

# Infobrief

NR. 38 · JULI 2022

Aus der Arbeit des  
Ambulanten Hospizdienstes



## Die Kraft der **Zuversicht**

SEITE 3

Ambulanter  
Hospizdienst  
Herne



DIE  
ZEITSCHENKER.

## INHALT

- 2 **VORWORT**
- 3 **TITELTHEMA**  
Die Kraft der Zuversicht
- 4 25 Jahre Ambulanter Hospizdienst –  
Für Lebensqualität in der letzten  
Lebensphase
- 7 Was mir mein Ehrenamt bedeutet
- 8 Kreativgruppe mit Rekorderlös
- 9 Ehrenamtliche interviewen  
Ehrenamtliche: Wir sind geschützt  
und autonom zugleich
- 11 Jubiläumsgottesdienst
- 12 Trauerparcours:  
Auf der Suche nach Halt
- 13 Verhaltenskodex für  
Kommunikation im Netz
- 14 Bilderbogen:  
Geburtstagsfeier zum  
25-jährigen Bestehen
- 16 Demenz im Alltag erleben
- 17 Neue Themen für das Ehrenamt
- 18 Wohlfühltipps: Fußbäder
- 19 Termine im 2. Halbjahr 2022

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Ambulanter Hospizdienst Herne  
Bahnhofstraße 137, 44623 Herne  
Tel.: 02323 - 988 29 0  
E-Mail: info@hospizdienst-herne.de

### Redaktion / Textbeiträge:

Birgit Kopp, Gabriele Riddermann, Christa Schodl,  
Ulrich Wittkämper (ehrenamtliche Mitarbei-  
ter\*innen), Karin Leutbecher, Karola Rehrmann,  
Anja Schröder (Koordinatorinnen)

### Gestaltung, Texte, Lektorat:

BODESIGN Jan Scheibeck  
Susanne Schübel, JournalistenBüro Herne

### Fotos:

Adobe Stock, Ambulanter Hospizdienst, Canva  
Pro, Stefan Kuhn, Karin Leutbecher, Anja Schröder,  
Arne Pöhnert

*Liebe Förderinnen und Förderer  
der ambulanten Hospizarbeit in Herne,*



„Die Kraft der Zuversicht“ - so heißen in der Tat (ich habe es gegoogelt) verschiedene „Lebenshilfe-Bücher“, womit bewiesen wäre, welch hohen Rang die Zuversicht genießt.

Ähnliches gilt für Achtsamkeit, Annahme oder Optimismus; wir spüren die positive Kraft dieser Worte, wenn wir sie schreiben oder lesen, sie stärken unsere innere Haltung!

Und gerade diese Haltung brauchen wir im Ambulanten Hospizdienst, wenn wir Menschen in der letzten Lebensphase begegnen; denn gerade den bedrückenden und schweren Themen des Lebens wollen wir etwas Leichtes und Unverkramptes entgegensetzen.

Zuversicht und Hoffnung, also ein positiver Blick nach vorn, mögen uns dabei leiten!

Das wünscht Ihnen

**Pfarrer Frank Obenlüneschloß**

Vorsitzender des Fördervereins  
Palliativstation im EVK Herne und  
Ambulanter Hospizdienst e.V.

WENN DAS, WAS MAN TUT, EINEN WERT HAT

## Die Kraft der Zuversicht



*„Auch wenn ich wüsste, dass morgen die  
Welt untergeht, würde ich heute noch einen  
Apfelbaum pflanzen.“*

MARTIN LUTHER

Dass der Ambulante Hospizdienst Herne 2022 nach den Herausforderungen der Corona-Zeit sein 25-jähriges Bestehen würde feiern können, ist keine Selbstverständlichkeit. Die Gewissheit, Gutes zu bewahren und für die nächste Generation sorgen zu wollen, hat uns die Kraft geschenkt, unseren Weg Schritt für Schritt weiterzugehen.

*„Zuversicht kommt (...) aus der Überzeugung,  
dass das, was man tut, einen Wert hat.“*

ULRICH SCHNABEL, DIE ZEIT

Der Glaube an die gute Idee, an eine tragfähige Gemeinschaft von Haupt- und Ehrenamtlichen und die Weiterentwicklung des Dienstes ist auch in Zeiten der Kontaktbeschränkungen wirksam gewesen. Obwohl wir phasenweise weniger angefragt wurden, so haben wir gemeinsam die Zeit genutzt, um Themen aufzugreifen und zu bearbeiten. Ganz oben stand für uns die Herausforderung der Digitalisierung mit all ihren Facetten, die heute in der AG Digitales

gebündelt wird. Aber auch gesellschafts-  
politische Fragen nach dem „Ärztlich as-  
sistierten Suizid“ haben uns beschäftigt.

In diesen so bewegten und unsicheren Zeiten das Jubiläum zum 25-jährigen Bestehen des Ambulanten Hospizdienstes Herne zu begehen und angemessen zu feiern, bedeutete für uns eine besondere Herausforderung.

Mit dem Vertrauen, dass es gut und wichtig ist, Menschen am Lebensende beizustehen, werden wir unsere Arbeit voller Zuversicht und Hoffnung weiter tun. Dass wir uns immer gut mit anderen Hospizdiensten vernetzt haben, wird uns dabei helfen, genau wie unsere Mitarbeit im Hospiz- und Palliativverband, die aktive Mitwirkung in Gremien und die intensive Netzwerkarbeit vor Ort. Jedes Jahr werden wir einen neuen Vorbereitungskurs für Ehrenamtliche stattfinden lassen. Das Kommen und Gehen im Ehrenamt sehen wir als Qualitätskriterium und blicken stolz auf den sich an-  
deutenden Generationenwechsel.

**Karin Leutbecher**  
Koordinatorin



Walk & Talk im Schlosspark Strünkede: Regelmäßig treffen sich die Zeitschenker\*innen des Hospizdienstes zum inhaltlichen Austausch, bei dem auch der Spaß nie zu kurz kommt.

