meiner Freizeit erobere ich mir die Stadt und den Hafen und koche mit Freunden“. Doch auch, wenn ihr das thailändische und chinesische Essen besonders gut schmeckt, bleibt Leberkäs, Spinat mit Spiegelei ihr Lieblingsgericht.

Ob wir Norddeutschen uns dafür begeistern können, bleibt dahin gestellt. Unterschiede, die bereichern können.

Tschüss, Stefanie Schimanski,  
Grüss Gott, Sabrina Reinhardt.

---

### Gunda Brüning – Abschied von einer Pionierin

Die Gründerin des Hamburger Hospiz e.V., Gunda Brüning, ist am 6. Oktober 2013 verstorben. Frau Brüning hat unermüdlich und über viele Jahre für die Idee gekämpft, eine ambulante und stationäre Anlaufstelle für Schwersterkrankte, Sterbende und Trauernde in Hamburg zu gründen. Ebenso energisch setzte sich die Trägerin des Bundesverdienstkreuzes dafür ein, dass die Finanzierung der stationären Hospizarbeit gesetzlich geregelt wird.

Das stationäre Hamburger Hospiz im Helenenstift für 16 Gäste, unser ambulanter Hospizdienst mit 70 MitarbeiterInnen, die Beratungsstelle, die Trauerarbeit und nicht zuletzt unsere aktive Öffentlichkeitsarbeit gehen auf dieses Engagement zurück.

Wir werden uns an Frau Brüning immer mit großer Dankbarkeit erinnern.



*Abschied von Gunda Brüning*

## Haus und Hof

### Der Frühling naht – Zeit des Aufbruchs und der Veränderungen, auch im Hamburger Hospiz.

Ökologie und Nachhaltigkeit sind Themen, denen wir uns im Hamburger Hospiz zukünftig verstärkt zuwenden wollen. Eine wichtige Etappe auf diesem Weg ist der Einbau eines sogenannten „Blockkraftwerks“. Hinter diesem etwas sperrigen Begriff verbirgt sich eine hochmoderne Anlage, die in erheblichem Umfang Energie spart und die CO2 Emissionen senkt. Außerdem werden wir unabhängiger von den Anbietern auf dem Energiemarkt, da wir zukünftig selber Strom produzieren werden. Also eine lohnende Investition für uns und die Umwelt.



*Neues Blockheizkraftwerk*

Neu gestaltet haben wir in diesem Jahr unseren Veranstaltungsraum, den wir für unsere vielen Vorträge,

Empfänge und Besprechungen häufig und gern nutzen. Nach 13 Jahren war es an der Zeit, Stühle und Tische zu erneuern, frische Farbe an die Wände zu bringen und mit neuen Vorhängen für ein gastfreundliches Ambiente zu sorgen. Wie immer hat uns dabei unsere Innenarchitektin Beatrice Bless-Lieb mit viel Hingabe unterstützt – vielen Dank dafür.

Die Mitarbeiter des stationären



*Veranstaltungsraum*

Hospizes freuen sich über einen neuen Desinfektionsraum. Nach vielen Jahren des (manchmal mühevollen) Improvisierens wurde eine professionelle Spülmaschine angeschafft, die die Arbeit erleichtert und Zeit spart. So können sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter noch mehr ihrer eigentlichen Aufgabe zuwenden: der Begleitung der Gäste und ihrer Angehörigen.



Frühjahrsputz

Frühlingszeit ist traditionell auch die Zeit des Frühjahrsputzes. Schweißtreibender Einsatz war nötig, um unseren großen Vorplatz von den Spuren des Winters zu befreien. Nun erstrahlt er wieder im neuen Glanz, erfreut Gäste und Besucher – und wartet auf unser traditionelles Sommerfest im August.

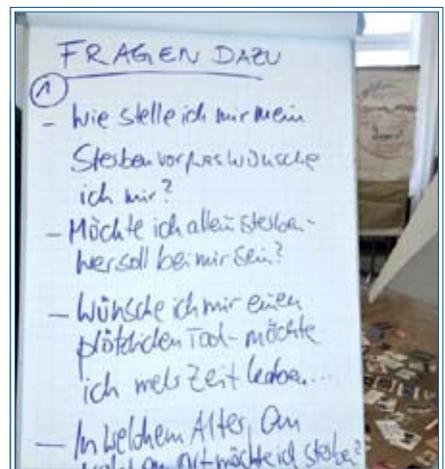
## Teamtag 2013

Was wünschen sich HospizlerInnen, die Leben, Abschied und Sterben begleiten, für ihr eigenes Lebensende? Welche Erkenntnis ziehen sie aus dem täglichen Umgang mit Leid, welche Schlüsse ziehen sie aus den vielen beglückenden und sinnstiftenden Momenten im Hospiz?

