

Liebe Leserinnen und Leser,
"Ein jegliches hat seine Zeit", sie kennen dieses Zitat. Es ist Herbst. Die Blätter sind von den Bäumen gefallen, das Grün ist einem Grau gewichen, es wird kühl und früh dunkel. November! Ein Monat, den viele von uns als den dunklen Monat sehen, der von alters her mit Sterben und Tod in Zusammenhang steht...

Es ist Zeit zur Ruhe zu kommen und über das im Jahr Geschehene nachzudenken und auch die Zeit der Verstorbenen zu gedenken.

Mit der heutigen Ausgabe von MOMENTE wollen wir Ihnen dazu Impulse geben.

*Kerze, du schönes Symbol des Lebens,
die sich verglühend für andere verzehrt
und von dem Schöpfer nur eines begehrt:
dass ihr Sich-Schenken nicht bliebe vergebens.
Möchte auch ich, eh ich zur Ruh,
Leuchten für andere im Dunkel wie du.*

Wir berichten:

Trauergesprächskreise

Zum zweiten Mal hat uns nun schon ein Ruf aus Nördlingen erreicht mit der Bitte um ein Angebot für trauernde Menschen.

Unsere Reaktion auf den ersten Impuls, durch einen Bestatter, war der Aufbau des Trauergesprächskreises in Donauwörth, der inzwischen zum wiederholten Male angeboten wird.

Auch in diesem Jahr haben sich in Donauwörth etliche Trauernde angemeldet, die sich alle zwei Wochen in einer sogenannten angeleiteten geschlossenen Selbsthilfegruppe treffen. Nach dem zweiten Treffen ist es nicht mehr möglich neu in die Gruppe zu kommen. Auf diese Weise ist gewährleistet, dass sich die bestehende Gruppe festigt, die Teilnehmer sich in der geschützten Atmosphäre öffnen können und untereinander kennenlernen und stützen.

Neu in diesem Jahr ist, dass wir aufgrund der oben beschriebenen Anfrage parallel dazu einen Trauergesprächskreis in Nördlingen nach dem gleichen bewährten

Konzept anbieten. Auch hierzu sind Anmeldungen eingegangen. Die Gruppe trifft sich in Räumen des Stiftungskrankenhauses.

In unserer Gesellschaft haben wir es verlernt mit Trauernden umzugehen. Eine für die Hinterbliebenen angemessene Trauerkultur ist verloren gegangen. Doch wo finden Menschen Unterstützung in der Be- und Verarbeitung ihrer schmerzhaften Verluste? Hier soll unser Angebot einen guten und sicheren Rahmen bilden und mittels Anleitung zu speziellen Themen in der Trauer Impulse geben.

Besonders danken wir Gisela Smith und Barbara Allmannsbeck, die für beide Gruppen verantwortlich zeichnen. Sie setzen sich mit viel Fachkompetenz und Zeit für Menschen in dieser besonderen Lebenssituation ein.

Trauern heißt nicht nur lautes Klagen.

Trauern heißt auch liebevolles Erinnern.

Das vergangene Schöne kann dann wie ein kostbares Geschenk sein.

Dietrich Bonhoeffer

Hospizhelferausflug

Auch in diesem Jahr war es durch die Unterstützung von Sponsoren möglich, für unsere ehrenamtlichen HospizhelferInnen einen Ausflug anzubieten. Mit mehreren Zustiegsmöglichkeiten auf der Strecke von Donauwörth nach Oettingen, brachte uns der Bus zum Schloss Dennenlohe. Hier wurden wir zur Führung durch den Schlosspark schon erwartet. Auf 16 Hektar hat Baron Süsskind seit mehr als 20 Jahren sein Hobby zur Passion gemacht. Der Park von Dennenlohe gliedert sich in drei Bereiche: der täglich geöffnete Rhododendronpark der aufgrund seiner Pflanzenvielfalt als Botanischer Garten anerkannt ist, der stetig wachsende Landschaftspark - ein Patchwork von traditionellen Kultur- und Wildlandschaften, sowie der nur an bestimmten Tagen im



Jahr geöffnete Privatgarten des Schlosses.

Bei herrlichem Herbstwetter kamen wir aus dem Staunen nicht heraus, konnten in Ruhe das weitläufige Gelände erkunden und das eine oder andere "Schwätzchen" miteinander halten. Im Schlosscafe stärkten wir uns bei Kaffee und Kuchen.

Unser Bus brachte uns anschließend nach Wallerstein in den

"fürstlichen Keller", wo ein Essen den Tag abrundete.

Für alle Beteiligten war dieser Tag im Kreis der hospizlichen MitstreiterInnen ein besonderes Erlebnis. Unser Dank gilt besonders Gertrud Schmid, der 2. Vorsitzenden, die sich sowohl um die Spendengelder für diesen Tag bemühte, als auch für die Planung verantwortlich zeichnete.

