Infobrief

NR. 40 · JUNI 2023

Aus der Arbeit des Ambulanten Hospizdienstes

Vor den Schöpfer treten
Heimgehen
Das Zeitliche segnen
Ins Gras beißen
Einschlafen
In die Grube fahren
Entschlafen
In den Himmel fliegen
Den Löffel abgeben
Die Radieschen von unten sehen
Von uns gehen
Abkratzen
Von der Bühne abtreten
Krepieren
In die ewigen Jagdgründe g
Über den Jordan

Neue Worte finden

SEITE 3

Ambulanter Hospizdienst Herne

DIE ZEITSCHENKER.

INHALT

2 **VORWORT**

3 **TITELTHEMA**
Neue Worte finden?

4 Sterbebegleitung – das „Eigentliche" benennen

„Sterbenswörtchen" und was sie bedeuten

Wie Zeitschenker*innen" über den Tod sprechen

9 Patientenverfügung in leichter Sprache

10 Letzte Hilfe - was alle brauchen

11 Über Geld sprechen: Warum der Ambulante Hospizdienst auf Spenden angewiesen ist

12 Die neue Ehegattennotvertretung

13 Über Demenz sprechen

14 Gespräche auf dem Südfriedhof: Hospizdienst knüpft „BankVerbindung"

16 Selbstfürsorge im Ehrenamt: Zeitschenker*innen tanken Energie

17 **WOHLFÜHLTIPPS**
Die Sprache der Düfte

18 **MEDIENTIPP**
Das Schwere tun, wenn es noch leicht ist

19 **TERMINE** im 2. Halbjahr 2023

20 **KONTAKT**

IMPRESSUM

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

Redaktion / Textbeiträge:
Paulina Kornas, Gabriele Riddermann, Christa Schodl, Ulrich Wittkämper, Alexandra Hohenberger, Karin Manz (ehrenamtliche Mitarbeiter*innen), Karin Leutbecher, Karola Rehrmann, Anja Schröder (Koordinatorinnen)

Gestaltung, Texte, Lektorat:
BODESIGN Jan Scheibeck
Susanne Schübel, JournalistenBüro Herne

Fotos/Illustrationen:
Adobe Stock, Hospizdienst, Canva Pro, Dt. Alzheimer Gesellschaft, Stefan Kuhn, Letzte Hilfe Deutschland, Karin Leutbecher, Arne Pöhnert

Liebe Förderinnen und Förderer der ambulanten Hospizarbeit in Herne!

„Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und Gott war das Wort."

Dieser ‚steile' Satz eröffnet das Johannes-Evangelium, und er eröffnet zugleich die besondere Beziehung zwischen Gott und Mensch.

Das Wort, also die Sprache, stellt die Beziehung her und ermöglicht Begegnung. Wir wissen, dass dies gerade in der letzten Lebensphase von besonderer Bedeutung ist!

Über dieses Reden und Hören - und manchmal auch Schweigen - können Sie in diesem Infobrief lesen.

Ich verbinde diese Leseempfehlung mit einem herzlichen Dankeschön für Ihre Unterstützung und sende Ihnen liebe Grüße.

Herzlichst, Ihr

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

VOM REDEN ÜBER TOD UND STERBEN

Neue Worte finden?

Im Alltag ist das Sprechen fast so selbstverständlich wie das Atmen. Wir machen uns nur selten Gedanken darüber, wie Sprechen funktioniert oder warum wir welche Worte verwenden. Selbst dann, wenn wir uns Worte zurechtlegen, geschieht das Sprechen in natürlicher Weise.

Dabei ist Sprache nicht nur die Übertragung von Informationen. Vielmehr spiegelt sie die Zusammenhänge wider, in denen wir uns bewegen. Ein Beispiel: Person A grüßt Person B. Schon die Art der Wortwahl offenbart Verhältnisse und Beziehungen. Stehen sich die Personen nahe? Gibt es eine Hierarchie? Wird eine Höflichkeitsform eingehalten? Man könnte sagen, Sprache ist ein Spiegelbild der Kultur und Identität.

So selbstverständlich das Sprechen im Alltag ist, so schwierig wird es, wenn Tod und Sterben zur Sprache kommen. Nur schwer finden wir die richtigen Worte. Und oft bringen wir die Botschaften nur verklausuliert heraus.

„Opa ist eingeschlafen".
„Irene ist jetzt im Himmel."
„Sascha ist von uns gegangen."

Wir alle kennen diese Redewendungen und haben sie vielleicht auch schon genutzt. Welche Kultur des Sprechens zeigt sich darin? Haben wir nie gelernt, über den Tod zu sprechen? Oder haben wir es sogar verlernt?

„Opa ist tot."
„Meine beste Freundin ist gestorben."
„Mein Kind lebt nicht mehr."

Schon beim Schreiben dieser Sätze zieht sich das Herz zusammen. Hier fehlen Bilder, Beispiele und Vorstellungen darüber, wo die geliebten Personen nun sein könnten. Auch wenn diese Worte mächtig sind, bleibt die Frage, wie das Sprechen über den Tod selbstverständlicher werden kann, damit der Tod nicht hinter Metaphern versteckt wird und so selbstverständlich dazu gehört wie die Worte, mit denen er verkleidet wird.

Deshalb haben wir diesen Infobrief dem Sprechen über den Tod gewidmet. Er möchte ermutigen, die Selbstverständlichkeit der Sprache für einen Moment abzulegen und zu beobachten, wie wir selbst über das Sterben sprechen und wie es andere tun.

„Übers Sterben zu reden hat noch niemanden umgebracht." So lautet der Slogan der Koordinierungsstelle zur Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland. Es wird Zeit. Zeit, neue Worte zu finden.

