



Hospizverein Werdenfels e.V.

Rundbrief Nr. 66 im März 2021

Liebe Mitglieder des Hospizvereins, liebe Interessierte!

während ich diese Zeilen schreibe, wird in der Politik weiter beraten, diskutiert und gefordert, wann und wie die Einschränkungen gelockert werden können.

Wie geht es Ihnen?

Konnten Sie auch diese herrlichen Vorfrühlings-tage genießen? Haben Sie Kraft, Energie und vor allem Zuversicht aus dem Licht, den wärmenden Sonnenstrahlen und den ersten blühenden Boten der neu erwachenden Natur geschöpft? Der wiederkehrende Kreislauf des Lebens lässt sich selbst von Corona nicht aufhalten!

In dieser hoffnungsfrohen Jahreszeit schaue ich auf das Leben – die kleinen Augenblicke, die glücklich machen. Ich versuche mit einer positiven Einstellung und der Zuversicht, dass es immer irgendwie weitergehen wird, das Leben anzunehmen, so wie es ist. Gerade fand ich in der Post den evangelischen Gemeindebrief. Wir sind eingeladen zu musikalischen Frühlingserwachen-Andachten, Ostergottesdiensten im Grünen und an anderen besonderen Orten. Schon das Lesen stimmt mich froh, wieder die Möglichkeit zu bekommen, wenn auch unter strengen Hygienekonzepten, in Gemeinschaft zu feiern.

„**Gemeinsam unterwegs**“ möchte auch unser Hospizverein sein. Das jüngste Projekt dazu heißt:

„Patchworkdecke“- was verbindet uns?“ Ich bin schon sehr gespannt, welche Gedanken und Ideen uns, den Hospizbegleiter*innen, den Koordinatorinnen, Martina Wendler vom Büro und den Vorstand anleiten, dieses Stück Stoff zu

gestalten. 40 Einzelteile zu einem Ganzen zusammengefügt wird ein sichtbares Zeichen unserer Verbundenheit sein, so bunt, vielfältig und unterschiedlich, wie wir alle es sind - und trotzdem - eine Gemeinschaft, mit dem gemeinsamen Wunsch, Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten.

So wie das Frühlingserwachen uns stärkt, glücklich und hoffnungsfroh stimmt, wünsche ich uns allen, dass wir das Leben spüren und wahrnehmen und zuversichtlich auf den wiederkehrenden Kreislauf des Lebens vertrauen!

Er ist's...

Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte.

Süße, wohlbekannte Düfte

Streifen ahnungsvoll das Land.

Veilchen träumen schon,

Wollen balde kommen.

- Horch, von fern ein leiser Harfenton!

Frühling, ja du bist's!

Dich hab' ich vernommen! (Eduard Mörike)

Ein herzlicher Gruß,

Ihre

Anette Brunner, 2. Vorsitzende

Omilis letzte Reise

Wir haben meine Omili aus Rheinland-Pfalz zu uns nach Grainau geholt, da es ihr körperlich sehr schlecht ging. Das war keine leichte Entscheidung für sie, nach 25 Jahren ihren Lebenspartner zurückzulassen.

Für meine Mama und mich war klar, dass wir Omili bei uns zu Hause gerne willkommen heißen wollten! Deshalb haben wir mein altes Kinderzimmer entrümpelt und richtig schön hergerichtet. Sie sollte sich bei uns zu Hause fühlen. Weil ihr die Veränderung dennoch sehr schwer gefallen ist, sprach sie immer davon, sie sei bei uns im Urlaub.

Mit der Zeit wurde meiner Mama und mir klar, dass sie wegen zunehmender Schwäche, starker Schmerzen und Atembeschwerden mehr Hilfe benötigte. Das Gefühl mit anzusehen, wie es einem geliebten Menschen von Tag zu Tag immer schlechter geht, ist kaum zu beschreiben. Wir vereinbarten die Hilfe eines Pflegedienstes. Trotzdem fühlten wir uns weiterhin überfordert. Bald reichte auch der Pflegedienst als Unterstützung nicht mehr aus. Krankenhausaufenthalte, wiederkehrende Panikattacken und Atemaussetzer..., wir wussten nicht mehr weiter und wandten uns verzweifelt an den Hospizverein Werdenfels e.V. Nach dem ersten Gespräch mit der Koordinatorin bei uns zu Hause fiel uns ein riesiger Stein vom Herzen, wir wussten nun, dass wir den Weg nicht alleine gehen müssen. Hierfür danken wir ihr von Herzen!

