



HOSPIZ  
**ZUGvogel**  
*Gemeinsam des Weges!*

# NEWSletter

02 | 2021

Was ist gutes Sterben?

Advent im Hospiz

Zimmerpatenschaft

Am Lebensende

# Was ist gutes Sterben?

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

diese Fragestellung hat der Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen, mit Sitz in Celle, an die niedersächsische Bevölkerung gerichtet.

Daraus wurde ein großes Projekt mit diversen Ausrichtungen in den jeweiligen Regionen Niedersachsens. Institutionen, die sich der Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen verbunden fühlen, haben Fragebögen entworfen, Workshops gestaltet und Interviews geführt.

Ambulante Hospizdienste, stationäre Hospizeinrichtungen in Stadt und Land haben versucht das tabuisierte Thema feinfühlig an die Menschen heran zu tragen.

Folgende Fragen wurden beispielhaft vom Verein Hospizarbeit Region Wolfsburg formuliert:

- „Wen würde ich gern um mich haben?“
- „Was will ich auf gar keinen Fall?“
- „Wer oder was würde mir Trost geben?“

- „Will ich Medikamente, die mich beruhigen oder Schmerzen lindern?“

Jeder Mensch, egal welchen Alters hat individuelle Lebenserfahrungen und somit bestimmte Vorstellungen vom eigenen Sterben, Ängste und Wünsche. Das Wichtige ist dabei, diese Gedanken und Gefühle im Dialog mit den eigenen An- und Zugehörigen zu besprechen. So kann im ersten Schritt Entlastung und im zweiten Schritt Klarheit entstehen.

Im Weiteren macht es Sinn sich mit den Vertrauten zum Thema „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“ auszutauschen und bei Bedarf eine Beratung / Rechtsberatung in Anspruch zu nehmen.

So können wir uns gut auf die letzte Lebensphase vorbereiten und unsere Wünsche zum Ausdruck bringen, damit nach Möglichkeit nichts geschieht, was wir nicht möchten.

Diese Gespräche und Formulierungen können jeden Menschen individuell

entlasten, auch unsere Liebsten!  
Mit diesem landesweiten Projekt ist ein tabuisiertes Thema in den Mittelpunkt gerückt und transparent geworden. Dafür gilt es „DANKE“ zu sagen.

## Die Schwellenzeit

Am Totenbett oder was ist gutes Sterben?

Unsere Kolleginnen, Wiebke und Claudia, haben an einer viertägigen Fortbildung von Jan Möllers (memento Bestattungen, Berlin) teilgenommen.



Diese Fortbildung war eine ganz besondere, weil sie viel Persönliches berührt und Selbsterfahrung gefördert hat.



Von der letzten Lebensphase bis zur Bestattung, so umfangreich und intensiv war der Themenkomplex.

Die exemplarische Versorgung eines Verstorbenen war eine sehr besinnliche Zeit, d.h. wir haben eine letzte Waschung an einer Person durchgeführt (diese Person hat sich bekleidet zur Verfügung gestellt).

Zuvor sollten wir uns in Einzelarbeit jeweils Gedanken machen und unseren Gefühlen nachspüren, wie wir selber als Verstorbene unseren Körper für die letzte Reise gepflegt wissen möchten. Soll eine bestimmte Seife oder ätherische Öl mit Pflegebalsam benutzt werden, sollen meine Liebsten beteiligt werden und / oder soll

eine spezielle Musik im Hintergrund gespielt werden? Fragen und Antworten bzw. Wünsche und späteres Tun berühren sehr- es sind Tränen geflossen...

Danach haben wir in einer Kleingruppe beraten, wie wir eine besonders würdevolle Versorgung gestalten können. Von der Waschung bis zur Kleidung und zum Schluss der Schmuck. Welche Beigaben sind wichtig, soll ein Brief, ein Kuschelkissen oder-tier in den Arm gelegt werden? Gibt es ein Tagebuch oder ein Brief, welcher mit ins Grab soll?

Auch eine empathisch fachliche Beratung und Biographiearbeit mit Angehörigen wurde erarbeitet. Wie kann ein vertrauensvolles und haltgebendes Gespräch in dieser Zeit des Abschiednehmens geführt werden? Was benötigen die Angehörigen an Information und was könnte zu viel werden? Benötigen sie eine Pause in der Begleitung oder besser eine Tasse Tee oder Ähnliches?

