



Inhalt der Ausgabe

- 2 Veränderung und Wandlung
- 3 Ehrenpreis der Bremerhavener
Gesundheitstage an Hombre
Bericht über das Wochenendseminar
über Suizid in Bad Bederkesa
- 4 Dr. Hundhausen beendet seine Vorstandsarbeit
- 5 Nachrichten aus dem Verein
- 6 Buch und Video-Besprechung
- 7 Veranstaltungshinweise
- 8 „Beginnen“, Impressum

Veränderung und Wandlung

Im Wandel der Jahreszeiten erkennen wir die Urmetapher für Veränderung und Wandlung.

Wir sehen es jeden Tag beim Blick aus dem Fenster, beim Gang aus der Haustür, dass sich die Natur verändert. Besonders jetzt im Frühling spüren wir es, riechen es, fühlen es in unseren Zellen. Die Veränderung kommt, ob wir es wollen oder nicht...

Aus einer Raupe wird ein Schmetterling, aus einem Kind ein Erwachsener, nach dem Frühling wird Sommer, Herbst und Winter, aus der Not wird Freude.

Wandlungen, das ist der Zauber, den die Fantasie ins Leben bringt – damit wir neu werden und die Welt mit uns.

In der Hospizarbeit stehen wir an dieser Stelle, aber der Zauber des Neuanfangs scheint erloschen. – Wir können nicht auf „bessere Zeiten“ warten. Die infauste (ungünstige) Diagnose hat für einen Menschen und alle ihm oder ihr nahestehenden Menschen alles verändert: Das Lebensende ist absehbar geworden und damit ist die Hoffnung erloschen, noch unendlich viel Zeit zu haben. In der hospizlichen Arbeit begegnen wir Menschen, die eine veränderte Sicht auf die Welt erleben. Menschen, die sich trotz der Nähe des Todes erhoffen, dass sie in ihrem „Sich-Verhalten“ verstanden werden.

„Wer die symbolische Sprache Sterbender als unverständlich, bizarr oder verrückt abtut, stößt sie in ihre Einsamkeit zurück“

(Peng-Keller, 2018)

Wir merken mehr denn je: Es geht uns alle an!

Im doppelten Sinn sind wir alle gefordert. Wir tragen Verantwortung dafür, dass Menschen auch in einer großen Stadt ohne stationäres Hospiz in ihrer letzten Lebensphase nicht allein gelassen werden. Wir wissen außerdem, dass wir diese Aufgaben nur so lange übernehmen können, so lange wir die Kraft und die Motivation haben. Beides darf uns nicht verloren gehen.

Vielleicht können alle LeserInnen hin und wieder eine Pause einlegen. Die Rücknahme von Aktivität schafft Freiraum für kreative Prozesse. So eine ritualisierte Pause bietet einen sicheren Rahmen, der es uns für eine bestimmte Zeit erlaubt, angstfrei bei dem zu verweilen, was sich verwandeln und neu werden möchte. Damit sich etwas verwandeln kann, braucht es die Rücknahme eines „Wollens“. Erst wenn das „Lassen“ Raum bekommt, können wir uns öffnen und um etwas bitten.

Diese Haltung lehren uns die sterbenden Menschen.

Elisabeth Kübler Ross hat uns durch die Metapher „Von der Raupe zum Schmetterling“ nahe gebracht, dass Sterben ein Prozess ist.

Was die Natur als perfekte Methode, einen Schmetterling zu erschaffen, vormacht, könnte nicht nur als Analogie für den Sterbensprozess, sondern auch als Analogie der gesellschaftlichen und kulturellen Transformation der Gegenwart dienen.

Wir haben bereits und können weiterhin „Inseln“ schaffen, wo Menschen in schweren Lebenssituationen Mitmenschlichkeit erfahren und aufgehoben sind.