Der Teamtag 2013 eröffnete für 24 HospizlerInnen und 4 Ärzte die Möglichkeit, über eigene Vorstellungen, Ängste und Wünsche nach zu denken und diese im Miteinander zu erkunden. Dabei ließ das Thema „Freude und Leid in der Hospizarbeit“ Schweres befürchten. Doch die Stimmung war bei aller Ernsthaftigkeit eher gelöst und von Leichtigkeit geprägt. Dazu beigetragen hat sicher der sehr offene Austausch aller Kol-

legInnen in den Kleingruppen und die erfrischende Moderation von Birgit Bader.

Dankbar schaut das multiprofessionelle Team auf einen gelungenen Tag zurück, der inspiriert hat und Kraft für die weitere Arbeit schenkt.



## Denkanstoß – Wann, wenn nicht jetzt?

Das könne sie später noch machen, sagte eine Sterbende 6 Tage vor ihrem Tod und entschied sich, das bereits begonnene, aber ungeliebte Buch weiter zu lesen. Eigentlich hatte sie ihr Lieblingsbuch noch einmal lesen wollen. Solche Begegnungen stimmen nachdenklich. Drei ehrenamtliche Hospizler berichten über ihren Umgang mit Lebenswünschen.

**Iris Onnenberg**, ehrenamtliche Mitarbeiterin im ambulanten Hospizberatungsdienst seit 2009

„Meine Mutter hat noch so viel vorgehabt. Doch dann war sie plötzlich tot und ihre Wünsche blieben unerfüllt.

Ich dachte, das passiert mir nicht! Gleich nach ihrem Tod habe ich mir ein langersehntes Fahrrad gekauft. Immer, wenn ich das Fahrrad sehe, freue ich mich darüber, dass ich mir diesen schönen Wunsch erfüllt habe. Seither lege ich immer etwas Geld



*Iris Onnenberg*

beiseite, um mir meine Wünsche erfüllen zu können, nicht irgendwann, sondern so bald als möglich!“

**Cornelia Segeberg**, ehrenamtliche Mitarbeiterin im ambulanten Hospizberatungsdienst seit 2006

„Mir geht es gut, noch bin ich gesund! Dass das nicht selbstverständlich ist, habe ich schon so oft erlebt. In der Hospizarbeit begleite ich Menschen, deren Lebensmöglichkeiten durch schwere Krankheit oder durch den nahenden Tod eingeengt sind. Durch diese Erkenntnis ist in mir ein



*Cornelia Segeberg*

Lebenshunger entstanden. Nicht irgendwann, sondern JETZT möchte ich alles ausprobieren und erleben. Manchmal macht das mein Leben anstrengend, immer aber erfüllt es mich! Heute frage ich mich „wofür brenne ich wirklich? Wofür möchte ich meine Kraft einsetzen?“

Diese Fragen helfen mir eine Auswahl zu treffen. So räume ich im Bestand meiner Lebensschätze auf, baue auch Vielfalt ab und trenne mich von Altem. Neues hat so immer wieder Platz in meinem Leben.“

---

**Werner Stöcker**, ehrenamtlicher Mitarbeiter im ambulanten Hospizberatungsdienst seit 2009

„Die Hospizarbeit, insbesondere die Begleitung gleichaltriger Menschen, hat einen Prozess des Nachdenkens bei mir in Gang gesetzt. Früher habe ich mich ausgebrems, wenn ich besondere Wünsche hatte. Ich habe mich gefragt „was sollen die Leute denken?“. Ich komme aus kleinen Verhältnissen, wo Sparsamkeit und Zurückhaltung angesagt war. Heute spüre ich aber: Es ist MEIN Leben! JETZT bin ich gesund. Ich weiß nicht, was die Zukunft bringt. Diese Erkenntnisse sind meine Befreiung. Heute gönne ich mir etwas und kann den Luxus, den ich mir gönne, auch genießen. Und ich habe heute deswegen keine Schuldgefühle mehr. Das macht mein Leben intensiver.“



*Werner Stöcker*

# Ehrenamt

## Frisch gebacken – einundzwanzig ehrenamtliche HospizlerInnen

21 TeilnehmerInnen ließen sich vom Herbst 2013 bis zum Frühjahr 2014 auf fröhliche, nachdenkliche und vor allem persönliche Begegnungen mit der Endlichkeit ein und schlossen die Befähigungskurse „stationäre, ehrenamtliche Hospizarbeit“ und „ambulante, ehrenamtliche Hospizarbeit“ erfolgreich ab.