## 25 JAHRE AMBULANTER HOSPIZDIENST HERNE Für Lebensqualität in der letzten Lebensphase

Seit 1997 gibt es den Ambulanten Hospizdienst Herne. Neben der ganzheitlichen Begleitung Schwerstkranker und ihrer Angehörigen am Ende des Lebens, gehört Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit zu seinen Aufgaben. Deshalb haben wir an dieser Stelle noch einmal zentrale Fragen beantwortet, die bei Erstkontakten und Beratungsgesprächen immer wieder gestellt werden.

### Wie funktioniert der Ambulante Hospizdienst heute?

Um Menschen am Lebensende in ihrer häuslichen Umgebung begleiten zu können, bedarf es mehrerer Komponenten. Drei hauptamtliche Koordinatorinnen ste-

hen als kontinuierliche Ansprechpartnerinnen zur Verfügung. Sie beraten die Hilfesuchenden, die Erkrankten und deren soziales Umfeld. Sie verantworten auch den Einsatz von Ehrenamtlichen, die nach den Kriterien des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes (DHPV) geschult wurden. Parallel dazu hat sich bei den Koordinatorinnen jeweils ein persönlicher Schwerpunkt herausgebildet: Bei der Diplom-Sozialarbeiterin Karin Leutbecher ist es die Netzwerk- und Gremienarbeit. Die Seelsorgerin Karola Rehrmann ist zertifizierte Trauerbegleiterin. Anja Schröder betreut als Fachaltpflegerin für gerontopsychiatrische Pflege, den Schwerpunkt „Demenz am Ende des Lebens“. Ein Ambulanter Hospizdienst

braucht neben diesen Faktoren eine gute Einbettung ins Gemeinwesen, eine moderne und zielgerichtete Öffentlichkeitsarbeit und einen ansprechend ausgestatteten Ort als Anlaufstelle für Ehrenamtliche und Hilfesuchende.

### Welche Aufgaben übernehmen die Ehrenamtlichen?

Die Ehrenamtlichen schenken ihre Zeit und Aufmerksamkeit. Deshalb nennen wir sie auch Zeitschenkerinnen und Zeitschenker. Sie sind einfach da und begleiten so die Erkrankten und ihre Angehörigen in der letzten Lebenszeit. Das dauert manchmal nur wenige Stunden, oft aber auch Wochen und Monate. Wenn die Begleitung – meist durch den Tod der erkrankten Person – endet, bekommen sie eine „Auszeit“. Das bedeutet: Sie nehmen sich Zeit zum Abschiednehmen, Abgrenzen und Kraft schöpfen. Gemeinsam wird dann entschieden, wann die nächste Begleitung beginnen kann und sollte. Die Fürsorge oder Psychohygiene für unsere Ehrenamtlichen genießt beim Hospizdienst einen sehr hohen Stellenwert. Die Zeitschenker\*innen erhalten Fortbildungs- und Supervisionsangebote, aber auch regelmäßige Reflexionstreffen und gesellige Angebote.

### Wie finanziert sich die Arbeit?

Als Ambulanter Hospizdienst werden wir nach § 39a (2) SGB 5 finanziert. Es handelt sich um eine Förderung durch die Krankenkassen, die in Abhängigkeit von geleisteten Sterbebegleitungen und von der Zahl der qualifizierten Ehrenamtlichen einmal pro Jahr ausgeschüttet wird. Kosten, die darüber hinaus gehen, werden durch den Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst e.V. aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen übernommen. In unserem Fall gibt es zusätzlich noch eine

### Hier bin ich richtig

„Gut vorbereitet und informiert durch die Koordinatorinnen komme ich zum ersten Hausbesuch und erlebe früh, wie herzlich und willkommen die Begrüßung ist. Das anschließende Gespräch verläuft mit zunehmender Offenheit und Vertrautheit. Schon nach der ersten Begegnung sagt mir mein Gefühl, hier bin ich richtig. Die Entscheidung der Hauptamtlichen, mich als Ehrenamtlichen für diese Begleitung auszuwählen und anzusprechen, hat – mal wieder – gleich gepasst.“



### Ulli Wittkämper,

Zeitschenker, über die ersten Momente einer neuen Begegnung

Kooperation mit dem Förderverein Lukas Hospiz, der nicht förderfähige Kosten aus den Bereichen Demenz, Trauer und Öffentlichkeitsarbeit übernimmt. Die Anerkennung zur Förderung ist abhängig von äußeren, strukturellen und konzeptionellen Erfordernissen. Eine Grundvoraussetzung ist, dass mindestens 15 Ehrenamtliche vorhanden sind und die Koordinationskraft bestimmte Qualifizierungsanforderungen erfüllt, um neben Leitungsaufgaben auch Fachberatung leisten zu können.

### Sind die Angebote Ambulanter Hospizdienste überall vergleichbar?

In ganz Deutschland gibt es rund 1.500 Hospizdienste, davon 250 in NRW. Alle Ambulanten Hospizdienste, die nach § 39a (2) SGB 5 gefördert werden, arbeiten

ähnlich wie der Ambulante Hospizdienst in Herne. Hauptamtliche Koordinator\*innen, die vorrangig aus Pflege- und Sozialberufen kommen und feste Qualifizierungsbedingungen erfüllen müssen, stellen gemeinsam mit geschulten Ehrenamtlichen die Sterbebegleitung in ihrer Region sicher.

Zudem müssen die Dienste eine umfassende Palliativ-Beratung leisten und in einem Netzwerk mit anderen Versorgern im Palliativbereich verbunden sein.

### Wer unterstützt den Hospizdienst?

Träger des Ambulanten Hospizdienstes Herne ist der Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst e.V. Dieser ist für die finanzielle Absicherung verantwortlich und auch für die inhaltliche Unterstützung zuständig.