Paulina Kornas, Zeitschenkerin
Karin Leutbecher, Koordinatorin

HOSPIZDIENST: BIS ZUM ENDE AN IHRER SEITE

Sterbebegleitung - das „Eigentliche“ benennen

Die Aufgabe des Ambulanten Hospizdienstes ist es, Menschen am Ende ihrer Lebenszeit zu begleiten. An einem Fortbildungsabend im Forum Palliative Care wurde uns klar, wie schwierig es für beruflich Pflegende oder Beratende ist, Angehörigen und Patienten unser Angebot zu empfehlen und unsere Arbeit zu beschreiben.

Die Haupt- und Ehrenamtlichen des Ambulanten Hospizdienstes haben den Abend mit Hilfe eines Fallbeispiels aus einer stationären Einrichtung gestaltet. Anhand dessen erhielten die Teilnehmenden die Aufgabe, aus der Perspektive beruflich Pflegender einer schwerkranken alten Dame und ihrer Tochter den Einsatz des Ambulanten Hospizdienstes nahezubringen und zu erläutern. Dabei wurde uns allen deutlich, wie schwer es doch ist, die Arbeit und Aufgabe des Ambulanten Hospizdienstes konkret zu benennen und Begriffe wie Sterbebegleitung oder Begleitung am Lebensende zu benutzen.

Ohne diese Worte aber lässt sich das Angebot des Ambulanten Hospizdienstes kaum erklären. Deshalb möchten wir in dieser Ausgabe des Infobriefes genau dazu ermuntern, das „Eigentliche“ zu benennen und nicht drumherum zu reden. Wenn wir über die letzte Lebensphase und das bevorstehende Sterben miteinander sprechen, öffnen wir oft unbekannte Türen zu offenen Gesprächen über Sorgen, Ängste oder auch Wünsche. Als Koordinatorinnen nutzen wir gerne den Begriff Hospizarbeit, um daran unsere Arbeit zu erläutern. Für viele ist der Begriff Hospiz bereits mit Inhalt gefüllt. Sie verbinden damit vor allem das Haus, das stationäre Hospiz. Hospiz ist jedoch vor allem die Haltung der Gastfreundschaft, die unabhängig vom Ort jedem Menschen am Lebensende und seinen Angehörigen angeboten werden sollte.

Diese Gastfreundschaft schließt die schweren Themen des Lebens nicht aus und holt die Fragen nach Sterben, Tod und Trauer aus der Tabuecke heraus mitten ins Leben. Welche Worte auch immer ich wähle, sie müssen zur Situation, aber auch zu mir passen. Ich versuche es gerne so: „Hospizarbeit ist Begleitung in der letzten Lebenszeit. Wir sind da und bleiben auch dann an Ihrer Seite, wenn es Ihnen immer schlechter geht. Sterbebegleitung ist Lebensbegleitung, Leben bis zuletzt. Manchmal ist es leichter, mit einer Zeitschenkerin, die von außen kommt, über die Sorgen zu sprechen als mit den ganz Nahestehenden, die selber auch Abschied nehmen müssen.“ Für die schwerkranken Menschen bedeutet es oft eine Erleichterung, wenn wir ihnen erläutern, dass wir die Angehörigen mit ihren Bedürfnissen mit im Blick haben und sie bei Bedarf auch über den Tod hinaus begleiten.

Karin Leutbecher
Koordinatorin

„STERBENSWÖRTCHEN“ - UND WAS SIE BEDEUTEN

Untertänigster Abschied

ABKRATZEN: Die Redewendung bezieht sich auf den Begriff „sich mit einem Kratzfuß verabschieden.“ Der Kratzfuß war ein höfisches Anstandsritual: eine rückwärtige Seitbewegung mit dem linken Fuß, verbunden mit einer Verbeugung. Damit verabschiedete man sich „untertänigst“.

DEN LÖFFEL ABGEBEN: Der Begriff verweist auf die lebensnotwendige Tätigkeit der Nahrungsaufnahme. Die Redewendung stammt aus einer Zeit, als der Löffel noch ein individuelles Besitzstück war. Im Mittelalter hatte nämlich jeder seinen eigenen Löffel, der am Wandbrett seinen besonderen Platz fand. Nach dem Tod des Besitzers oder der Besitzerin ging der Löffel innerhalb der Familie an das jüngste Familienmitglied über oder im Kloster an ein neues Ordensmitglied. Das Ende des Lebens wird somit verhüllend als Ende der Nahrungsaufnahme beschrieben.

ABNIPPELN: Experten vermuten hinter dem Wort eine Ableitung aus dem jiddischen Begriff „niwel“, was soviel wie „welk“ bedeutet. Denkbar ist auch eine Verbindung zu dem aus dem Mittelhochdeutschen stammenden Verb „nibeln“ für „neblig werden“.

INS GRAS BEISSEN: Die Redewendung taucht schon im Alten Testament auf. Auf den Feldern großer Kriege kam es oft vor, dass Verwundete am Boden liegend zurückgelassen wurden. Während sie qualvoll ihren Schmerzen erlagen, bissen sie wortwörtlich ins Gras.

WIE ZEITSCHENKER*INNEN ÜBER DEN TOD SPRECHEN

Sie erzählte von „Zwang“ und lächelte dabei

Jede Begleitung ist anders, auch im Umgang mit den Themen Tod und Sterben. Unsere Zeitschenker*innen erinnern sich an den Schrecken der Sprachlosigkeit und ihre Bewunderung für jene, die für das Ende des Lebens Worte finden können.