*Ambulante HospizlerInnen*

Ein halbes Jahr galt es, wesentliche Fragen zu erforschten. Mit Hilfe von Geduld und Offenheit und viel Humor gelang es, mal ganz persönliche, mal allgemeine Antworten auf folgende Fragen zu finden:

Wie können wir sterbenden und Abschied nehmenden Menschen einfühlsam begegnen. Wie können wir hilfreich sein? Wie können wir persönlich an der Aufgabe wachsen und im Helfen Kraft und Freude gewinnen?



*Stationäre HospizlerInnen*

Der nächste Kurs für die „ambulante, ehrenamtliche Hospizarbeit“ startet mit zwei Informationsabenden am 26. August und am 14. Oktober 2014. Der nächste Kurs „stationäre, ehrenamtliche Hospizarbeit“ beginnt voraussichtlich in 2015.

## Veranstaltungen

### Vergebung am Lebensende

Lass die Sonne nicht untergehen –  
Vergebung am Lebensende

Schuld zu vergeben und das Herz von allen Vorwürfen und Anschuldigungen zu reinigen, das kann unendlich befreiend und doch schwer sein! Weder gute Vorsätze noch moralische Appelle führen zu der ersehnten Erlösung aus der Verstrickung mit dem Peiniger. Wieder und wieder quälen schmerzhaft Vorwürfe, Gedanken und Gefühle.

Und doch können wir auch eine durch Schuld belastete Beziehung wieder ins Licht führen, wie es die

Bibel in Epheser 4,26 sagt. In seinem Vortrag „Vergebung am Lebensende, Loslösung von Verstrickungen“ führte Volker Schmidt die Zuhörer an spirituelle Gedanken und Erfahrungen heran.

Vielleicht können wir etwas von Sterbenden lernen? Denn in der Begleitung von Sterbenden erleben wir oft, dass Vergebung schließlich gelingt. Dann hören wir Sätze, wie „... musste meine Mutter erst an ihr Lebensende kommen, damit ich ihr nah sein durfte?“ „Warum kann ich meinem Bruder erst jetzt vergeben?“...

Sterben ist eine Zeit der Wand-



*Volker Schmidt ist freiberuflicher Pastor, spiritueller Coach und Begründer der Werkstatt Spiritualität*

lung. Alles, was unser Leben ausgemacht hat, wird nach und nach verabschiedet. Dieser oft sehr traurige Prozess kann aber auch eine lichte Seite haben. Im Abschied tritt nämlich unser Ego zurück. Vieles was früher gezählt hat, wird unwichtig. Werte werden neu definiert. Auch „Schuld“ kann an Wichtigkeit verlieren. So gestimmt tritt unser eigentliches Wesen, welches nicht urteilt und umfassend und uneigennützig in Liebe ist, stärker in Erscheinung.

Spiritualität und Vergebung ist aber keine Erfahrung, die dem Lebensende vorbehalten ist. Beides kann Teil eines selbstverständlichen Alltags sein. Denn wenn auch unser fürsorgendes Ego uns schützt und gut durch das Leben bringt, so können wir bewusst egobefreite Zeiten und Räume anstreben. Möglichkeiten dafür finden wir in der Meditation, im Gebet oder in der Begleitung Sterbender und Angehöriger. Die Haltung, die es dafür braucht, ist die Haltung der Bescheidenheit. Sie drückt aus: „ich verzichte darauf zu wissen, wie die Welt ist oder wie ich bin. Ich erfahre mich und die Welt in jedem Augenblick neu. Dabei werte ich nicht und bin offen für die Besonderheit jeden Augenblicks.“

Das Thema des Vortrags lockte so viele Interessierte an, dass wir ihn

dreimal wiederholen. Zuletzt haben Interessierte am 18. Juni um 18:00 Uhr die Chance, den Vortrag zu hören. Eine Anmeldung ist erforderlich.