Darüberhinaus gibt es zahlreiche Unterstützer\*innen im Palliativ-Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel e.V. Auf sozialpolitischer Ebene erhalten wir Rückhalt durch Alpha, die Ansprechstellen im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung. Außerdem sind wir Mitglied zum Beispiel im Deutschen Hospiz- und Palliativverband (DHPV), in der Diakonie Rheinland Westfalen Lippe (RWL) und der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP).

### Wer sind unsere Kooperationspartner?

Der Ambulante Hospizdienst Herne hat mit der Diakonie, der Caritas, dem Pflegedienst der St. Elisabethgruppe, den beiden großen Krankenhausträgern, dem Förderverein Lukas-Hospiz e.V. und dem Deutschen Roten Kreuz DRK in Herne Kooperationsvereinbarungen geschlossen.

### Warum braucht der Hospizdienst jedes Jahr neue Zeitschenker\*innen?

Für die Begleitungen ist das Allerwichtigste, herauszufinden, was die erkrankten Menschen und ihre Angehörigen brauchen und wer zu ihnen passt. So bunt und vielfältig wie die von uns begleiteten Menschen sind, so sind dies auch unsere Ehrenamtlichen. Aus diesem Grunde ist es gut, wenn wir als Koordinatorinnen Auswahl haben. Hinzu kommt, dass jede Zeitschenkerin und jeder Zeitschenker normalerweise nur jeweils eine Begleitung übernimmt. Solange diese andauert, stehen sie nicht für andere Begleitungen zur Verfügung. Nach einer intensiven Begleitung brauchen die Ehrenamtlichen eine Pause. Deshalb stehen nie alle 60 Ehrenamtlichen gleichzeitig zur Verfügung. Ein weiterer Aspekt ist die Fluktuation im Ehrenamt, wenn sich die persönlichen Rahmenbedingungen verändern. Aufgabe der Koordinatorinnen ist es, diese Lücken zu schließen und den sich abzeichnenden Generationenwechsel sorgsam zu begleiten.

### Wie finden Zeitschenker\*innen und Begleitungen zueinander?

Im ersten Gespräch fragen die Koordinatorinnen viele Rahmenbedingungen, Wünsche und Erwartungen ab. Dazu kommt noch eine große Menge Bauchgefühl, wer dazu passen könnte. Nach dem Kennenlerngespräch sucht die zuständige Koordinatorin immer auch noch den Austausch mit mindestens einer Kollegin. Häufig stimmen sie in ihrer Einschätzung überein. Dabei wird immer wieder deutlich, wie hilfreich es ist, dass der Hospizdienst die Vorbereitungskurse größtenteils selber gestaltet. In dieser intensiven Kursphase lernen sich alle Beteiligten gut kennen.

Karin Leutbecher, Koordinatorin

## WAS MIR MEIN EHRENAMT BEDEUTET Wir schenken nicht nur, wir werden auch beschenkt



Was bedeutet es eigentlich, Zeitschenkerin zu sein? Das wird Gabriele Riddermann (Bildmitte) häufig gefragt, seit sie 2017 am Qualifizierungskurs „Leben bis zuletzt“ teilnahm. So lautet ihre Antwort:

Zeitschenkerin zu sein ist in erster Linie ein klassisches Ehrenamt in der Sterbebegleitung. Ich begleite Menschen, die schwer erkrankt sind, Sterbende, von Demenz Betroffene und deren Familien in dieser Phase des Lebens.

Das Wertvollste, was wir als Menschen geben können, ist Zeit und somit mehr Lebensqualität für alle, die unserer Hilfe und Unterstützung bedürfen. Es ist ein wunderbares Geschenk für uns Ehrenamtliche, erfahren zu dürfen, dass wir nicht nur Schenkende, sondern auch Beschenkte sind durch die einzigartigen Menschen, die wir begleiten. Jede Begleitung öffnet den Blick für Perspektiven und Einsichten, an

der Lebenswelt und an den Erfahrungen eines anderen Menschen teilhaben zu dürfen, auch an ihren Träumen, Hoffnungen und Visionen, an ihren letzten Wünschen und Ängsten, an allem, was sie bewegt und ausgesprochen haben möchten. Wir möchten die uns Anvertrauten so begleiten, dass sie sich mit uns wohl fühlen, uns vertrauen können und durch die Zeit, die wir mit ihnen verbringen, bereichert werden.

Wir als Zeitschenker haben aber auch die Chance, den Hospizgedanken weiterzutragen. Da gibt es viel zu tun! Jeder Einzelne von uns kann durch die Vielfalt der Möglichkeiten etwas finden, um diesen Gedanken der Hospizidee anderen näher zu bringen, sei es im Freundeskreis, in der Familie, in sozialen Netzwerken oder auf eigenen Kanälen, durch das Auslegen oder der Weitergabe von Informationsmaterial. Der zwei Mal pro Jahr erscheinende Infobrief des Hospizdienstes gibt einen reichen Ein-

blick in unsere Aufgabe, durch Interviews mit Ehrenamtlichen oder über Details der Arbeit des Hospizdienstes, vergangenen Aktionen und Veranstaltungen, aber auch die Vorschau auf Kommendes. Vier Ehrenamtliche engagieren sich im Redaktionsteam. Sie tragen Ideen und Gedanken zur Erstellung der Themen bei, führen Interviews und schreiben selbst Texte.

Darüber hinaus gibt es Arbeitsgemeinschaften wie die Kreativgruppe, die u.a. unseren

Weihnachtsmarktstand vielfältig ausstattet und uns in der Öffentlichkeit bekannt macht, und die AG Digitales, die Ehrenamtlichen bei Computerproblemen weiterhilft. Nicht vergessen möchte ich die „Kleinigkeiten“, bei denen die Ehrenamtlichen die Koordinatorinnen in ihren Aufgaben entlasten, und die auch ein Beitrag sind, dass Hospizarbeit gelingt. Dazu gehört zum Beispiel das „Eintüten“ von Infomaterial, das Schreiben von Adressen oder die Übernahme von handwerklichen Tätigkeiten.