Der Patient, den ich begleiten durfte, war bereits weit in seinem Sterbeprozess vorangeschritten. Ich konnte mich nicht mehr mit ihm unterhalten. Seine Frau jedoch erzählte mir ein wenig aus ihrem gemeinsamen Leben. Sie beschrieb, dass sie sich nie mit ihm über den Tod unterhalten wollte. Sie wollte das Thema wegschieben, es löste Angst und Unwohlsein bei ihr aus.
Der Ehemann jedoch - etwa 15 Jahre älter als sie - bestand darauf und „zwang“ sie dazu. Dieses Wort benutzte sie selbst - und lächelte dabei. Heute - so sagte die Ehefrau - sei sie froh, dass er darauf bestanden habe. In den Gesprächen entstanden alle wichtigen Schriftstücke und Verfügungen. Und noch mehr: Sie wusste genau, wie ihr Mann beerdigt werden wollte. Seine Asche sollte auf dem Meer verstreut werden, an dem Ort, an den sie gemeinsam so gerne gereist waren. Und für die Frau wurde klar, dass sie irgendwann ebenfalls als Asche auf die Reise gehen wollte und das Paar dort wieder vereint sein würde. Wenige Tage nach unserer Unterhaltung verstarb ihr Mann.

Alexandra Hohenberger
Zeitschenkerin

SEELISCHE ENTLASTUNG FÜR DEN TRAUERNDEN SOHN

Frau G. litt seit etwa zehn Jahren an COPD, einer schweren und bisher nicht heilbaren Lungenerkrankung. Als ich sie kennenlernte, lag sie nach einer schweren Lungenentzündung noch im Krankenhaus. Ihr Zustand war sehr schlecht, sie aß nicht, hatte stark abgenommen, lehnte eine Magensonde ab. In einem Gespräch legte ich Frau G. den Gedanken nahe, über eine Patientenverfügung und Vollmachten nachzudenken, die sie mit ihrer Familie besprechen solle.
Nach einer Reha wurde sie in einem besseren Zustand nach Hause entlassen, wo sie mit ihrem Ehemann und einem 20-jährigen Sohn lebte. Aufgrund heftiger Panikattacken kam sie häufig ins Krankenhaus. Nachdem die behandelnden Ärzte die Familie darüber aufgeklärt hatten, dass sich ihr Zustand nicht mehr verbessern würde, führte ich sehr intensive und offene Gespräche mit dem Sohn über das nahende Sterben seiner Mutter. Dabei wurde ihm bewusst, dass er sich mit der kommenden Zeit und dem Tod auseinandersetzen sollte. Der Ehemann lehnte meine wiederholten Gesprächsangebote ab.
Die Familie war zunehmend von der Situation überfordert. Deshalb veranlasste der Palliativarzt eine Überweisung der Patientin auf die Palliativstation. Nach zehn Tagen durfte sie in ein Hospiz einziehen. Vier unruhige Tage später verstarb die Patientin dort. Ihre letzten Stunden waren ruhig, entspannt und friedlich. Während der gesamten Zeit führten ihr Sohn und ich immer wieder vertrauensvolle Gespräche, die ihm seelische Entlastung brachten.

Gabriele Riddermann
Zeitschenkerin

MEINE GRANDE DAME IM WEISSEN LUXUS-SARG

Ich durfte Frau H. ein halbes Jahr zuhause und auf der Palliativstation begleiten. Als sie erfuhr, dass sie an Bauchspeicheldrüsenkrebs litt, organisierte sie den Umzug ihres demenziell erkrankten Ehemannes in eine Demenz-Wohngemeinschaft. Außerdem setzte sie eine Patientenverfügung auf und teilte ihrer Nichte mit, wie sie sich ihre Beisetzung vorstellt. Bei meinem ersten Besuch zeigte sie mir, in welcher Kleidung sie beigesetzt werden möchte. Ihrer Reinigungskraft gab sie zu verstehen, dass sie sich rechtzeitig um eine neue Arbeitsstelle bemühen solle, weil sie selbst nicht mehr lange zu leben habe. Bei meinen regelmäßigen Besuchen brachte Frau H. mir das Schachspielen bei, soweit es ihr gesundheitlich möglich war.
Auch legte sie allergrößten Wert auf ihr Aussehen. Mit 86 Jahren ließ sie sich regelmäßig ihre Haare färben und künstliche Nägel modellieren, selbst dann noch, als sie trotz Morphinen schon unter sehr

starken Schmerzen litt. Diese so durchgeplante, strukturierte Frau wird mir immer in Erinnerung bleiben und ganz besonders ihre Beisetzung in einem exklusiven weißen Sarg, den sie vorher persönlich ausgesucht hatte. Auch deswegen war, ist und bleibt sie meine Grande Dame.

Cornelia Hellwig
Zeitschenkerin

ZWEI EHEPAARE IN VERSCHIEDENEN WELTEN

Ich habe zwei Ehepaare am Ende ihrer Lebenszeit begleitet. Der Umgang der beiden Paare mit dem Thema Tod war völlig unterschiedlich. Bei dem ersten Ehepaar litt die Frau an Krebs. Die ärztlichen Behandlungen waren abgeschlossen, es gab auch keine Chemotherapie mehr. Der Ehemann zog daraus den Schluss: „Keine Chemo bedeutet weiterleben". Es war nicht möglich, mit ihm über das nahende Lebensende seiner Frau zu sprechen. Er wollte nicht wahrhaben, dass seine Frau bald sterben würde. Die Ehefrau wiederum wusste genau, wie es um sie stand, aber auch sie konnte es dem Mann nicht sagen, weil er es nicht hören wollte. Mit der Frau konnte ich über den Tod sprechen, mit dem Ehemann nicht. Bei der zweiten Begleitung hat das Ehepaar über Tod und Sterben gesprochen. Frühzeitig haben beide auch über die verschiedenen Bestattungsformen geredet. Bei dieser Begleitung war es ganz leicht, die Begriffe Tod und Sterben zu benennen. Es wurde ganz offen darüber gesprochen, auch mit mir.

Christa Schodl
Zeitschenkerin

WIE HÄTTE ER WOHL ENTSCHIEDEN, WENN ES EIN GESPRÄCH GEGEBEN HÄTTE?