Eine Hospizbegleiterin hat meine Oma schon besucht, als es ihr noch etwas besser ging. Sie leistete ihr Gesellschaft, hörte ihr zu, lachte mit ihr. Meine Omi war total begeistert und freute sich immer auf diese Besuche. Die letzten zwei Tage und Nächten war die Hospizbegleiterin immer an unserer Seite. Als der Augenblick eintraf und der letzte Atemzug meiner Oma zu Ende ging, hat sie uns den Halt gegeben, den wir in diesem Moment gebraucht haben. Wir danken ihr aus tiefstem Herzen, dass sie in diesen schweren Stunden bei uns war! Es ist unglaublich, was sie geleistet hat und wie schnell wir zu ihr Vertrauen aufbauen konnten. Sie ist uns in so kurzer Zeit ans Herz gewachsen!

Die Sterbebegleitung meiner Oma war keine leichte Erfahrung, aber ich bin mir sicher, dass wir alle zusammen unser Bestmöglichstes für

unsere Mutti/Omili getan haben, um ihre letzte Reise so „angenehm“ wie nur möglich zu gestalten. Für meine Mama und mich war immer wichtig, sie nicht alleine zu lassen, sie sollte angstfrei und ohne Schmerzen sein. Der Hospizverein und ihr, liebes OPAL-Team, habt uns all diese „Wünsche“ erfüllt und dabei auch meine Mama und mich im Blick gehabt.

Denn in solch einer Situation fühlt man sich anfangs hilflos, verzweifelt, ängstlich, wütend, überfordert, alleine gelassen und ... aber - durch euch verliert man die Angst, etwas Falsches zu machen ... - durch euch gewinnt man wieder ein wenig Hoffnung, auf dem richtigen Weg zu sein.. - durch euch verliert man die Hilflosigkeit, weil man Euch zu jederzeit anrufen kann und darf ... - durch euch haben wir gespürt, wie viel Unterstützung und Liebe von außen möglich ist.

Gerne würde ich den Lesern und Leserinnen meines Artikels Mut machen, den Hospizverein um Unterstützung zu bitten. Nehmt die Hilfe dieser unglaublich herzlichen, liebevollen, fachlich einzigartigen Menschen an!

Liebe Omili, wir vermissen dich so sehr. Wenn wir mit dir reden möchten, dann weiß ich, dass du da bist und uns zuhörst. Du bist nicht weg ... für uns bist du jetzt in einem anderen „Raum“, wo wir dich nicht sehen können. Trotzdem spüren wir dich und wissen, dass du weiterhin bei uns bist. Du bist und bleibst für immer in unserem Herzen. Wir lieben dich!

[Alina Simon]

Sehr verehrte Spender, sehr verehrte Spenderinnen,



der Hospizverein Werdenfels mit seinen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden

sagt allen anonymen und namentlich erwähnten Spender*innen ein ganz herzliches Vergelt's Gott für all die kleinen und großen Spenden. Ohne diese wichtigen Unterstützungen könnte der Hospizverein Werdenfels seine Angebote und Hilfen nicht anbieten.

Vielen herzlichen Dank!

Aktuelles zur Mitgliederversammlung Corona – und (k)ein Ende?