## Rekorderlös im Jubiläumsjahr

Mit einer Summe von 2.800 Euro unterstützte die Kreativgruppe des Ambulanten Hospizdienstes und der Palliativstation im EvK Herne im Jubiläumsjahr die Arbeit der ehrenamtlichen Zeitschenker\*innen zuhause, in Heimen oder im Krankenhaus. Das Geld kam durch Verkäufe von selbstgemachten Leckereien, Bastel- und Nährarbeiten im Corona-Jahr 2021 zusammen. Den Scheck überreichten (von links) Karin Moczarski und Annegret

Müller von der Kreativgruppe an die Koordinatorin Anja Schröder und Pfarrer Frank Obenlüneschloß. „Wir bedanken uns bei den Kreativen für ihren großen persönlichen Einsatz in dieser herausfordernden Zeit“, sagte der Vorsitzende des Fördervereins „Das ist nicht selbstverständlich.“ Der Hospizdienst nutzt die Spende, um u.a. Übernachtungskosten für das nächste Zeitschenker\*innen-Wochenende zu finanzieren.



## EHRENAMTLICHE BEFRAGEN EHRENAMTLICHE Unter einem Dach: beschützt und autonom zugleich

Was bedeutet es für die Zeitschenkerinnen und Zeitschenker des Ambulanten Hospizdienstes, zusammen mit 60 Gleichgesinnten ein Teil der großen Hospizbewegung zu sein? Diese Frage stellten die ehrenamtlichen Infobrief-Mitwirkenden Birgit Kopp, Gabriele Riddermann, Christa Schodl und Ulli Wittkämper vier Ehrenamtlichen stellvertretend für alle.

mit Maske und Abstand, haben wir sehr viel gelernt. Ich bekomme mehr zurück als ich geben kann. Da sich aus unserer Gruppe sieben Ehrenamtliche für das Ehrenamt entschieden haben, werden wir die Corona Zwerge genannt. Durch die Qualifizierung haben wir uns gut kennen- und schätzen-gelernt. Was uns verbindet, ist das Thema, das uns schon vorher interessiert hat.

### Das antwortete Susanne von Bronk (Foto) auf die Frage von Birgit Kopp:



„Ich freue mich dabei zu sein, das Ehrenamt gibt mir ein beglückendes Gefühl. Ich begleite eine alte Dame im Altenheim, die sich riesig über meine Besuche freut. Bei der gemeinsamen Ausbildung, die ich hochqualifiziert fand, habe ich interessante und herzliche Menschen kennengelernt. Auch wenn die Ausbildung durch Corona sehr schwierig zu bewältigen war,

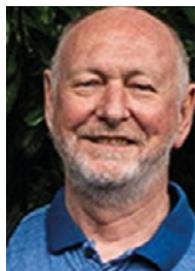
Wenn Menschen das gemeinsame Ziel haben, Sterbende auf ihrem Weg zu begleiten, fördert dieses Ziel das Interesse aneinander. Es entstehen gute, gehaltvolle Gespräche, die wiederum die freundschaftliche Beziehung untereinander fördern. Durch die hauptamtlichen Koordinatorinnen können wir sehr viel lernen - nicht nur über die Arbeit mit älteren und sterbenden Menschen, sondern auch für das Leben allgemein. Die Koordinatorinnen sind unglaublich, man kann sie gar nicht genug loben. Jede und jeder Ehrenamtliche freut sich immer wieder neu auf die vielfältigen, interessanten Begegnungen.“

**Carmen Holtkamp (Foto) stand Gabriele Riddermann Rede und Antwort:**



„Es macht mich froh, Teil der Hospizbewegung zu sein, denn ich bin nicht nur Zeitschenkerin, sondern gleichzeitig auch Beschenkte. Wir alle haben ein gemeinsames Ziel - für Andere da zu

sein, in der Begleitung, aber auch untereinander. Wir alle sind bemüht, das Beste zu geben für den Einzelnen, aber auch für die Gemeinschaft. Bedingt durch Corona kam es vermehrt zu digitalen Treffen mit anderen, dadurch habe ich noch mir unbekannte Ehrenamtliche kennengelernt. Mein Gefühl war: Auch wenn ich nicht jede und jeden kenne, so bin ich doch Teil einer authentischen Welt - wie in einer großen Familie. Wir alle blicken in einen gemeinsamen Spiegel und entwickeln ein Gespür für den anderen. Dadurch empfinde ich meine Aufgaben als Zeitschenkerin auch nicht als Arbeit. Durch die Wertschätzung, die uns die Koordinatorinnen entgegenbringen, das Verständnis für persönliche Situationen, die Vielfältigkeit der Angebote, uns weiterzubilden, und das „Immer für uns da sein“, fühle ich mich bei ihnen gut aufgehoben. Wir wissen: Alle sind unter einem Dach - geschützt -, aber auch autonom in unserem Tun.“



**Die Fragen an Georg Wehowski (Bild) stellte Christa Schodl:**

„Ich fühle mich durch die Hospizarbeit und die daraus resultierenden Begleitungen mit dem Dienst und den Zeitschenkern verbun-

den. Bei der Begleitung der Menschen in der letzten Lebensphase erlebe ich eine tiefe Dankbarkeit und Zufriedenheit. Das Zusammenwirken von Haupt- und Ehrenamt erlebe ich in den Sitzungen der Reflexionsgruppen. Der Austausch mit den Koordinatorinnen und den anderen Ehrenamtlichen ist interessant und hilfreich. Hier schöpfe ich immer wieder Kraft für meine Begleitungen. Diese Treffen verbinden.“