Herr F. war verheiratet, und hatte zwei erwachsene Töchter. Die Chemo gegen seinen Lungenkrebs hatte er abgebrochen. Ein halbes Jahr, nachdem die Begleitung begonnen hatte, ging es ihm immer schlechter, und er kam auf die Palliativstation. Dort baten die Ärzte seine Frau zu einem Gespräch. Sie bestand darauf, dass ich bei dem Gespräch anwesend war. Der Arzt sprach unter anderem auch die Mög-

lichkeit eines Hospizplatzes an. Die Ehefrau lehnte den Vorschlag ab mit dem Hinweis, darüber wolle sie noch lange nicht nachdenken. Der Kranke wurde entlassen, doch schon zwei Wochen später folgte eine erneute Einweisung. Herr F. sagte seiner Frau, diesmal käme er nicht wieder nach Hause.

Und so geschah es dann auch. Die Töchter und die Ehefrau brachen regelrecht zusammen. Keine von ihnen hatte sich damit auseinandersetzen wollen, dass ihr Ehemann und Vater sterben wird. Zwischen den Eheleuten wurde kein einziges Gespräch darüber geführt, wie die Bestattung gestaltet sein soll. Als es so weit war, konnte ich ihr nur noch den Rat geben, so zu entscheiden, wie es ihr Mann vielleicht gewollt hätte, wenn sie doch einmal darüber geredet hätten...

Karin Manz
Zeitschenkerin

VORSORGE TREFFEN FÜR ALLE

Patientenverfügung in leichter Sprache

Auch für Menschen mit kognitiven Einschränkungen besteht die Möglichkeit, sich in geeigneter Form über Vorsorgemöglichkeiten im Krankheitsfall, Wünschen und Vorstellungen zum Lebensende und Tod zu informieren. Broschüren in „leichter Sprache", in denen Fachleute das Wesentliche zum Themenkomplex zusammengefasst haben, können für persönliche Verfügungen genutzt werden.

Leichte Sprache ist eine besondere Variante der deutschen Sprache. Zudem wird zwischen einfacher und leichter Sprache unterschieden. Leichte Sprache ist extrem einfach gehalten, ihre Inhalte sind in kurzen Sätzen mit klarer Struktur geschrieben. Die einfache Sprache hingegen nutzt einen deutlich größeren Wortschatz und verwendet zur Unterstützung einfache Illustrationen und Bilder. Patientenverfügungen in leichter Sprache schaffen hervorragende Grundlagen, sich in verständlicher Weise zu informieren und mit Vertrauenspersonen ins Gespräch zu kommen. In den gut verständlich gestalteten Arbeitshilfen werden folgende Inhalte erklärt:

- Meine Hoffnungen und Ängste im Krankheitsfall
- Was soll und darf der Arzt für mich tun?
- Was ist, wenn ich ins Krankenhaus muss?
- Was soll kurz vor meinem Tod geschehen?
- Was mag ich gerne, was auf keinen Fall?
- Meine Gedanken und Wünsche zu Beerdigung und Testament
- Wie soll mit meinem Nachlass umgegangen werden?

Fotos, Zeichnungen sowie viel Platz zum Ausfüllen und Ankreuzen runden die Broschüren ab.

Ulrich Wittkämper
Zeitschenker

Zum Broschüren-Download:
www.bmj.de
www.inklusion.saarland.de
www.patientenverfügung.bonn-lighthouse.de

© Letzte Hilfe Deutschland gGmbH

LETZTE HILFE: WAS ALLE AM LEBENSENDE BRAUCHEN

Zuwendung schenken und Beschwerden lindern

„Erste Hilfe"-Kurse kennen alle, „Letzte Hilfe"-Kurse noch viel zu wenige. Deshalb bietet der Ambulante Hospizdienst in Zusammenarbeit mit dem Palliativ-Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel regelmäßig „Letzte Hilfe"-Kurse an. Sie sollen Menschen ermutigen, sich Schwerstkranken oder Sterbenden in der Familie, im Freundeskreis oder in der Nachbarschaft zuzuwenden, um ihnen Zeit und Nähe zu schenken.

„Wir setzen uns dafür ein, dass das Umsorgen sterbenskranker Menschen wieder zum Allgemeinwissen wird", sagt Karin Leutbecher, Koordinatorin. „Der Tod ist Teil des Lebens. Wir möchten interessierten Bürgerinnen und Bürgern kostenlos Basiswissen vermitteln, damit sie sich trauen, Menschen am Ende ihrer Lebenszeit in ihrem Umfeld Beachtung und Unterstützung zuteil werden zu lassen. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende unseres Lebens am meisten brauchen." Dazu kooperiert das Palliativ-Netzwerk mit der vhs Herne, lokalen Vereinen und der Herner Gesundheitswoche.

„Letzte Hilfe"-Kurse bestehen aus vier Unterrichtseinheiten zu jeweils 45 Minuten. Kompakt vermitteln sie grundlegende Kenntnisse darüber, was in der letzten Lebensphase geschieht, wie sich Angehörige auf diese Situation vorbereiten und wie sie Beschwerden lindern können. Thematisiert wird u.a. der Umgang mit Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Die Teilnehmer erfahren, wie sich Abschied und Trauer auf ihr eigenes Leben auswirken. Sie überlegen gemeinsam, wie sie Abschied nehmen können und wo ihre Möglichkeiten und Grenzen liegen.

Das fachübergreifende Palliativ-Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel e.V. hat in den letzten Jahren aus eigenen Mitteln 14 Letzte Hilfe-Trainer*innen ausgebildet, darunter auch die drei Koordinatorinnen des Ambulanten Hospizdienstes.