Liebe Vereinsmitglieder,
liebe Hospizbegleiter*innen,
die Corona-Pandemie hat uns alle seit jetzt mehr als einem Jahr im Griff. Die gesetzlich verordneten Maßnahmen zu deren Eindämmung beeinflussen das gesellschaftliche und wirtschaftliche Leben ganz erheblich. Dies gilt auch für uns und unseren Verein, der in seinen Aktivitäten im letzten Jahr auch von den Einschränkungen betroffen war. Da sich mittlerweile auch bei offiziellen Stellen die Einsicht durchgesetzt hat, dass der Verzicht auf Betreuung vor allem für Betroffene am Lebensende eine nicht zu verantwortende soziale Härte bedeuten würde, sind Begleitungen unter strenger Beachtung der Hygiene-Maßnahmen auf der Palliativstation des Klinikums, in Altenheimen, wie auch zu Hause wieder möglich. Gemeinsame Treffen, Supervisionen der einzelnen Gruppen und auch der zurzeit laufende Ausbildungskurs für neue Hospizbegleiter*innen können nur mit Einschränkungen real oder als Online-Veranstaltung durchgeführt werden.

Wegen des immer noch geltenden generellen Versammlungsverbots konnte unsere Mitgliederversammlung, bei der in diesem Jahr auch die Wahlen anstehen, bisher nicht wie gewohnt im Februar als Präsenzveranstaltung stattfinden. Es ist uns wichtig festzustellen, dass durch einen Erlass des Justizministeriums (vom Oktober 2020) zum Vereinsrecht, Vorstände bis Ende des Jahres geschäftsführend im Amt bleiben können, bis reguläre Neuwahlen stattgefunden haben. Wir schlagen daher vor, die Mitgliederversammlung ins spätere Frühjahr, bis eine Präsenzveranstaltung wieder möglich sein wird, zu verschieben. Über einen möglichen Termin für diese Mitgliederversammlung, falls nötig in Form einer Videokonferenz bzw. einer

schriftlichen Wahl, werden wir Sie gesondert unterrichten.

In der Hoffnung, dass Sie diese schwierige Zeit gut und gesund überstehen und wir uns bald wiedersehen,

grüßt Sie alle sehr herzlich, der 1. Vorstand

Dr. Johann N. Meierhofer

Online-Ausbildung zur Letzte Hilfe- Kursleiterin

Der Palliativmediziner Georg Bollig hat in Anlehnung an die Erste Hilfe-Kurse Handlungsanleitungen zusammengestellt, die alle befähigen, den Angehörigen am Lebensende mit dem Ziel zur Seite zu stehen, Leid zu lindern und Lebensqualität zu erhalten. Damit der Gedanke sich verbreiten kann, bildet er Kursleiter*innen aus, die dann ihrerseits die Bevölkerung schulen. Auch unser Verein fühlt sich diesem Gedanken verpflichtet und so erhielt ich die Gelegenheit, eine Ausbildung zur Kursleiterin für diesen Letzte Hilfe-Kurs zu absolvieren. Georg Bollig hat für den Kurs ein inhaltlich festes Lernprogramm rund um die Themen „Sterben als Teil des Lebens“, „Vorsorgen und Entscheiden“, „Leiden lindern“, und „Abschied nehmen“ entwickelt, die den Rahmen für den Kurs bilden. Damit die Ausbildung einen gewissen Lerneffekt hat und nicht nur ein einseitiger Vortragstag wird, bekommt jeder Teilnehmende vorab eine Hausaufgabe zugestellt, um ein Thema vom Kurs auszuarbeiten und dann vorzutragen.

Meine Ausbildung als Tagesseminar fand, wie so vieles in diesem Corona-Jahr, nicht in Präsenz statt, sondern online. Mulmig war mir vor der sogenannten Hausaufgabe im Vorfeld. Mit der inhaltlich kompetenten Unterstützung unserer Koordinatorinnen gelang es mir, meinen Vortrag in kurzer Zeit vorzubereiten. Und dann ging es los. Zunächst stellten sich alle Teilnehmenden vor. Oh je, dachte ich, lauter Fachfrauen und Fachmänner: Krankenpfleger*innen, Altenpfleger*innen, Hospizleiter*innen, Ärzt*innen und dann ich als Buchhalterin, ach ja, und eine Bestatterin. Mein Vortrag war der erste. Es ging um körperliche und psychische Symptome am

Lebensende. Als Hospizbegleiterin hatte ich schon einige Begleitungen erlebt und hatte so ein bisschen eigene Erfahrungen, die ich in meinen Vortrag mit einbauen konnte. Mein Vortrag war sicher etwas holprig, doch die Kursteilnehmer*innen waren angetan und betonten den Wert von Laien in der Ausbildung. Wenn wir als Laien einen solchen Kurs leiten können, fassen Menschen Mut und trauen sich selbst die letzte Begleitung ihrer Angehörigen zu. Dies zu vermitteln wird vielleicht meine Hauptaufgabe als Kursleiterin sein und fachlich darf ich mich bei unseren Koordinatorinnen anlehnen, die die Kurse mit mir veranstalten.