### **Schmerz im Dialog Islam und Philosophie**

Wer sich von Schmerzen erlöst, löst sich vom Leben – Schmerzen aus islamischer und philosophischer Sicht  
Große Nachfrage hatte der Vortrag „Schmerzen aus islamischer und philosophischer Sicht“ am 26.02.2014. Über 100 Menschen wollten sich anmelden. 64 fanden schließlich einen Platz. Dr. Razavi Rad, Mitbegründer des Instituts für Human- und Islamwissenschaften in Hamburg führte die Besucher in die islamische und philosophische Gedankenwelt ein. Allen, die aus Platzgründen diesen spannenden Vortrag nicht hören konnten, sei dieser Artikel gewidmet.

Schmerzen kommen nicht von Gott. Der erschaffende Gott liebt die Menschen und vermittelt, wie wir unsere Seele und Körper gesund erhalten können. Denn Menschen sind für die Vollkommenheit geschaffen.

Wenn unangenehme Schmerzen dennoch Teil des Lebens sind, dann sind sie im Grunde genommen etwas Positives. Schmerzen schützen und lassen uns Probleme erkennen. Sie regen dazu an, uns um unsere geistige,



*Großes Interesse beim Vortrag „Schmerzen aus islamischer und philosophischer Sicht“*

seelische und körperliche Gesundheit zu kümmern und uns als die Person zu entfalten, die Gott in seiner Vollkommenheit geschaffen hat. In diesem Sinne gehören Entwicklungsschritte und Schmerzen zusammen.

Doch Schmerzen hören nicht mit Gewinn einer neuen Erkenntnis auf, denn der Erkenntnisschmerz „ich habe falsch gelebt“ tut weh. Er drückt ein Bedauern über das Unvollkommene aus. So kann auch das Verlassen einer Erkenntnisstufe schmerzhaft sein.

Nur die Einsichten, Leben ist Schmerz und die Schlussfolgerung, wer sich von Schmerzen löst, löst sich

vom Leben, verhelfen dazu, im Einklang mit Schmerzen zu leben. Dann könne Schmerz als menschliche Qualität gesehen werden. Die Fragen, „warum bin ich ein Mensch?“, „warum habe ich Schmerzen?“ gehören also unmittelbar zusammen.

Schmerzen sollten also nicht reflexartig behandelt werden. Jeder materiellen, körperlichen Veränderung, wie manifeste Erkrankungen, geht zunächst die geistig, philosophische und danach eine seelische Veränderung voraus. So ist es zunächst geboten, den Menschen in seiner Ganzheit zu betrachten und ihn in seinem aktuellen Befinden wahr-

nehmen. Dann steigen Lebenslust und Freude und Gesundheit kann geschehen.

Es gibt Aspekte, die Schmerzen und Krankheit verschlimmern oder bessern. Hinderlich ist die Annahme der Mensch sei Gott (Selbstüberschätzung), falsche Eigenliebe, Einsamkeit, ein unrealistischer Lebensstil, Hoffnungslosigkeit, Gedanken an den Tod und die Linderung durch Schmerzmittel, wenn dies ohne Erforschung der Ursache geschieht.

Hilfreich sind hingegen der aktive Glaube, dass der Allmächtige alle Krankheiten heilen kann, die Betreuung durch geschulte, einfühlsame Menschen, ermutigende Besuche, insbesondere die, die zu mehr Spiritualität anregen, die Religion Islam, da sie geistige Kräfte des Patienten stärkt und durch Koranrezitationen und Bittgebete dem Menschen Hoffnung auf Heilung gibt und Beruhigung bringt. Auch Besucher, die freudige Momente ins Krankenzimmer bringen und die Vermittlung von Wissen, wie ein Weiterleben mit der Erkrankung bestmöglich gelingen kann, sind wichtig. Schließlich ist die Stärkung des Selbstvertrauens, insbesondere des Glaubens an seine eigenen Heilungskräfte von größter Bedeutung. Das Vertrauen in das Leben

ist eine wertvolle Selbsttherapie.

### **Ausstellungseröffnung „Vom Leben ins Leben“**

*Vom Leben ins Leben* heißt die Ausstellung von Paulina Archambault, einer Künstlerin aus München, die wir ins Hamburger Hospiz locken konnten.

Mittlerweile verbindet uns eine lange Tradition mit dieser Künstlerin. Vor 9 Jahren lernte ich Paulina Archambault bei einem Flohmarktbummel kennen. Dort, im bunten Durcheinander eines großen Tapeziertisches, lachten mich ihre Zeichnungen an. In den zarten, verletzlischen Werken entdeckte ich Stärke und Spiritualität.