Mehr Informationen und Termine:
www.letztehilfe.info

ÜBER GELD SPRECHEN

Warum der Hospizdienst auf Spenden angewiesen ist

Alle Menschen, die vom Ambulanten Hospizdienst Unterstützung erhalten, sei es Beratung durch die Hauptamtlichen oder Begleitung durch die ehrenamtlichen Zeitschenker*innen, müssen dafür nichts bezahlen. Trotzdem kostet es viel Geld, den Dienst in der aktuell sichergestellten Qualität dauerhaft aufrecht zu erhalten.

Den größten Anteil zahlen die gesetzlichen und privaten Krankenkassen. Das ist im § 39a (2) SGB 5 geregelt. Aus der Anzahl der durch den Hospizdienst qualifizierten Ehrenamtlichen und der Anzahl der begleiteten Menschen errechnet sich eine Fördersumme, die die tatsächlichen Personal- und Sachkosten nicht komplett abdeckt. Die Fördersumme unterliegt enormen Schwankungen, vom letzten großen Tief durch Corona hat sich der Dienst noch nicht erholt. Deshalb wird eine Mischung an weiteren Finanzierungsmöglichkeiten benötigt.

Große Sicherheit gibt dabei die Unterstützung durch den Förderverein Lukas-Hospiz e.V., der die Schwerpunkte Demenz, Öffentlichkeitsarbeit und Trauerarbeit maßgeblich mitfinanziert. Der eigentliche Träger des Hospizdienstes ist der Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst. Er kommt für die Restkosten auf.

Jede Spende für den Ambulanten Hospizdienst an den Förderverein trägt dazu bei, dass der Dienst bestehen bleibt und sich entsprechend der Anforderungen weiter entwickeln kann. Spender, Vereinsmitglieder und nicht zuletzt die Kreativgruppe des Fördervereins helfen ebenfalls mit. Zusätzlich suchen die Koordinatorinnen und die Vorstandsmitglieder nach weiteren Fördertöpfen. Dazu zählten z.B. das Digitalisierungsprojekt der Stiftung Wohlfahrtspflege, der Stärkungspakt des Landes NRW oder auch Kollektenmittel der Ev. Kirche, die durch das Diakonische Werk ausgeschüttet werden.

Es fällt nicht leicht, in den aktuellen Krisenzeiten um Spenden zu bitten. Es gibt so viele verschiedene Nöte, die einer Unterstützung bedürfen. Aber es braucht auch starke soziale Einrichtungen vor Ort, die in Lebenskrisen da sind. Wir sind ein wichtiger Baustein in der Unterstützung in der letzten Lebensphase und wollen die gewachsene Qualität auch weiter anbieten.

Karin Leutbecher
Koordinatorin

SEIT 1. JANUAR GILT DIE EHEGATTENNOTVERTRETUNG

Sechs Monate Zeit, um für den Partner zu entscheiden

Seit dem 1. Januar 2023 besteht für Eheleute und für Lebenspartner die rechtliche Möglichkeit, den anderen Ehepartner nach Eintritt eines plötzlichen Ereignisses wie Unfall oder Schlaganfall gegenüber behandelnden Ärzten in anstehenden Entscheidungen zu vertreten.

Voraussetzung ist, dass der Ehegatte seine gesundheitlichen Angelegenheiten nicht mehr selbstständig erledigen kann, weil er infolge von Bewusstlosigkeit oder Krankheit seine Einwilligung zu konkreten Entscheidungen im (akut) medizinischen Bereich nicht mehr zu erteilen in der Lage ist. Der Gesetzgeber schließt damit eine wichtige Lücke. Viele Eheleute als auch Lebenspartner hatten in der Vergangenheit die rechtliche Vertretung des Ehepartners irrtümlich für selbstverständlich gehalten.

Das Ehegattennotvertretungsrecht tritt nach § 1358 BGB ein, wenn bestimmte Voraussetzungen vorliegen. Dazu hat der zuständige Arzt ausschließende Vertretungsgründe vom Ehegatten zu erfragen und schriftlich in einem Dokument festzuhalten. Dazu gehören u.a. Fragen nach dem Zusammenleben und der häuslichen Gemeinschaft, nach der Ablehnung einer Vertretung und nach einer Bevollmächtigung bzw. Betreuerbestellung in gesundheitlichen Angelegenheiten.

Kann der Ehegatte diese Tatsachen bezeugen, darf er in der Folge für den erkrankten Ehegatten nach dessen Wünschen bzw. mutmaßlichen Willen nachfolgende Angelegenheiten wahrnehmen:

- Einwilligung oder Ablehnung in Untersuchungen, Heilbehandlungen oder ärztlichen Eingriffen, die aus medizinischer Sicht notwendig sind,
- Führung von Gesprächen mit dem Ziel der ärztlichen Aufklärung,
- Einsichtnahme in Krankenunterlagen und ggfs. deren Weitergabe mit Entbindung der ärztlichen Schweigepflicht an Dritte,
- Abschluss von Behandlungs- und Krankenhausverträgen oder Verträgen zu Rehabilitations-oder Pflegemaßnahmen im Anschluss der Krankenhausbehandlung,
- Durchsetzen von Rechten aus diesen Verträgen,
- Durchsetzen von möglichen Ansprüchen wegen der Erkrankung gegenüber Dritten z.B. bei Versicherungen.

Sollte eine Patientenverfügung vorliegen, hat der vertretende Ehegatte dem darin niedergelegten Willen Ausdruck und Geltung zu verschaffen. Das Notvertretungsrecht ist auf maximal sechs Monate befristet, gerechnet vom Zeitpunkt an, wo der Arzt den Eintritt der Bewusstlosigkeit oder Krankheit festgestellt und bestätigt hat. Sobald der Erkrankte zwischenzeitlich wieder einwilligungs- und handlungsfähig ist und seine Angelegenheiten rechtlich selbst besorgen kann, endet das Recht auf Vertretung.