**Das Interview mit Ulrike Szebrowski (Foto) führte Ulli Wittkämper:**



„Ich freue mich, dabei zu sein, und nehme mir gerne die Zeit für diese wichtige Aufgabe. Die Haltung, sich gemeinsam in der Begleitung ganzheitlich für die Würde und Unverletzlichkeit des Menschen

und seiner Selbstbestimmung zu engagieren, verbindet einander. Den Gesichtspunkt, mit meiner Tätigkeit ein Teil einer großen Bewegung zu sein, habe ich so noch nicht gesehen. Als verbindendes Element fällt mir zuerst der Vorbereitungskurs ein, der schon 17 Jahre zurückliegt. Er bot mir die Möglichkeit, in der Gruppe mit Gleichgesinnten die Lerninhalte zu reflektieren. In meiner Berufsausbildung hatte ich mehr über den Tod erfahren, der Kurs erweiterte nun meine Sicht und Einstellung zum/über das Sterben. Ich war von allem so gefesselt, dass ich als Zeitschenkerin auf jeden Fall weitermachen wollte, und ich freue mich sehr, dass ich aus meinem beruflichen Umfeld eine Kollegin für einen Vorbereitungskurs gewinnen konnte. Für die Themen und Erfahrungen, die ich im Rückblick aus jeder Begleitung mitnehmen darf, bin ich sehr dankbar. Es berührt mich immer wieder zu erleben, wie

unterschiedlich Menschen aus dem Leben scheiden können. Meine Erfahrung ist, dass viele im Moment des Sterbens alleine sein wollen. In der Praxis erlebe ich das Zusammenwirken mit den Koordinatorinnen wesentlich und hilfreich. Als Zeitschenkerin bin ich zur Vertraulichkeit verpflichtet. Ich nutze deshalb auch gern das Angebot zur Supervision. Ich muss meine Erlebnis-

se nicht mit mir allein ausmachen. Eine wunderbare Hilfe bei der eigenen Verarbeitung und dem Abschiednehmen am Ende einer Begleitung ist das Gedenkbuch, das der Dienst für seine Zeitschenker bereithält. Ich nutze Stift und Papier regelmäßig zum Innehalten und frische gerne beim Durchblättern so manche Erinnerung von früher auf.“



**MIT EINEM MUTMACHENDEN GOTTESDIENST IN DER KREUZKIRCHE** und einem Empfang im Ludwig-Steil-Forum begann im März das Jubiläumsjahr zum 30-jährigen Bestehen der Palliativstation im EvK Herne und zum 25-jährigen Bestehen des Ambulanten Hospizdienstes. Darf man in Zeiten wie diesen ein Jubiläum überhaupt feiern? Kann Freude aufkommen angesichts der Corona-Toten und des russischen Angriffs auf die Ukraine? Diesen Fragen widmete sich die Seelsorgerin und Koordinatorin Karola Rehrmann in ihrer Predigt. Ihre Antwort lautete Ja, denn palliative und hospizliche Versorgung sei ein Bekenntnis zu einem würdevollen Leben bis zuletzt. Dazu zitierte sie den Text „Die Heilung am Sabbat“ aus dem Markusevangelium des neuen Testaments, den die Koordinatorin Karin Leutbecher in einer Lesung vorgetragen hatte. Mit Fürbitten trat u.a. die Koordinatorin Anja Schröder vor den Altar. Sie bat um Schutz und Gottes Segen für die Schwerkranken, ihre Angehörigen, die Mitarbeitenden und nicht zuletzt für die ehrenamtlichen Zeitschenker\*innen die die Menschen am Ende ihrer Lebenszeit ambulant, im Heim oder auf der Palliativstation des EvK Herne liebevoll begleiten.

## Auf der Suche nach Halt



Tief beeindruckt waren die Mitglieder des ökumenischen Trauernetzwerkes von einem Besuch auf dem Friedhof der Evangelischen Noah-Kirchengemeinde in Dortmund im Jahr 2021.

Mit viel Engagement und Begeisterung erzählte dort eine Mitarbeiterin des Friedhofamtes von der Idee eines Trauerparcours und dessen Umsetzung. Gemeinsam diesen Parcours zu durchlaufen und sich so der unterschiedlichen Gefühle in der Trauer bewusst zu werden und diese nachzuempfinden, hat die Besucherinnen-gruppe nicht nur äußerlich und innerlich bewegt, sondern auch inspiriert.

Die Idee, den jährlich stattfindenden Trauernetzwerkgottesdienst im Jahr 2022 mit Stationen der Trauer zu gestalten, war schnell geboren. So wurden am 27. März in der Matthäuskirche neun Stationen aufgebaut, die sich am vielschichtigen Erleben von Trauer orientieren.

In kleinen, geführten Gruppen bewegten sich die Anwesenden bei leiser Musik durch den Raum, durchliefen so die Stationen, lasen die einfühlsamen Texte laut

oder leise, konnten Wut herauslassen, erlebten Gleichgewichtsverlust, das Suchen nach Halt und vieles mehr. Auch das Auf und Ab in der Trauer konnte nachempfunden werden, genauso wie das Gefühlschaos und der Wunsch nach Rückzug. Der Trauerparcours endete mit einem Blick auf Kreuz, Osterkerze und Blumen in der Hoffnung auf Neuorientierung und Akzeptanz. Für die Trauernden war der Weg durch die Stationen mit vielen Emotionen verbunden. In der besonderen Atmosphäre konnten sie unterschiedliche Gefühle zulassen und erlebten Verständnis für ihre jeweiligen Reaktionen. Auch der anschließende Austausch beim Erzählen von Erlebtem war offen, ehrlich und damit auch hilfreich und ermutigend. „Den Parcours werden wir auf jeden Fall häufiger aufbauen“. Da waren die Mitarbeitenden des Trauernetzwerks sich schnell einig. Die vielen positiven Rückmeldungen ermutigten sie, Trauernde mit Hilfe des Parcours ein Stück ihres Weges zu begleiten.