*Streichholzbriefchen, gestaltet mit Motiven  
von Paulina Archambault*

Ich hatte spontan den Wunsch, die Werke dieser Künstlerin in unserer Hospizarbeit vorkommen zu lassen.

Es hat einige Jahre gedauert, bis wir Paulina Archambault kontaktierten und sie bat, Weihnachtsgeschenke für uns herzustellen. Damals gestaltete sie kleine Gemälde mit Königen und Königinnen, die nun schön gerahmt in über 50 Wohnzimmern stehen. Jahre später gestaltete Paulina Archambault T-Shirts für uns. Und seit März 2014 sind ihre Figuren auf unseren Streichholzbriefchen zu sehen.

“Vom Leben ins Leben“ zeigt 32 Bilder ganz anderer Art. Sind diese Bilder schön? Die BesucherInnen finden ihre ganz persönliche Ansicht darüber, denn Kunst ist bekanntlich so vielfältig wie die Personen, die sich

dieser Kunst nähern. Manche jedenfalls verlangten am Abend der Ausstellungseröffnung umgehend nach den gelben Kleberchen, die den Ankauf des Werkes besiegeln. Andere zögerten oder waren gar verschreckt. Paulina Archambaults Ausstellung ist der Vergänglichkeit im Unvergänglichen gewidmet. Ihre Bilder erzählen von sich wandelnden Menschen, die wachsen, reifen und vergehen. Im Vergehen endet aber ihr Leben nicht. Es steht von Neuem auf. So scheinen die kindlichen Gestalten ewig jung zu sein und doch ihr ganzes Leben in sich zu tragen. Persönliche Erfahrungen haben die Künstlerin zu ihrem Werk inspiriert.



*Paulina Archambault vor ihren Werken*

Der Ausstellungsort ist also nicht zufällig gewählt. Im Hamburger Hospiz im Helenenstift befinden sich Leben und Tod in einem ständigen Miteinander, sind Leben und Tod nicht durch „entweder oder“ getrennt. Den Tagen mehr Leben geben und nicht dem Leben mehr Tage – in diesem Sinne, lindern wir Leid auf allen Ebenen und unterstützen Selbstbestimmung und Lebensqualität. Dabei dürfen sich, genau wie in den Bildern, Zerbrochenes und Schmerzhaftes zeigen. In dieser Offenheit werden oft Lebenskraft, Kindheitsträume und Sehnsüchte in Erinnerung gerufen und neu belebt. So treffen Leichtigkeit, Freude und Glück auf Tiefe,

Trauer und Wut, und schließen einander nicht aus.



*Gäste bei der Vernissage der Ausstellung  
„Vom Leben ins Leben“*

Die Ausstellung kann werktags nach Anmeldung bis zum 21. Juni 2014 besichtigt werden.

## Wir danken

### Wir danken

Über 1000 Einzelspenden erreichen jährlich den Hamburger Hospiz e.V.

Es sind Angehörige, TeilnehmerInnen aus den Trauergruppen sowie Besucher unserer Veranstaltungen, die gerne etwas geben. Uns bedanken auch Stiftungen, die Bußgeldstelle und manches Mal ein Erblasser. Einnahmen kommen auch aus Benefizveranstaltungen, vom Sommerfest oder von Flohmarktständen, die ehrenamtliche Mitarbeiter organisieren.

So vielfältig wie die Förderer sind, so vielfältig sind auch die Spenden. Unter den Förderern sind manche dem Hamburger Hospiz e.V. besonders verbunden. Jahrelang lassen sie uns beispielsweise monatlich 5 € oder jährlich 5000 € zukommen. Eine solche treue Verbundenheit erleben wir als ganz großes Geschenk! Andere nutzen einen besonderen Anlass für ihre Spende, wie Geburtstage und Jubiläen. Auch erreichen uns viele Kranzspenden. Jede Spende ist

herzlich willkommen!

Mit dieser Unterstützung drücken die Hamburgerinnen und Hamburger ihre Wertschätzung und Anerkennung für die Arbeit im Hamburger Hospiz e.V. aus. Auch zeigt die Unterstützung, wie gut unsere Hospizarbeit in der Gesellschaft und der Nachbarschaft verankert ist. Auch die finanzielle Unterstützung ist Hospizarbeit! Denn ohne diese Zuwendungen wäre unsere Hospizarbeit nicht möglich. Damit wir unsere Arbeit erfolgreich fortsetzen können, benötigen wir Jahr für Jahr etwa 170.000€ an Spenden!