Ulrich Wittkämper
Zeitschenker

MIT WERTSCHÄTZUNG UND RESPEKT FORMULIEREN

Über Demenz sprechen

„Die kleine süße Omi - die kriegt doch sowieso nichts mehr mit." Wie sprechen wir eigentlich über Menschen mit Demenz? Reden wir über eine „Person mit DEMENZ" oder über eine „PERSON mit Demenz? Welche Sprache über Demenz ist angemessen? Und warum brauchen wir sie?

Unsere Haltung zu einem Leben mit Demenz sollte geprägt sein von Wertschätzung und Respekt. Diese Werte sollten sich auch in unserer Sprache widerspiegeln. Die Diagnose Demenz ist lediglich ein Teilaspekt eines physischen und psychischen Allgemeinzustands, einer komplexen Persönlichkeit mit ihrer Biografie. Sie kann niemals auf den gesamten Menschen übertragen werden. Eine respektvolle Sprache stellt den Menschen, seine Ressourcen, die erhaltenen Fähigkeiten, die Persönlichkeit mit ihren Lebenserfahrungen und Gefühlen in den Vordergrund. Sie vermeidet Stigmatisierung und Diskriminierung. Es ist auch wichtig zu respektieren, welche Begriffe die Menschen, um die es geht, bevorzugen. Und zwar unabhängig davon, ob sie bei einem Gespräch anwesend sind oder nicht. Begriffe wie „krank", „leidend" oder „dement" sollten vermieden werden. Der Mensch ist keine „leere Hülle", keine „süße, kleine Oma", weder „krank im Kopf", noch „verblödet" und hat keinen „Dachschaden". Diese Zuschreibungen sind respektlos, kränkend und herabwürdigend. Begriffe wie „an Demenz leiden" und „Opfer" tragen zur Stigmatisierung bei. Die Formulierung „dementer Mensch" setzt die Krankheit vor die Person und den Menschen mit der Krankheit gleich. Spricht man jedoch von „Menschen mit Demenz", oder „Menschen, die mit einer Demenz leben", beurteilt man sie nicht aufgrund ihrer Erkrankung, wahrt ihre Würde und betont, dass sie zuallererst Menschen sind.

Anja Schröder
Koordinatorin

Kostenlos downloaden: Deutschsprachige Alzheimer- und Demenz-Organisationen (DASO), **Sprachleitfaden Demenz** (pdf). www.deutsche-alzheimer.de
Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz, **„Mehr als Worte - gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz"** (pdf), www.alter-pflege-demenz-nrw.de

GESPRÄCHE UND BEGEGNUNGEN AUF DEM FRIEDHOF

Hospizdienst knüpft „Bankverbindung“

Sie tragen einen roten Schal, bieten ein warmes Getränk an und haben immer ein offenes Ohr: Seit Mai laden Ehrenamtliche des Ambulanten Hospizdienstes Besucherinnen und Besucher auf dem Südfriedhof an der Wiescherstraße zum Gespräch ein. Das Angebot mit dem Titel „BankVerbindung“ richtet sich an Menschen, die jemanden zum Reden brauchen. Es findet zunächst einmal im Monat jeweils am ersten Sonntag von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr statt. Treffpunkt sind die Bänke vor der Trauerhalle. Start war am ersten Mai-Sonntag.

Initiatorin der „BankVerbindung“ auf Hernes größtem aktiven Friedhof ist Karola Rehrmann, Koordinatorin beim Ambulanten Hospizdienst und Seelsorgerin auf der Palliativstation im EvK Herne: „Wir bieten an, auf dem Südfriedhof mit Menschen ins Gespräch zu kommen über das, was sie gerade beschäftigt. Das können Trauer oder Einsamkeit sein, aber auch ganz andere Themen.“ Die Initiative „BankVerbindung“ sei ein freiwilliges Angebot für Besucherinnen und Besucher des Südfriedhofs, die einfach mal jemanden zum Reden brauchen, so Rehrmann. Der monatliche Rhythmus soll bis Ende 2023 beibehalten werden. Eine Ausweitung des Angebotes sei denkbar. Weitere Zeitschenkerinnen hätten bereits ihr Interesse an einer Teilnahme bekundet.

Finanzierung über Spenden

Getragen wird das Projekt vom Ambulanten Hospizdienst Herne, finanziert wird es über Spenden an den Förderverein. Vor dem Start hat die zertifizierte Trauerbegleiterin Karola Rehrmann fünf Zeitschenkerinnen speziell für die Gespräche geschult. Plakate, Schilder und Flyer weisen auf das Angebot hin.

Stadt Herne unterstützt „super Idee“

Unterstützung findet der Hospizdienst auch bei der Stadt Herne. „Menschen am Ort ihrer Trauer ein Gespräch anzubieten, das ist eine super Idee“, sagen David Hucklenbroich und Guido Drongowski vom städtischen Fachbereich Stadtgrün. Ein sichtbares Zeichen der guten Zusammenarbeit gibt es auch schon: Die Friedhofsverwaltung hat an den Bänken vor der Trauerhalle Schilder mit dem Schriftzug „BankVerbindung“ anbringen lassen."