**Karola Rehrmann**  
Koordinatorin

## Verhaltenskodex für Kommunikation im Netz



Schwerstkranke und sterbende Menschen aus der Ferne digital zu begleiten - das war früher fast undenkbar. In der Corona-Pandemie jedoch ging der Ambulante Hospizdienst Herne mit Hilfe technischer Möglichkeiten neue Wege der Begleitung. Nicht nur die Beherrschung der neuen Technik stand dabei im Vordergrund, auch über das Kommunikationsverhalten im Internet machten sich die Ehrenamtlichen viele Gedanken. In der AG Digitales entstand ein in dieser Form einzigartiger „Verhaltenskodex für digitale Kommunikation im Ambulanten Hospizdienst Herne“.

Darin weisen die Autorinnen die Ehrenamtlichen auf ihre Botschafterfunktion für den Hospizdienst hin. In der Präambel heißt es: „In digitalen Kontakten vertreten wir nach außen den Ambulanten Hospizdienst Herne in seinen Ansprüchen, seiner Wichtigkeit, seiner Ernsthaftigkeit und seiner Zielsetzung. Das Bild von Ehrenamtlichen, das der Öffentlichkeit vermittelt wird, wird wahrgenommen und eingeordnet und ist somit von großer

Bedeutung“. Die nachfolgende Auflistung erklärt in neun Punkten, wie Zeitschenker\*innen digitale Kommunikation gelingen lassen können: Die Stichworte reichen von der Absprache über Datenschutz, den digitalen Fußabdruck und Privatsphäre bis hin zum Zeitnehmen. „Auf der anderen Seite des Bildschirms sitzt immer ein Mensch mit all seinen Gefühlen“, heißt es gleich zu Anfang. Die Autorinnen warnen davor, zu viel Privates preiszugeben (keine Bügelwäsche), sie empfehlen alltagstaugliche Kleidung (kein Schlabberlook) und raten dazu, sich für das Treffen Zeit zu nehmen (keine Ablenkung).

In einem Video-Interview, eingeleitet von der Hospizdienst-Koordinatorin Karola Rehrmann, tauschen sich die Zeitschenkerinnen Gabriele Riddermann (74) und Sarah von Schledorn (32) aus der AG Digitales über die Entstehung des Verhaltenskodex aus. Zu sehen ist der Film im eigenen YouTube-Kanal des Hospizdienstes, der bereits Anfang 2020 eingerichtet wurde.



## 25 JAHRE AMBULANTER HOSPIZDIENST HERNE Einfach ein toller Dienst!



Der Ambulante Hospizdienst Herne rief und viele, viele kamen: Mit rund 80 ehemaligen und aktiven Zeitschenkerinnen und Zeitschenkern wurde Mitte Mai das 25-jährige Bestehen mit Currywurst, Pommes und Salatbar gefeiert. Auf dem Gelände der Geschäftsstelle an der Bahnhofstraße herrschte bei strahlendem Sonnenschein beste Feierlaune.

Rund 400 Frauen und Männer haben in den vergangenen 25 Jahren am Einführungskurs „Ambulante Sterbebegleitung“ des Hospizdienstes teilgenommen, mehr als ein Drittel von ihnen war anschließend bereit, sich im Ehrenamt weiter zu engagieren. Im Sommer 2022 zählt die „Zeitschenker-Familie“ rund 60 Ehrenamtliche, die bereit sind, die Begleitung Schwerstkranker in Herne und Wanne-Eickel zu übernehmen. In Grußworten dankten Pfarrer Frank Obenlüneschloß und Pfarrer Walter Tschirch, der amtierende und der ehemalige Fördervereinsvorsitzende, den Haupt- und Ehrenamtlichen für ihre Bereitschaft, Men-

## DAS GROßE FEST DER WIEDERSEHENSFREUDE Danke für Euer Engagement!



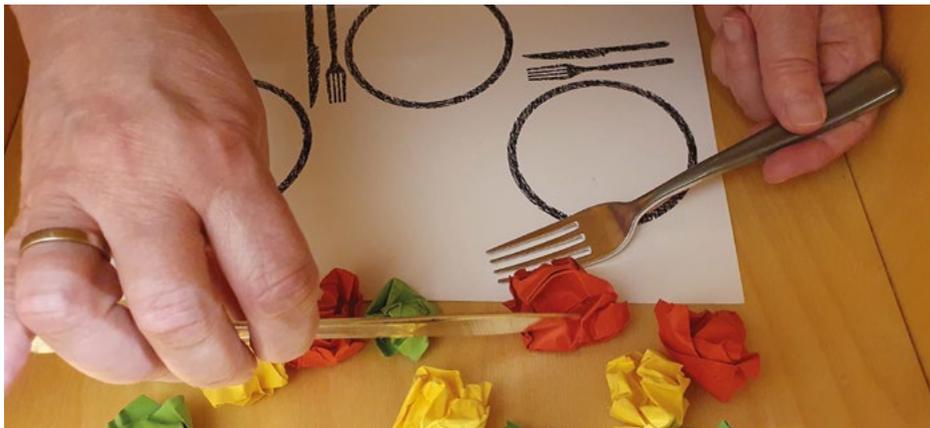
schen am Ende ihres Lebens Zeit zu schenken, für ihre Lust am Lernen, für ihr Mitgefühl, ihre Sorgfalt und ihre Kreativität. „Ihr seid einfach ein toller Dienst!“

Im Zeichen des Lebensbaumes gab es an diesem schönen Abend überall etwas zu tun oder zu schauen: Nach Lust und Laune konnten sich die Zeitschenker\*innen in einem Videostudio interviewen lassen. Ein Garagenkino zeigte Schnapsschüsse aus den Anfangstagen des Dienstes bis heute. Eine Pinnwand und das Gästebuch luden ein, gute Wünsche und Gedanken zu hinterlassen.