Wir bedanken uns sehr herzlich bei allen Förderern des Hamburger Hospiz e.V.! Heute stellen wir exemplarisch zwei Förderer vor.

### **Altoba**

#### **Tod und Trauer gehören zum Leben – und zum Wohnen – dazu**

Sehr herzlich danken wir der Stiftung altoba für ihre Spende über 500 €.

Die Altonaer Spar- und Bauverein eG (altoba) verfügt über starke nachbarschaftliche Netzwerke. Seit 2013 wird diese Form der Nachbarschaftshilfe durch professionelle Angebote des Hamburger Hospiz e.V. ergänzt. Die altoba und der Hamburger Hospiz e.V. bieten in Kooperation den Genossenschaftsmitgliedern, die von

Trauer betroffen sind an, sich in einer Gruppe zusammen zu finden. Außerdem können sich Mitglieder und Mieter rund um das Thema Sterben, Tod und Trauer vom Hamburger Hospiz beraten lassen und an Informationsveranstaltungen und Führungen durch das Hospiz teilnehmen.



*Angela Reschke und Kai Puhlmann mit  
Silke Kok von der Stiftung altoba*

Viele Genossenschaftsmitglieder wünschen sich, auch im Krankheitsfall und am Lebensende in der vertrauten Umgebung bleiben zu können. Wir freuen uns darauf, unsere Unterstützung im Bedarfsfall anbieten zu können.

### **Hamburger Ärzteorchester**

Eine besonders schöne Tradition sind die jährlich wiederkehrenden, stimmungsvollen Benefizkonzerte des Hamburger Ärzteorchesters zu Gunsten des stationären Hospizes, das Hamburger Hospiz im Helenen-

stift. Das diesjährige Neujahrskonzert war ausverkauft und hat einen Erlös von rund 6000 € eingebracht. Dazu beigetragen haben auch der großartige Chor der Eltern und Freunde des Albert-Schweitzer-Gymnasiums und der Verkauf von Selbstgebackenem, das die Pausenzeit versüßte. Mit ihrem treuen Engagement tragen die musikbegeisterten Ärzte dazu

bei, dass Leben, Sterben und Abschiednehmen im Hospiz nach den Wünschen der Betroffenen gestaltet werden kann und belastende Lebensumstände einfühlsam und individuell gelindert werden.

Wir freuen uns sehr, dass diese schöne Tradition weiterlebt, denn auch in 2015 wartet auf uns ein Neujahrskonzert des Ärztorchesters.



*Petra Brinkmann vom Hamburger Hospiz e.V. überreicht Blumen*

## Worte des Dankes an uns

„Dankbare Menschen sind wie fruchtbare Felder; sie geben das Empfangene zehnfach zurück.“

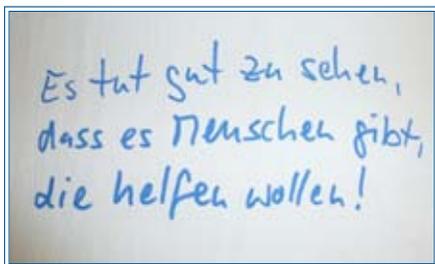
(August von Koetzebue)

In diesem Sinne bedanken wir uns für die vielen und anerkennenden Worte, die uns Kraft und Freude für die weitere Arbeit schenken!

### **Dank an die MitarbeiterInnen im stationären Hospiz**

„Liebes Pflorgeteam, wir sagen Danke!!! für die liebevolle Betreuung unserer Mutti-Omi-Uromi. Es war für uns sehr schön mitzuerleben, wie sie mit viel Liebe betreut worden ist. Auch wir fühlten uns gut aufgehoben.“

ben. Die einfühlsamen Worte, die liebevollen Gespräche und Zuwendungen brachten uns Trost und Geborgenheit. Wir wünschen Ihnen weiterhin ganz viel Kraft für Ihre Arbeit. Schön, dass es Sie gibt!”