Könnte ein Ritual hilfreich sein, ein Gebet oder Gesang?

„Durch das eigene Erleben in der Fortbildung bzw. Selbsterfahrung bin ich noch besser auf die Begleitung in dieser besonderen Abschiedszeit vorbereitet“, erläutert Wiebke auf Nachfrage. Claudia ergänzt: „Dieser Übergang / die Schleusenzeit ist ein sehr feinfühliges Geschehen, spirituell, religiös ..., für jeden Menschen anders und ich bin dankbar, diese Erfahrung gemacht zu haben.“

Auch rechtliche Aspekte wurden zum Ende thematisiert.

Wir danken an dieser Stelle Claudia und Wiebke sehr herzlich, dass sie bereit waren, uns einen Einblick in das berührende Seminar zu geben.



## Spuren im Sand

(Margaret Fischback Powers)

Eines Nachts hatte ich einen Traum:  
Ich ging mit Gott am Meer entlang.  
Vor dem dunklen Nachthimmel erstrahlten Streiflichtern gleich  
– Bilder aus meinem Leben.

Und jedes Mal sah ich zwei Fußspuren im Sand,  
meine eigenen und die von Gott.  
Als das letzte Bild an meinen Augen vorübergezogen war,  
blickte ich zurück. Ich erschrak, als ich entdeckte,  
dass an vielen Stellen meines Lebensweges  
nur eine Spur zu sehen war.  
Und das waren gerade die schwersten Zeiten meines Lebens.

Besorgt fragte ich Gott:  
„Herr, du hast mir versprochen, auf all meinen Wegen  
bei mir zu sein. Aber jetzt entdecke ich, dass in den schwer-  
sten Zeiten meines Lebens nur eine Spur im Sand zu sehen  
ist. Warum hast du mich alleine gelassen, als ich dich am  
meisten brauchte?“

Da antwortete er:  
„Mein liebes Kind, ich liebe dich und werde dich nie alleine  
lassen, erst recht nicht in Nöten und Schwierigkeiten.  
Dort, wo du nur eine Spur gesehen hast,  
habe ich dich getragen!“

## Zimmerpatenschaft

### Wie werde ich ein Zimmer-Pate?

Patenschaft wird mit einer freiwilligen Übernahme einer Fürsorgepflicht beschrieben. Wir möchten Ihnen gerne erzählen, warum und wie Sie die stationäre palliative Arbeit für den ZUGvogel unterstützen können.

Erst einmal zu dem „Warum“. Die ersten Hospize gründeten sich bereits im Mittelalter (lt. hospitum = Herberge) entlang der Pilgerrouten. Sie boten nicht nur Reisenden Schutz, sondern gaben auch Beistand für Kranke und Sterbende. Ehrenamtlich tätige Menschen haben bis in die 1970er Jahre diese Arbeit geprägt. Mit der modernen Hospizbewegung ist dann auch eine gewisse Professionalisierung eingezogen. Heute steht ein ganzes Team aus Palliativ Care Pflegekräften, Palliativmedizinern, Hauswirtschaft, Seelsorge, Ehrenamt und Therapeuten für unsere Bewohner bereit.

Der Gesetzgeber möchte, dass die Gesellschaft auch weiterhin für Menschen am Lebensende Sorge trägt. Die Kosten (Miete, Personal,



Energiekosten...) für die Begleitung Schwerstkranker und Sterbender in einem Hospiz werden nur zu 95% von den Kranken- und Pflegekassen erstattet. Die verbleibenden 5% müssen durch Spenden ergänzt werden.

Wie kann eine Patenschaft uns unterstützen?

Täglich sind etwa 25 € der Betriebskosten pro Bewohnerzimmer nicht gedeckt. Mit einer Zimmer-Patenschaft für einen Tag, ein Wochenende oder eine Woche helfen Sie diese Lücke zu schließen.

Auf unserer Homepage [www.zugvo-gel-sulingen.de](http://www.zugvo-gel-sulingen.de) finden Sie unter Patenschaft weitere Informationen und können dort direkt Pate werden. „Den Tagen mehr Leben geben“ (Cicely

Saunders), mehr Lebensqualität geben in der wohl schwersten Zeit eines Menschen und seiner Zugehörigen.

Wir sind dankbar für jede Unterstützung.

Ein besinnliches Weihnachten, ein zufriedenes Nachdenken über Vergangenes, Glaube an das Morgen und Hoffnung für die Zukunft wünschen wir aus ganzem Herzen.