Aus der Praxis: Validation?!

Immer wieder begegnen wir in unserer Arbeit diesem Begriff. Ein Wort, welches sich aus dem engl. Verb: to validate = für gültig zu erklären und dem Lateinischen: valere = Wert sein, ableitet.

In der heutigen Praxis ist damit eine wertschätzende, gewährende Kommunikationsform gemeint, die in der Altenpflege, Geriatrie, der Gerontopsychiatrie und in der Palliativmedizin eingesetzt wird. Besonders bei Menschen mit hirnorganischen Abbauprozessen und den damit verbundenen Verlusten und Einbußen in der Wahrnehmung ihrer Umgebung hat sich diese Art der Kommunikation bewährt.

Der Hauptakzent liegt darin, den Patienten mit seinen Gefühlen und Antrieben, wie z. B. Wut, Trauer, Pflichtbewusstsein usw. ernst zu nehmen, den emotionalen Gehalt seiner

Aussage oder seines Verhaltens aufzugreifen. Die Aussage des Kranken wird dabei weder gewertet, noch korrigiert, selbst wenn sie für unsere Ohren und gemessen an unserer Realität unsinnig erscheint.

Der Kranke fühlt sich dadurch verstanden, das Vertrauen wächst und die Angst reduziert sich.

Beispiel:

Eine 85 jährige Frau ruft immer wieder nach ihrer Mutter. Es hilft wenig, ihr zu erklären, dass ihre Mutter längst tot sei. Hier gilt es den emotionalen Inhalt ihres Rufens aufzugreifen. "Mutter" steht für Schutz und Geborgenheit. Eine einführende Antwort könnte daher lauten: Sie fühlen sich ganz schutzlos und suchen jemanden, die sich wie eine Mutter um Sie kümmert?

Begleitung von dementiell Erkrankten stellen uns in der Hospizarbeit vor große Herausforderungen.

Vorgestellt: Erika Kostroun

Als neue Koordinatorin der Hospizgruppe Donau-Ries darf ich mich Ihnen heute vorstellen. Mein Name ist Erika Kostroun, ich bin 57 Jahre alt und verheiratet. Ich bin seit 40 Jahren als Krankenschwester, Lehrerin für Krankenpflege und Sozialpädagogin tätig. Ich arbeitete mit Schwerkranken und Sterbenden als Krankenschwester auf der Onkologiestation im Klinikum Großhadern und in einem einjährigen Einsatz auf einer Pflegestation. Besonders prägte mich meine 5 jährige Beratungstätigkeit in der psycho-



sozialen Krebsberatung für Betroffene und Angehörige in München beim BRK. Seit 1. September 2012 bin ich hauptamtlich beim Hospizverein in Teilzeit (15 Stunden wöchentlich) angestellt. Ich arbeite mich derzeit in meine Aufgaben z. B. die Koordination und Organisation von Hospizhelfereinsätzen, das da sein für die ehrenamtlichen Hospizhelfer, die unentgeltlich ihre Zeit für Schwerstkranken und sterbende Menschen zur Verfügung stellen, im Verein ein.

Auf diese Arbeit freue ich mich und auch darauf, Sie kennen zu lernen.

Ihre Erika Kostroun

Für Sie gelesen:

Oskar und die Dame in Rosa / Roman von Eric-Emmanuel Schmitt

Wie schafft es ein Autor mit einem so schwierigen Thema, dem Sterben und Tod eines Kindes, so unerschrocken umzugehen, frage ich mich, als ich die kurze Inhaltsbeschreibung dieses Buches gelesen habe.

Auf der Suche nach einer Antwort habe ich auf seiner Website folgendes gefunden:

Als Kind war ich oft in Krankenhäusern. Nicht dass ich oft krank gewesen wäre: ich begleitete meinen Vater, der kranke Kinder als Krankengymnast behandelte. Als ich die ersten Male dabei war, hatte ich noch Angst, eine Angst, die mich reflexartig überkam. Angst vor Kindern, die anders sind. Angst vor der Krankheit, die sie dazu zwang ihre Zeit in unpersönlich eingerichteten Zimmern zu verbringen. "Ist das ansteckend?" "Ich würde dich nicht mitnehmen, wenn es für dich gefährlich wäre", antwortete mir mein Vater. Nicht sonderlich beruhigt, lernte ich Kinder kennen, mit denen ich mich im Laufe der Zeit an-

freundete. Und an der Hand meines Vaters genoss ich eine sonderbare Erziehung. Ich bewegte mich in einer Welt, wo das Normale nicht die Norm war, einer Welt, wo die Krankheit als gewöhnlich galt und eine gute Gesundheit als außergewöhnlich, einer Welt, woraus einige Bewohner einfach verschwanden, nicht, weil sie heimgegangen waren, sondern weil die Krankheit sie mit sich fortgerissen hatte. Sehr bald war mir der Tod nahe, wie der Junge von nebenan, war mir zugänglich geworden, einer, der um uns herumstreicht, bevor er zubeißt. Im Gegensatz zu vielen Kindern - und Erwachsenen - glaubte ich bald nicht mehr daran, dass ich unsterblich sei....