Kreativgruppe zahlt 2.415 Euro ein

Die erste „Einzahlung“ auf die „BankVerbindung“ machte die Kreativgruppe des Fördervereins Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst. Durch den Verkauf von Hand- und Bastelarbeiten, Gebäck und Weihnachtsstollen beim Altenhöfener Advent 2022 und in der Karitativen Hütte auf dem Robert-Brauner-Platz kam eine Spende von 2.415 Euro zusammen. Bei der Scheckübergabe würdigte Pfarrer Frank Obenlüneschloß den außerordentlichen Einsatz der Ehrenamtlichen: „Die Kreativgruppe hat ihr primäres Ziel auch in diesem Jahr wieder erreicht. Bei den Basaren und mit ihrer Spende machte sie auf die wichtige Arbeit des Ambulanten Hospizdienstes und der Palliativstation aufmerksam, sensibilisierte die Menschen für dieses Thema und stärkte vorhandenes Interesse.“

Preise nicht erhöht

Leider hat die Corona-Zeit die „Personaldecke“ der Kreativgruppe auf derzeit fünf aktive Mitglieder ausgedünnt. Zusätzlich stellten auch die gestiegenen Lebensmittel- und Energiepreise die Gruppe vor Probleme. Annegret Müller: „Weil alle Akteure zusätzlich auch einen persönlichen Beitrag geleistet haben, konnten wir die Preise der Waren für die Bürgerinnen und Bürger gleich halten. Das war uns sehr wichtig.“

ZEITSCHENKER*INNEN TANKEN NEUE ENERGIE

Wie voll ist mein Akku?

Selbstfürsorge im hospizlichen Ehrenamt stand im Mittelpunkt eines Wochenendes, das die Zeitschenker*innen des Ambulanten Hospizdienstes in der idyllisch gelegenen Landvolksschule Freckenhorst bei Warendorf verlebten. Geplant, organisiert und gestaltet wurde die Freizeit von den Koordinatorinnen des Hospizdienstes, Karin Leutbecher, Karola Rehrmann und Anja Schröder.

Das Thema „Mit neuer Kraft nach vorne gehen" vertiefte die Supervisorin Ursula Hampe aus Bochum. Mit der Natur- und Entspannungspädagogin Sabine Liedtke aus Datteln machte sich die Gruppe auf die Suche nach der „Kraftquelle Natur". Nach einem spielerischen Einstieg mit „Kennenlern-Bingo" stiegen die Teilnehmenden am Freitagabend auf unterschiedlichen Zugangswegen ins Thema ein. Sie erforschten zunächst ihren ganz persönlichen „Akkustand" und malten auf, was ihnen Kraft gibt.

Der Samstag begann mit einem Morgenimpuls in der hauseigenen Kapelle. Anschließend widmete man sich den Themen Resilienz, Ressourcen und methodischen Ansätzen der Psychoonkologie. Nach dieser herausfordernden Kopf- und Gefühlsarbeit genossen alle einen ausgelassenen Abend beim „Activity"-Spiel, einer Mischung aus Montagsmaler, Pantomime und Tabu.

Wald als Kraftquelle

Den Sonntagmorgen verbrachte die Gruppe draußen im Wald und erforschte die Kraftquelle Natur, eine wunderbare Ergänzung zur inhaltlichen Arbeit am Samstag. Im Laufe des Sonntagnachmittags kamen dann alle wieder wohlbehalten zuhause an, auch die Radlerinnen und Radler, die sich am Freitagmorgen tapfer auf den Weg nach Freckenhorst gemacht hatten.

WOHLFÜHLTIPPS

Die Sprache der Düfte

Das Riechen ist ein Prozess, der eng mit unserer Gegenwart verbunden ist. Wir können uns an ein verblasstes Bild erinnern, wir können eine verklungene Melodie im Ohr haben, doch fällt es uns schwer, uns aktiv einen vergangenen Geruch vorzustellen.

Erst wenn ein bestimmter Geruch wirklich vor unserer Nase auftaucht, holt er längst versunkene Bilder, Klänge, Stimmungen und Gefühle in uns hoch. Einen Namen können wir ihm dann vielleicht immer noch nicht geben. Uns fehlen oft die passenden Worte, um einen Duft zu beschreiben, obwohl wir genau wissen, worum es geht.
Im Deutschen gibt es nur wenige Wörter für Riechbeschreibungen, denn der Riechvorgang verfügt über keine direkte, im Wachbewusstsein funktionierende Verbindung mit unserem „Sprachgehirn". Deshalb greifen wir gern zu Vergleichen: „Das riecht wie eine Blume, es stinkt nach faulen Eiern." Gleichzeitig gibt es viele Redewendungen, die sich, zumindest vordergründig, auf das Riechen beziehen:
„Ich habe die Nase gestrichen voll"
„Die Nase über etwas rümpfen"
„Seine Nase passt mir nicht"
„Muss ich dir alles aus der Nase ziehen?"

Unsere Koordinatorin Anja Schröder empfiehlt eine Schmerzmischung zum Einreiben.

- 100 ml Olivenöl
- 8 Tropfen Tonka
- 4 Tropfen Lorbeer
- 4 Tropfen Cajeput
- 4 Tropfen Pfeffer schwarz
- 8 Tropfen Majoran

Öle in einer Braunglasflasche mischen. Mit dieser Mischung bis zu zweimal täglich die schmerzenden Körperstellen sanft einreiben.

Tonka: gegen chronische und rheumatische Schmerzen, **Lorbeer**: schmerzlindernd bei rheumatischen, neuralgischen und muskulären Schmerzen, **Cajeput**: schmerzlindernd bei rheumatischen, neuralgischen und muskulären Schmerzen, **Pfeffer schwarz**: schmerzlindernd bei rheumatischen, neuropathischen Schmerzen und Burn-out, **Majoran**: der Krampflöser

Haben Sie Fragen dazu? Brauchen Sie Hilfe bei der Umsetzung? Wir helfen gerne. Bitte telefonisch unter 02323- 988 2913 einen Termin vereinbaren.