Herzlichst, Ihre Petra Brackmann



# Sozialrechtliches zum Lebensende

## Brigitte Meyer gibt einen Überblick

Mittlerweile sind die Themen „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“ vielen Menschen in der Bevölkerung bekannt.

„Davon habe ich schon mal etwas gehört“, oder „ja, dieses Thema muss ich auch noch erledigen“, so sind die beispielhaften Aussagen, wenn dieser Themenbereich in meinem Umfeld angesprochen wird.

Im letzten Jahr habe ich dazu eine Fortbildung besucht u. möchte an dieser Stelle das Wichtigste für Sie zusammenfassen:

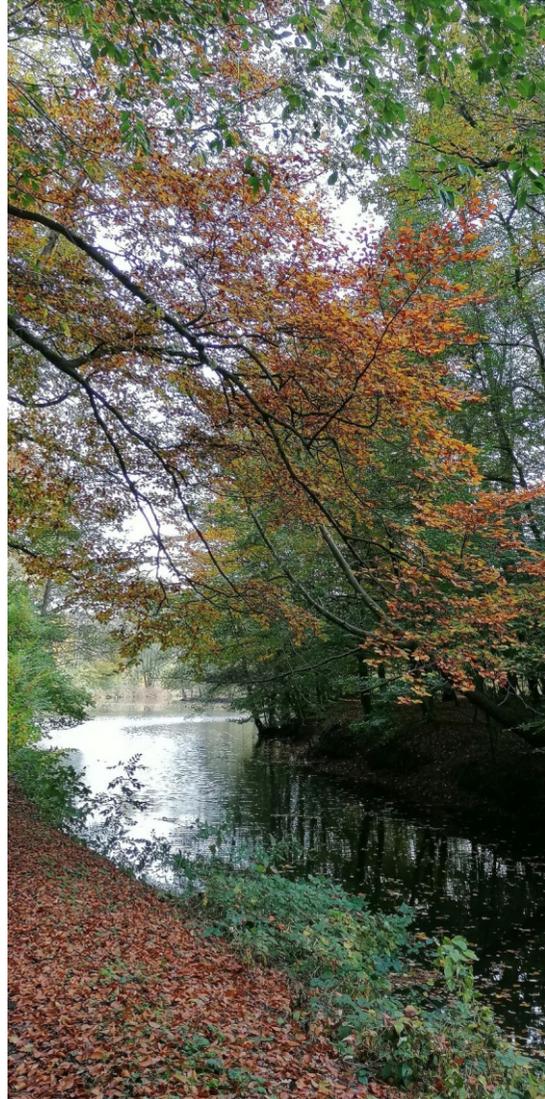


- In einer **Patientenverfügung** benenne ich meine Wünsche, meinen Willen in Bezug auf medizinische und pflegerische Handlungen, Operationen, Therapien für den Fall, dass ich persönlich z. B. aufgrund von Krankheit oder eines Unfalls nicht mehr selbständig entscheiden kann. Hier verfüge ich, ob ich Wiederbelebungen (Reanimationen), unterschiedliche Chemo- oder Immuntherapien usw. möchte. In diesem Dokument kann ich auch die Aufnahme in ein Hospiz oder die häusliche hospizliche Begleitung im Krankheitsfall benennen.
- Die **Vorsorgevollmacht** hat das Ziel ein oder zwei Menschen meines Vertrauens zu bestimmen, die sich für meine Wünsche bzw. meinen Willen einsetzen. In entscheidenden Gesprächen mit Ärzt:innen und Pflegepersonal sind die Vorsorgeberechtigten diejenigen, die Wünsche u. Willen (in der Patientenverfügung benannt) im Zweifel auch durchsetzen müssen. Auch

- Auch die Vertretung in Post- und Fernmeldeangelegenheiten, Aufenthaltsbestimmung, Vermögenssorge etc. werden in der Vorsorgevollmacht geregelt.
- **Wichtig:** Die Banken / Geldinstitute haben eigene Formulare, die unbedingt genutzt werden sollten! Die Vermögenssorge ist nur dann ausreichend geklärt, wenn Bankvollmachten erteilt worden sind.  
**Eine Vertretung ist für den Verhinderungsfall zu benennen.**

Bei ungeklärten Fragen / Situationen kann eine Beratung bei Wohlfahrtsverbänden, dem Gesundheitsamt im Landkreis Diepholz etc. oder niedergelassenen Jurist:innen und / oder Notar:innen in Anspruch genommen werden.