Auf hochhoffizielle Programmpunkte hatten die Koordinatorinnen Karin Leutbecher, Karola Rehrmann und Anja Schröder bewusst verzichtet. Sie setzten stattdessen auf Wiedersehensfreude, gute Gespräche und fröhliches Miteinander nach dem Motto „Gemeinsam für ein Leben bis zuletzt“.

## DEMENZPARCOURS WECKT VERSTÄNDNIS

# Den Alltag von Menschen mit Demenz erleben



„Wie fühlt sich Demenz an?“ Einen Vormittag lang luden der Ambulante Hospizdienst Herne und die VHS ein, sich auf einem speziellen Parcours in die Rolle von Menschen mit Demenz einzufühlen, sich verwirren und sogar an die Grenzen bringen zu lassen.

13 verschiedene Stationen, die in den Räumlichkeiten des Hospizdienstes an der Bahnhofstraße aufgebaut wurden, gaben den Besuchern die Möglichkeit, Alltagssituationen vom Anziehen bis zum Abendessen zu erleben. „Der Demenz-Parcours ist ein interaktiver Weg, um Demenz zu begreifen“, sagt die Koordinatorin Anja

Schröder, die beim Ambulanten Hospizdienst den Schwerpunkt „Menschen mit Demenz am Ende des Lebens“ verantwortet. Die insgesamt 13 Stationen führen die Teilnehmenden durch einen ganz normalen Tag. Sie erleben, wie sich Symptome einer Demenz anfühlen. Schon das einfache Zuknöpfen einer Kittelschürze bereitet größte Probleme. Diese Erfahrungen lösen Gefühle aus, die den Angehörigen dabei helfen, den Betroffenen im Alltag verständnisvoller zu begegnen.

**Der nächste „Demenz-Parcours“ findet in Kooperation mit der VHS Herne am Samstag, 19. November 2022, von 10 Uhr bis 13.15 Uhr statt. Eintritt frei.**



## ASSISTIERTER SUIZID UND GEWALTPRÄVENTION

# Neue Themen, die das Ehrenamt bewegen

Der Coronawinter 2021/2022 hat leider erneut dazu geführt, dass weniger Begleitungen beim Ambulanten Hospizdienst angefragt wurden und manche Aktivität ruhen musste. Die Koordinatorinnen nutzen diese Zeit, um sich inhaltlich und konzeptionell mit den Themen Assistierter Suizid, Gewalt und Gewaltprävention zu beschäftigen.

Mit seiner Entscheidung vom 26. Februar 2020 zu § 217 Strafgesetzbuch (StGB) hat das Bundesverfassungsgericht den Gesetzgeber in die Pflicht genommen, den Menschen einen legalen Weg zum ärztlich assistierten Suizid zu eröffnen – und dies im Wesentlichen unabhängig von der Begründung der Suizidentscheidung. Das Gesetzgebungsverfahren dauert auch heute immer noch an. Allein durch die Öffnung des Themas und die breite Diskussion in der Gesellschaft sieht der Ambulante Hospizdienst genügend Anlass, sich damit auseinanderzusetzen. Auch wenn ein Ambulanter Hospizdienst nicht zum Helfer oder Assistenten beim Suizid werden kann, so stellt sich doch die Frage, wie wir mit Todeswünschen der uns anvertrauten Menschen umgehen, wie wir sie in dieser Situation auffangen und begleiten können.

Nach einer sehr informativen Fortbildungsveranstaltung im Mai 2021 nutzten die Koordinatorinnen die Winterzeit, um sich in einer Arbeitsgruppe aus Haupt- und Ehrenamt und Vorstand des Fördervereins mit diesem Thema zu beschäftigen. Daraus entstand eine Handreichung, die in einem zweiten

Schritt mit dem Ambulanten Ethikkomitee des Palliativ-Netzwerks Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel diskutiert und dem gesamten Vorstand des Fördervereins vorgelegt wurde. Sie soll als Gesprächsgrundlage für die gemeinsame Auseinandersetzung dienen und den Haupt- und Ehrenamtlichen Sicherheit geben, falls das Thema in ihren Begleitungen und Beratungen aufkommt.



Die Themen Gewalt und Gewaltprävention wurden im Januar 2022 in einer intensiven Zoomveranstaltung thematisiert. Dabei ging es vor allem um eine Sensibilisierung der Teilnehmenden für Menschen mit Gewalterfahrungen, eigene Erlebnisse mit Gewalt und das Erkennen von (sexualisierter) Gewalt in den Begleitungen des Hospizdienstes. Als Referentin führte die Sozialpädagogin Ruth Habeland durch die Veranstaltung. Sie arbeitet u.a. als Präventionsfachkraft im Bistum Köln. Allen Teilnehmenden wurde bewusst, dass dieses Thema mehr Beachtung braucht und weitere Veranstaltungen folgen müssen.

**Karin Leutbecher**  
Koordinatorin

# Erfrischende Fußbäder einfach selber machen



Fußbäder kennt man ja eher aus den Wintermonaten, wenn kalte Füße Wärme brauchen. Doch auch im Sommer sind Fußbäder etwas Wunderbares. Nach einem langen Tag bekommen unsere „Treter“ in einem duftenden Bad so den nötigen Frischekick.

**Zutaten:**

- 50 g Meersalz
- 2 Tropfen Grapefruit
- 1 Tropfen Zitrone
- 1 Tropfen Orange

**Zubereitung:**

Ätherische Öle in ein Schraubglas tropfen und das Glas schwenken, damit die Ränder des Glases benetzt sind. Das Meersalz als Emulgator hinzugeben. Das Glas verschließen und gut schütteln.

**Anwendung:**

Komplette Mischung in das Wasser geben, umrühren, fertig!

**Wirkung:**

Die **Grapefruit** steht für Fröhlichkeit und Heiterkeit. Sie wirkt desinfizierend, immunstimulierend, entkrampfend, belebend, durchblutungsfördernd, konzentrationsfördernd, stimmungsaufhellend.