Diese Erfahrung hat Herr Schmitt in seinem Buch verarbeitet. Es handelt von einem leukämiekranken Jungen. Er heißt Oskar, ist zehn Jahre alt und weiß, dass er sterben wird. "Eierkopf" nennen ihn die anderen Kinder im Krankenhaus, aber das ist nur sein

Spitzname und der tut nicht weiter weh. Schlimmer ist, dass seine Eltern Angst haben, mit ihm über die Wahrheit zu reden. Weder Chemotherapie noch Knochenmarkstransplantation können sein Leben retten. Nur die ehemalige Catcherin Oma Rosa hat den Mut zusammen mit Oskar über seine Fragen nachzudenken. Sie rät ihm, jeden Tag einen Brief zu schreiben - an den lieben Gott - und ihm zu sagen, was ihn bewegt. Oskar, der nicht einmal an den Weihnachtsmann glaubt, findet die Idee nicht wirklich gut. Doch Oma Rosa

bringt ihn dazu, die Briefe zu schreiben und sich jeden noch verbleibenden Tag wie zehn Jahre seines Lebens vorzustellen. Auf wundersame Weise durchlebt Oskar ein ganzes Menschenleben. Glücklich, erschöpft und manchmal auch enttäuscht erzählt er dem lieben Gott davon. Bis zu jenem Augenblick, in dem er zu müde ist, um noch älter zu werden.

Ein lesenswertes Buch, das einen trotz des traurigen Themas, nie verzweifeln lässt.

Ganz herzlich möchte ich mich an dieser Stelle bei allen bedanken, die uns in diesem Jahr durch ihre ehrenamtliche Mitarbeit, ihre Spenden, ihre Ermutigung, ihre Zusammenarbeit mit uns, unterstützt haben. Alleine ist diese wertvolle Arbeit nicht zu leisten. Im Namen des Vorstandes sage ich allen ein herzliches Vergelt´ s Gott.

Wir wünschen Ihnen ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Jahr 2013. Bleiben Sie behütet. Ihre Christa Lechner

Wünsche zum neuen Jahr

*Ein bisschen mehr Friede und weniger Streit
Ein bisschen mehr Güte und weniger Neid
Ein bisschen mehr Liebe und weniger Hass
Ein bisschen mehr Wahrheit
- das wäre doch was.*

*Statt so viel Unrast ein bisschen mehr Ruh
Statt immer nur Ich ein bisschen mehr Du
Statt Angst und Hemmung ein bisschen mehr Mut
Und Kraft zum Handeln
- das wäre gut.*

*In Trübsal und Dunkel ein bisschen mehr Licht
Kein quälend Verlangen, ein bisschen Verzicht
Und viel mehr Blumen, solange es geht
Nicht erst an Gräbern - da blühen sie zu spät.*

*Ziel sei der Friede des Herzens
Besseres weiß ich nicht.*

Peter Rosegger

Wir gratulieren:

Am 8. November ist unserer Schatzmeisterin Bärbel Allmannsbeck der Sozialpreis der Firma MR Plan für ihr soziales Engagement verliehen worden. Frau Allmannsbeck ist von Beginn an in unserem Verein tätig. Seit 13 Jahren ist sie unsere Schatzmeisterin, darüberhinaus hat sie zahlreiche Menschen auf ihrem letzten Weg begleitet. Mit Pfr. Herbert Haas hat sie den Trauergesprächskreis in Donauwörth aufgebaut und unterstützt nun auch Gisela Smith in der neuen Gruppe in Nördlingen. Liebe Bärbel, wir freuen uns mit dir und gratulieren dir ganz herzlich!

Aktuelles:

Wir haben neue Hospizbegleiter:

Ein herzliches Willkommen im Kreis unserer Hospizbegleiter sagen wir an:
Ingeborg Berger, Gabi Deubler, Rita Fischer, Gisela Friedl, Susanne Heckmaier, Petra Larisch, Marianne Leberle, Eleonore

Möller und Stefanie Reischl. Nach abgeschlossener Ausbildung und Praktikum im Jahr 2011 machten sie dieses Jahr erste Erfahrungen in der Begleitung.

Impressum:

Ausgabe 07 – 12 / November 2012
Hospizgruppe Donau-Ries e.V. Jennisgasse 7
86609 Donauwörth Telefon 0906 – 700 16 41
www.hospizgruppe-donau-ries.de

E-Mail: hospizgruppe-donau-ries@t-online.de
Konto Raiffeisen-Volksbank Donauwörth:
BLZ 722 90 100 Kto.Nr. 30 40 402
Konto Sparkasse Donauwörth
BLZ 722 501 60 Kto.Nr. 2000 4123