Anja Schröder
Koordinatorin und
ausgebildete Aromaexpertin

MEDIENTIPP

Das Schwere dann tun, wenn es noch leicht ist

(GR) Das Buch „Übers Sterben reden - Wie Kommunikation in schwierigen Situationen gelingt" von Prof. Dr. med. Sven Gottschling und Dr. Katja Welsch (Fischer Verlag) ist eine Lektüre, die uns alle angeht: Betroffene, Angehörige, Gesunde und Kranke. Dieses Buch macht Mut, sich mit dem eigenen Sterben auseinanderzusetzen, mit Angehörigen oder Freunden darüber zu reden. Neben Checklisten zum Ausfüllen von Patientenverfügung, Versorgungsvollmacht und mehr, gehen die Autoren allen Fragen zu diesem Thema verständlich, feinfühlig, verständnisvoll, einfühlsam und offen nach. Es wird deutlich, dass durch die rechtzeitige Beschäftigung mit Sterben und Tod ein Gefühl von Entlastung eintreten kann, auch für nahestehende Menschen. Obwohl ich schon seit langer Zeit viele Dinge diesbezüglich besprochen, geregelt und hinterlegt habe, hat mich dieses Buch dazu angeregt, meine Wünsche und Vorstellungen zu erweitern und sie meinen bisherigen Unterlagen hinzuzufügen.

(UW) Die TV-Dokumentation „Sterben wie ich will – Mein Weg" (Hessischer Rundfunk) stellt uns in zwei Teilen die Familientherapeutin, Buchautorin und Rednerin Sabine Mehne aus Darmstadt vor. Die Mutter von drei Kindern bekam mit 38 Jahren Krebs

und kämpfte 25 Jahre dagegen an. Nun will sie selbstbestimmt zuhause in ihrem Bett sterben, hat sich für das Sterbefasten entschieden und organisiert ihre letzte Reise. Aber wie soll sie das ihrer Familie erklären, die mit ihrer Entscheidung hadert? „Von hinten denken heißt, das Schwere dann zu tun, wenn es noch leicht ist." (Sabine Mehne) Die hr-Doku ist bis zum 12. März 2025 in der ARDmediathek zu sehen.

(AS) Jedes Leben ist unterschiedlich und einzigartig. Und doch haben wir eines gemeinsam: Ob Mensch, Tier oder Pflanze, wir alle müssen sterben. In dem Buch „Abschied von Hermine: Über das Leben, das Sterben und den Tod - und was ein Hamster damit zu tun hat" (Goldmann) nimmt uns Jasmin Schreiber, Autorin des Bestsellers „Marianengraben", mit auf eine spannende Reise in die Welt der Biologie. Dabei erklärt sie uns, was beim Sterben passiert und natürlich auch was Leben bedeutet.
„Wie liebevoll die Autorin das Leben erklärt! Ich will meine Begeisterung teilen wie eine Zelle." (Micky Beisenherz, Autor und Moderator)

VORSORGE - DEMENZ - TRAUER - FORTBILDUNG

Termine im 2. Halbjahr Jetzt anmelden!

Dienstag, 27. Juni, 16.00 Uhr*
Sprechstunden „Formen der Vorsorge". Beratungen in Präsenz, telefonisch oder digital möglich. Monatlich, Teilnahme kostenfrei. Anmeldung erforderlich.** Termine 2023: www.hospizdienst-herne.de

Sonntag, 2. Juli, 14.30-16.00 Uhr
BankVerbindung - Gespräche und Begegnungen auf dem Südfriedhof an der Wiescherstraße, Treffpunkt: Bänke vor der Trauerhalle. Jeweils am 1. Sonntag im Monat. Keine Anmeldung erforderlich. Termine 2023: www.hospizdienst-herne.de

Montag, 21. August, 10.30-12.00 Uhr*
Herzensangelegenheit Demenz - Offene Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz. Jeweils montags. Teilnahme kostenfrei, Anmeldung erforderlich. Termine 2023: www.hospizdienst-herne.de

Samstag, 16. September, 10.00-13.15 Uhr*
Demenz-Zirkel - Demenz-Parcours. Workshop mit der vhs für Angehörige und Interessierte. Teilnahme kostenfrei. Anmeldung über vhs Herne.

Dienstag, 26. September, 17.00-20.00 Uhr
Demenz-Zirkel - Wie fühlt sich Demenz an? In Kooperation mit der vhs Herne. Teilnahme kostenfrei. Anmeldung: vhs Herne.

Mittwoch, 4. Oktober, 19.00 Uhr
Demenz geht uns alle an. Vortrag mit Zertifikat (DemenzPartner), Referentin: Anja Schröder bei ID55 e.V., Restaurant Zille, Willi-Pohlmann-Platz 1, 44623 Herne.. Keine Anmeldung erforderlich. Eintritt frei.

Dienstag, 17. Oktober, 17.00-19.00 Uhr*
Beginn der festen Gruppe für Trauernde. 7 Termine, jeweils dienstags. Teilnahme kostenfrei. Anmeldung erforderlich.** Termine 2023: www.hospizdienst-herne.de

**Der Veranstaltungsort ist, wenn nicht anders genannt; Ambulanter Hospizdienst, Bahnhofstraße 137, 44623 Herne*
***Infos und Anmeldung unter 02323 - 988 290 oder per Mail info@hospizdienst-herne.de*

ZEITSCHENKER*INNEN DRINGEND GESUCHT!

Jetzt schon vormerken! Der Beginn des Vorbereitungskurses 2024 für das Ehrenamt in der ambulanten Sterbebegleitung steht bereits fest:
Donnerstag, 1. Februar, 18.00 Uhr in den Räumen des Hospizdienstes, Bahnhofstraße 137, 44623 Herne.
Infos und Anmeldung zum Kurs telefonisch unter 02323 - 988 290 oder per Mail an info@hospizdienst-herne.de

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 **ZEIT**SCHENKER*INNEN.

DIE **ZEIT**SCHENKER*INNEN...

... begleiten Schwerkranke, Sterbende und deren Angehörige und Freund*innen 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
www.hospizdienst-herne.de
www.facebook.com/DIE**ZEITSCHENKER**
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.