Ich freue mich nun auf den ersten Kurs – am liebsten in unseren Räumen in der Bahnhofstraße und bedanke mich beim Verein für die Möglichkeit zu dieser Ausbildung und für das Vertrauen in mich als Kursleiterin.

[Carla Rosengarten, Hospizbegleiterin]

Buchtipp

GRABEN SIE TIEFER

Der Bestattungskulturführer

Autor: Dr. Rainer Liepold, Biografieforscher, Gemeindepfarrer und Altenheimseelsorger.

Claudius Verlag, ISBN 978-3-532-62468-5

Taschenbuch, Preis: € 12,90

Dieser Bestattungskulturführer entstand durch die Erfahrungen des Pfarrers Liepold aus über 500 Bestattungen und durch Menschen, die dem Autor im Nachhinein berichtet haben, was ihnen bei einer Bestattung gutgetan oder beim Abschied nehmen gestört hat. Das Buch wendet sich an Leser*innen, die selbst Zeit, Gedanken und Fantasie in das Verabschieden ihrer Verstorbenen und in die eigene Beerdigung investieren möchten. Es soll „Lust“ machen, den Tod persönlich zu nehmen und es geht am Ende darum, die Verabschiedung so zu gestalten, dass es für die Angehörigen, wie für den Verstorbenen, eine für sie angemessene Beerdigung wird. Unter anderem geht es um Geschichten vom Friedhof, vom Sinn der Bestattungsrituale, vom selbstbestimmten letzten Gang, dem Rückblick auf den Verstorbenen oder um einen Blick hinter die Kulissen des Bestattungswesens. Zu einigen Erzählungen stellt der Autor dem Leser Fragen,

sinniger Weise mit dem Abdruck einer Schaufel (vgl. den Buchtitel „Graben Sie tiefer“), wie z.B. „Auf Sterbebildchen stehen oft belanglose Gedanken, welche Gedanken könnten auf ihrem stehen?“ Oder „Wie wichtig wäre es Ihnen, eine schöne Leich zu haben?“, „Merken Sie sich, beim Besuch einer Beerdigung, welche Dinge Ihnen gefallen und welche Sie als störend empfunden haben“.

Das Buch ist leicht zu lesen. Aber man erfährt viel Interessantes aus dem Backstage-Bereich des Friedhofes. Für einen selbst und für den Verstorbenen müssen die Bestattungen und das Abschied nehmen nicht immer traditionell ablaufen, um es stimmig zu gestalten, man darf auch Neues wagen.

[Martina Wendler, Verwaltung]

Impressum:

V.i.S.d.P.: 1. Vorsitzender des Hospizvereins Werdenfels e.V. Herr Dr. Johann N. Meierhofer
Bahnhofstr. 21, 82467 Garmisch-Partenkirchen

Redaktion:

B. Elija Bleher, Anette Brunner, Wilfried Gottschlich,
Dr. Johann N. Meierhofer, Susanne Mejdrech,
Martina Wendler

Büro:

Ansprechpartnerin: Martina Wendler
Bahnhofstr. 21, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel.: 08821-966511
Fax: 08821-6109489
Web: www.hospizverein-werdenfels.de
Mail: post@hospizverein-werdenfels.de

Einsatzleitung:

Christine Saller, Silvia Hübner,
Susanne Mejdrech, Luzia Schicker
Tel.: 0175 567 4646 (24 Stunden täglich)

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag, 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr
Donnerstags Sprechstunde der Einsatzleitung

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen wollen:

Spendenkonto:
IBAN: DE46 7035 0000 0000 0476 54
Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen
Mitgliedsanträge über Homepage oder im
Hospizbüro erhältlich - Jahresbeitrag: 20 €