Dipl. Soz. Päd. Brigitte Meyer



## Gastbeitrag

# Palliativstützpunkt im Landkreis Diepholz e.V.

Unheilbar kranke Menschen benötigen eine ganz besondere Zuwendung.

Der Palliativstützpunkt im Landkreis Diepholz e.V. unterstützt bereits seit 2013 weit über 2.200 Bürger:innen mit spezialisierter ambulanter Palliativversorgung (SAPV).

Ziel ist es, die ambulante Versorgung durch Hausärzte und Pflegedienste fachlich zu ergänzen.

Die weitgehende Linderung belastender Symptome und die Verbesserung der Lebensqualität unserer Patienten vermeidet oftmals Krankenhauseinweisungen.

Bestenfalls ermöglichen wir mit aktuell vier kooperierenden Palliativteams und weiteren Netzwerkpartnern eine würdevolle, Mut spendende Begleitung bis zum Lebensende in der eigenen Häuslichkeit.

Wir stehen den Patienten und seinen Zugehörigen zur Seite bei der Krankheitsbewältigung und der Gestaltung der letzten

Lebensphase, geben Sicherheit durch eine 24/7-Rufbereitschaft und regelmäßige Hausbesuche durch Palliative-Care-Fachkräfte und Palliativmediziner.

Aktuell planen wir eine weitere Zweigstelle in Diepholz zur Ergänzung der Hauptstelle Sulingen und den bereits vorhandenen Zweigstellen in Syke & Weyhe-Leeste.

Viele weitere Informationen finden Sie unter [www.palliativ-diepholz.de](http://www.palliativ-diepholz.de).

Herzlichst,

Corinna Dullin, Stefan Siegel,  
Alexander Höge  
Vorstandsmitglieder



# Advent im Hospiz

## Warten...

Auf was warten wir?  
Auf besseres Wetter ...  
Auf bessere Zeiten ...  
Dass die Ampel grün wird ...  
Dass wir beim Arzt an die Reihe kommen ...  
In der Warteschleife am Telefon ...  
An der Schnellteststation ...  
Auf eine Diagnose ...  
Auf angekündigten Besuch ...  
Auf einen bestimmten Termin,  
Geburtstag zum Beispiel ...  
Auf eine Geburt ...

Für manche Menschen ist Warten sehr unangenehm. Dann kann Warten in ein Befürchten umschlagen, und das löst Unbehagen und Angst aus. Eine positive Erwartung kann besonders Kinder in Anspannung bringen, dass sie die Vorfreude auf das, was kommen könnte, fast nicht aushalten.

In der Adventszeit warten wir auch Weihnachten, was immer das für jeden Einzelnen bedeuten mag. Wir haben nichts zu befürchten, wir können gelassen und hoffnungsvoll warten, abwarten. Wir wissen, was

kommt. Diese Zeit des Wartens versuchen wir so angenehm wie möglich zu gestalten mit besonderen Ritualen, mit speziellem Gebäck, leckeren Getränken, entsprechender Musik und was sonst noch alles zur Vorweihnachtszeit dazu gehört.

Pastorin Juliane Worbs und ich werden **am 3. und am 4. Advent ab 16.30h in der Wohnküche warten.** Warten, in froher Erwartung auf das, was kommt, auf die Menschen, die kommen. Wir werden nichts planen, kein Programm haben, aber vorbereitet sein und uns einstellen auf Geschichten, Gesänge, auf Erzählen, auf eine gemütliche Stunde.

Anschließend werden wir alle im Hospiz segnen, die gesegnet werden wollen. Segnen heißt: gutes Zusprechen! Gute Wünsche im Namen Gottes jeder einzelnen Person ganz persönlich zusprechen.



Wir erwarten Sie gern!  
Claudia Rolke, Seelsorgerin im Hospiz

## Kontakt

Hospiz Zugvogel  
Wiesenweg 6a  
27232 Sulingen

Telefon 04271 9553350  
Telefax 04271 9553359

post@zugvogel-sulingen.de



## Spendenkonten

Kreissparkasse Grafschaft Diepholz  
IBAN DE03 2565 1325 0191 2885 88

Volksbank eG, Sulingen  
IBAN DE26 2569 1633 1032 3007 00

[www.zugvogel-sulingen.de](http://www.zugvogel-sulingen.de)