Wir sind dran, weil wir es sind, die Verantwortung übernehmen, dass sich auch wirklich was verändert und sich eine Kultur des Miteinanders weiter entwickelt.

Bremerhavener Gesundheitstage 2018

„Wenn aus Messwert Gesundheit wird“

Verleihung des Ehrenpreises der Bremerhavener Gesundheitstage

Die Bremerhavener Gesundheitstage wurden am 5. und 6. Mai 2018 in der Eishalle Bremerhaven durchgeführt. Mit einem Festakt wurden am 4. Mai 2018 die Tage eröffnet. Zum Schluss wurde in diesem Jahr unserem Verein HOMBRE der Ehrenpreis der Bremerhavener Gesundheitstage verliehen. Die Laudatio hielt Herr Naumann, Amtsarzt des Gesundheitsamtes. Die Herren Brüggemann und Eckhoff nahmen

den Preis im Namen von HOMBRE und allen Ehrenamtlichen entgegen. Herr Brüggemann bedankte sich für den überreichten Ehrenpreis und berichtete über die Aufgaben des Vereines. Herr Eckhoff informierte über seine Ehrenamtsaufgabe bei der „Männer-Trauergruppe“.

Am nächsten Tag kamen immer wieder Teilnehmer des Festaktes am HOMBRE-Stand in der Eishalle vorbei und freuten sich darüber, dass der Preis unserem Verein verliehen worden ist.

Jutta Scharps



Seminar „Suizid“



Am Wochenende vom 20.-22. April nahm ich in Bad Bederkesa an einem Fortbildungskurs für den Umgang mit Trauernden nach dem Suizid eines Angehörigen teil. In einer sehr lebendigen Gruppe gingen wir das schwere Thema an. Es gelang Karin Keller-Suhr und Anja Niehoff mit sehr vielen praktischen Übungen mir die Verfassung eines suizidalen Menschen näher zu bringen, ja ein ganz klein wenig nachzuvollziehen, wie er sich nach dem Entschluss, sein Leben zu beenden, fühlt. Die Ruhe nach der Entscheidung. In einem sehr eindringlichen Film schilderten uns die Hinterbliebenen ihre Situation und die vielen offenen Fragen. Dieses Wochenende hilft mir persönlich auf jeden Fall weiter zu sehen und zu hören, was ist wichtig für die Begleitung von Trauernden nach Suizid. Vielen Dank unserem Verein, dass ich an diesem Wochenende dabei sein durfte.

Renate Fechner

Dr. Hartmut Hundhausen beendet seine ehrenamtliche Tätigkeit im Vorstand von HOMBRE im April 2018

Sehr geehrter Herr Dr. Hundhausen, lieber Hartmut,



6 Jahre ehrenamtliche Vorstandsarbeit in unserem Hospizverein, das war Einsatz, volles Engagement und große Hilfsbereitschaft für alles und allen gegenüber. In dieser Zeit wa-

ren Sie, warst Du, lieber Hartmut, Ideengeber für die Hospiztage, die Sommerfeste und Theateraufführungen, sowie immer wieder im Einsatz bei der Info-Post von HOMBRE.

Glücklicherweise müssen wir nicht ganz auf Ihre/Deine Mitarbeit verzichten und nehmen das Angebot weiter als Ideengeber zu fungieren, sehr gerne an.

Wir alle vom Vorstand danken für die gemeinsame Zeit und wünschen Ihnen/Dir weiterhin alles Gute, stabile Gesundheit, Wohlergehen und Erfüllung noch vieler Wünsche und Träume.

*Dein Claus Brüggemann,
Renate Fechner, Ute Greeff,
Claus Mahnken, Anja Schlange*

Tschüss Gerti

Nun ist es soweit, nun muss ich Abschied nehmen!