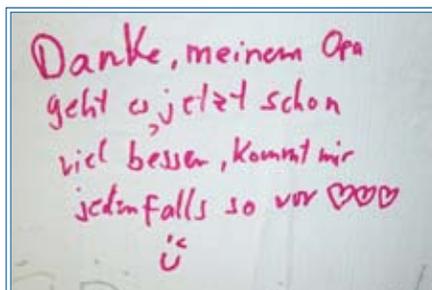
Dank auf der Litfaßsäule

### Dank aus der Trauerselbsthilfegruppe

Für mich war es eine große Überwindung eine Trauerselbsthilfegruppe zu besuchen! Heute weiß ich, wie sehr mir die Teilnahme an der Gruppe geholfen hat. Liebe Frau Gragert, herzlichen Dank dafür! In der Gruppe durfte ich mich geborgen fühlen und habe neuen Halt gefunden. Heute gehe ich Schritt für Schritt meinem neuen Leben entgegen. Auch wächst jetzt wieder etwas Kraft in mir. Ich bin wieder bei mir angekommen und kann mich endlich auch wieder Alltäglichem zuwenden. Dass das je wieder möglich wird, hätte ich vor der Teilnahme nicht mal denken können.

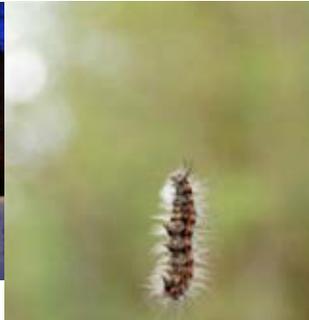
### Ein Dank an den ambulanten Hospizberatungsdienst

„Danke! Sie wissen ja gar nicht, wie sehr Sie uns geholfen haben. Als ich Sie anrief, waren wir völlig ratlos und verzweifelt. Ich selber wusste nicht wohin mit meiner Trauer und war am Ende meiner Kraft. Umgehend haben Sie uns den Kontakt zu einfühlsamen Ärzten und einem guten Pflegedienst vermittelt und dafür gesorgt, dass wir von zwei so lieben Menschen begleitet wurden. Die Gespräche mit Herrn M sind mir so wichtig gewesen! Auch meine Mutter hat die Besuche von Frau G so geschätzt! An dem Tag, als unsere Begleiter uns besuchten, fing unsere traurige Lebenssituation an, sich wieder ins Friedliche zu kehren. Bedanken möchte ich mich auch für das Anteil nehmende Beileidsschreiben. In Ihren Worten haben wir viel Trost gefunden! Nun darf ich noch einige abschließende Gespräche mit einem Begleiter führen. Auch das gibt mir viel Kraft und Halt.“



Dank auf der Litfaßsäule

# Impressionen



# Veranstaltungen

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

07.04.2014, ab 18:00	<a href="#">Fest</a> Frühlingsempfang
14.05.2014, 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> Wenn der Tod Geschwister trennt
25.05.2014, 11:00	<a href="#">Lesung und Lieder</a> Benefizveranstaltung im Allee Theater
18.06.2014, 18:00 - 20:00	<a href="#">Erkundungsvortrag</a> Vergebung am Lebensende
02.07.2014, 18:00 - 20:30	<a href="#">Vernissage</a> Wenn Engel ins Hospiz locken
05.07.2014, 10:00 - 16:30	<a href="#">Tagesseminar</a> Hamburger Ärzteorchester
09.07.2014, 16:00 - 18:00	<a href="#">Vortrag und Führung</a> Selbstbestimmt im Hospiz und in der Selbsthilfe (in Kooperation mit KISS)
26.08.2014, 17:00 - 20:00	<a href="#">Info-Abend</a> Ehrenamtliche ambulante Hospizarbeit
30.08.2014, 14:00 - 18:00	<a href="#">Fest</a> Sommerfest im „Helenenviertel“
02.09.2014, 18:00 - 19:30	<a href="#">Info-Abend</a> Moderierte Trauerselbsthilfegruppe (in Kooperation mit altoba)
24.09.2014, 18:00 - 20:00	<a href="#">Vortrag</a> Schmerz gepflegt behandeln
12.10.2014, ab 10:00	<a href="#">Tag der offenen Tür</a> Vernissage <i>Ernte Dank</i> , Führungen, Vorträge, Informationen
14.10.2014, 17:00 - 20:00	<a href="#">Info-Abend</a> Ehrenamtliche ambulante Hospizarbeit
15.10.2014, 14:00, 15:00 und 16:00	<a href="#">Kurzvorträge, Informationen und Beratungen</a> Kontaktbörse Selbsthilfe