Die **Zitrone** ist der Inbegriff von Sauberkeit und Frische. Sie wirkt desinfizierend, entzündungshemmend, stimmungsaufhellend, aktivierend und konzentrationsfördernd.

Die **Orange** steht für Heiterkeit. Sie wirkt antibakteriell, antiviral, immunstimulierend, durchblutungsfördernd, lymphflussanregend, entkrampfend, entspannend, stimmungsaufhellend.

**Übrigens:** In Sanya, dem „Dorf der Hundertjährigen“ auf der chinesischen Südseeinsel Hainan, nehmen die Bewohner\*innen jeden Abend ein 20-minütiges Fußbad.

**Extratipp:** Wie wär's mal mit einem Murmel-Fußbad? Einfach zwei Hände voll Glasmurmeln ins Wasser geben und mit den Füßen darüberrollen.

**Extra-Service:** Brauchen Sie Hilfe bei der Umsetzung des Rezeptes? Kein Problem, wir können die Mischung gern gemeinsam im Hospizdienst herstellen.

Für einen Termin bin ich telefonisch unter 02323 - 988 290 oder per Mail unter [info@hospizdienst-herne.de](mailto:info@hospizdienst-herne.de) erreichbar.

Unsere Koordinatorin Anja Schröder ist ausgebildete Aromaxpertin.

# Termine im 2. Halbjahr



**\*Montag, 18. Juli, 10.30-12 Uhr,**  
Herzangelegenheit Demenz – Offene Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz. Weitere Termine: immer montags, 15. August, 19. September, 17. Oktober, 21. November, 19. Dezember

**\*Dienstag, 8. November, 17.30-19.30 Uhr**  
Trauergruppe – Feste Gruppe für Trauernde. Weitere Termine: immer dienstags, 8. November, 15. November, 22. November (Lesung), 29. November, 6. Dezember, 13. Dezember

**\*Dienstag, 26. Juli, 16 Uhr**  
Themensprechstunde Patientenverfügung. Weitere Termine jeweils am 4. Dienstag im Monat, nur nach telefonischer Vereinbarung

**Samstag, 6. August, 11 Uhr**  
Haupt- und Ehrenamtliche der Palliativstation im EvK Herne und des Ambulanten Hospizdienstes beteiligen sich am Festumzug zur Cranger Kirmes.

**Samstag, 16. September, 14-17 Uhr**  
Terrassenfest und Tag der offenen Tür,

Palliativstation im EvK Herne, Wiescherstraße 24, 44623 Herne

**Freitag, 14. Oktober, Einlass: 18.30 Uhr, Beginn: 19 Uhr**  
Festveranstaltung zum Jubiläumsjahr für geladene Gäste mit Esther Münch und Atemgold 09. Kulturzentrum Herne, Willi-Pohlmann-Platz 1, 44623 Herne

**Dienstag, 18. Oktober, 17-20.30 Uhr**  
Demenz-Zirkel – Wie fühlt sich Demenz an? VHS Herne, Willi-Pohlmann-Platz 1, 44623 Herne

**\*Samstag, 19. November, 10-13.15 Uhr**  
Demenz-Parcours – Workshop für Angehörige und Interessierte

**Dienstag, 22. November, 18 Uhr**  
„Manchmal sucht sich das Leben harte Wege“ – Lesung mit der Autorin Katharina Afflerbach, Ludwig-Steil-Forum, Harannistraße 1, 44623 Herne

*\*Veranstaltungsort:  
Ambulanter Hospizdienst,  
Bahnhofstraße 137, 44623 Herne*



Die hauptamtlichen Koordinatorinnen des Ambulanten Hospizdienstes sind die ersten Ansprechpartnerinnen für alle Fragen: Karin Leutbecher, Karola Rehrmann und Anja Schröder (von links).

Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind unsere **ZEITSCHENKER**.

## DIE ZEITSCHENKER...

- ... begleiten Schwerkranke, Sterbende und deren Angehörige und Freunde zu Hause, im Pflegeheim oder Krankenhaus durch regelmäßige Besuche.
- ... schenken Zeit für Gespräche, aufmerksames Zuhören und das Dasein.
- ... haben sich im Rahmen unserer Erstqualifizierung sorgfältig für die Tätigkeit vorbereitet.
- ... bilden sich ständig weiter und stehen im regelmäßigen Austausch und unter fachlicher Begleitung.

---

Der Förderverein Palliativstation im Evangelischen Krankenhaus Herne und Ambulanter Hospizdienst e.V. ist Träger des Ambulanten Hospizdienstes. Der Förderverein Lukas-Hospiz Herne e.V. unterstützt den Hospizdienst zusätzlich im Rahmen der Begleitung von Menschen mit Demenz am Lebensende sowie der Trauer- und Öffentlichkeitsarbeit.

Als aktives Mitglied im Palliativ-Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel e.V. arbeitet der Ambulante Hospizdienst eng mit den Partnern im Gesundheits- und Sozialwesen zusammen und ist ein anerkannter Dienst nach §39a(2) SGB V.

### **AMBULANTER HOSPIZDIENST HERNE**

Bahnhofstraße 137, 44623 Herne  
Telefon: 02323 - 988 290  
E-Mail: [info@hospizdienst-herne.de](mailto:info@hospizdienst-herne.de)  
[www.hospizdienst-herne.de](http://www.hospizdienst-herne.de)  
[www.facebook.com/DIEZEITSCHENKER](https://www.facebook.com/DIEZEITSCHENKER)  
[www.youtube.com/Ambulanter Hospizdienst](https://www.youtube.com/Ambulanter-Hospizdienst)

### **TRÄGER**

Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst e.V.

### **SPENDENKONTEN**

Volksbank Herne GENODEM1BOC  
IBAN DE18 4306 0129 0172 5126 00  
Deutsche Bank AG DEUTDEDE430  
IBAN DE42 4307 0061 0631 3399 00

Stichwort: Ambulanter Hospizdienst  
Empfänger: Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst e.V.