Zusammen haben wir diese tolle Ausbildung in Bad Bevensen zur Trauerbegleiterin für Kinder- und Jugendliche gemacht!! Keine der Ausbildungsgruppen hat soviel gelacht wie unsere. Und wir nahmen das beste Handwerkzeug mit zur Leitung unserer Kinder- und Jugendtrauergruppe. Fast 8 Jahre waren wir immer zu Stelle, du hast sogar deinen Urlaub abgekürzt, damit auch kein Gruppentermin ausfällt. Und weißt du noch unsere Dienstagstelefongespräche, in denen wir den Gruppentag nochmal durchdachten.

Wieviel schöne Stunden haben wir mit "unseren" Kindern verbracht und wieviel Liebe bekamen wir zurück! Selbst als dein lieber Mann starb, warst du an meiner Seite, um die Kinder zu betreuen. Und dann kam diese schreckliche Krankheit dazwischen und du musstest schweren Herzens gehen. Aber immer hielten wir den Kontakt, damit du auf dem neuesten Stand warst.

Doch es war nie mehr so, wie mit dir.
Du fehlst mir

Deine Renate

Nachrichten aus dem Verein

Abschied und Dankeschön

Es verabschieden sich von der aktiven ehrenamtlichen Arbeit: **Birgit Ewe, Petra Boersma und Rolf Polkow**, die lange in der Sterbebegleitung tätig waren. Ihnen allen gilt unser Dank und wir wünschen ihnen für ihre Zukunft alles Gute.

Maren Kandsorra, die Leiterin unserer Kinder- und Jugendtrauergruppe war, verabschiedet sich von der Kindertrauer, will unserem Verein aber zu gegebener Zeit wieder in der Ehrenamtsarbeit zur Verfügung stehen.

Neuigkeiten

Da Frau Martens ausgeschieden ist, freuen wir uns, dass wir Frau Jutta Scharps für die Arbeit in unserer Geschäftsstelle gewinnen konnten. Sie ist bereits seit April bei uns und unterstützt den Verein auch in der Öffentlichkeitsarbeit.

Außerdem freuen wir uns, dass Herr RA Ohlmann, auf der Mitgliederversammlung einstimmig gewählt, als Nachfolger für Herrn Dr. Hundhausen im Vorstand von Hombre mitarbeiten wird.

Ute Greeff

„Konfliktberatungsteam“

Auf der Mitgliederversammlung am 7. Mai 2018 wurde ein neues „Konfliktberatungsteam“ gebildet. An diesem Team können sich die Ehrenamtlichen und Mitarbeiterinnen von HOMBRE wenden, wenn in den verschiedenen Teams Probleme auftauchen und Hilfe benötigt wird.

Es wirken im Team mit:

Gaby Ehrhardt

Tel.: 0152 / 07 26 79 90

Anne Wohlers-Krebs

Tel.: 0152 / 21 37 70 25

Axel Dietrich

Tel.: 0175 / 96 50 64 8



Kindertrauergruppe

Nur noch 2 Treffen, und für die Kinder- und Jugendtrauergruppe beginnt die große Sommerpause. Das wird gefeiert! Die z.Zt. 6 Kinder und das Team werden am 7. Juni interessante, informative und bestimmt fröhliche Stunden in der „Phänomenta“ verbringen.

Ja das Team - da gab es eine gravierende Veränderung: Unsere Leiterin Maren Kandsorra hat sich schweren Herzens aus beruflichen

Gründen von uns verabschiedet. Wir danken ihr für die gemeinsame Zeit und wünschen ihr alles Liebe. Hildegard Schumacher und ich werden mit Unterstützung von Sandra Mio die Gruppe weiterführen. Und für den Notfall gibt es ja noch unsere „eiserne Reserve“ Renate Fechner und Ute Greeff.

Euch allen einen schönen Sommer!

Karin Bodenhagen



Infopost:

Im November diesen Jahres beginnt wieder eine

Ausbildung zur/zum Hospizmitarbeiterin/ Hospizmitarbeiter.

Der Termin steht zurzeit noch nicht fest und wird per schriftlicher Einladung, in der Nordsee-Zeitung und durch Plakate bekanntgegeben.

Es wäre sehr schön, wenn diese Nachricht an Bekannte und Freunde, die Interesse an dieser Ausbildung haben, weitergegeben werden könnte.



Buchtipps

Der Weg entsteht unter deinen Füßen –

Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen

von Luise Reddemann & Silvia Wetzels, erschienen im Kreuz Verlag, Freiburg 2012

Dieses Buch passt zu unserem Leitthema „Veränderung und Wandlung“. Gerade in Zeiten von großer Veränderung brauchen wir Orientierung.

In diesem Buch zeigen zwei Lehrerinnen aus psychologischer und buddhistisch-spiritueller Sicht, wie eigene Kraftquellen entdeckt werden können und der eigene Weg gangbar wird.

Es geht um Achtsamkeit mit sich selbst und in Hinblick auf die Welt um uns herum. Diese Haltung hilft den eigenen Weg zu finden, Grenzen nicht zu überschreiten und auch in Krisen und Übergängen Selbstvertrauen zu entwickeln.

Das Buch enthält Impulse, die sich gut umsetzen lassen.



Filmtipp

Nokan die Kunst des Ausklangs

von Yojiro Takita, DVD von KOOL CLASSICS

Der Film schildert in eindrucksvollen Bildern das uralte japanische Ritual „Nokan“, bei dem Verstorbene zu Hause im Beisein von Familie und Freundeskreis in den Sarg hineingelegt werden, nachdem sie mit größter Achtsamkeit eingekleidet wurden. Diesem Film ist es gelungen ein Tabuthema beherzt einer breiteren Öffentlichkeit nahe zu bringen.

Der Film bewegt zum Weinen und zum Lachen, da er die Geschichte des frisch verheirateten Daigo enthält, der seine Stelle als Star-Cellist verliert und dringend eine neue Arbeit zur Sicherung seines Lebensunterhalts benötigt. Er bewirbt sich auf eine Stellenanzeige, Menschen auf ihrer letzten Reise zu begleiten... (Gewinner des Auslands-Oscars 2009)

Veranstaltungshinweise

für das 2. Halbjahr 2018

Termine öffentlich

Palliativ- und Hospiztag 2018

Ort: Time Port II

Barkhausenstr. 2

27568 Bremerhaven

Termin wird noch bekanntgegeben!

Erwachsenentrauergruppe 2018

Montags 18.30 – 20.30 Uhr

09. und 23. Juli

06. und 20. August

03. und 17. September

01. und 15. u. 29. Oktober

12. und 26. November

10. Dezember

Männertrauergruppe 2018

Dienstags ab 18.00 Uhr

10. und 24. Juli

07. und 21. August

04. und 18. September

02., 16. und 30. Oktober

13. und 27. November

11. Dezember

Kindertrauergruppe 2018

Jetzt neu: Donnerstags immer

14täglich 16.00 – 18.00 Uhr

Sommerferien bis 08.08.

16. und 30. August

13. und 27. September

Herbstferien vom 01. – 13.10.

18. Oktober

01., 15. und 29. November

13. Dezember (Weihnachtsfeier)

Weihnachtsfeier für Kinder

13. Dezember 2018

16.00 – 18.00 Uhr

Gesprächskreis 2018

Termine nach Absprache

Für Eltern von verstorbenen und schwerstkranken Kindern. Einzel- und Gruppengespräche

Termine für Ehrenamtliche

Zusammenführung der Ehrenamtlichen in Bad Bederkesa am 23./24. Juni 2018.

Sommerfest 2018

15. September 2018

Der Ort und Uhrzeit für das Sommerfest wird mit separater Einladung bekanntgegeben.

Weihnachtsfeier 2018

Der Termin für die Weihnachtsfeier der Ehrenamtlichen steht ebenfalls noch nicht fest und wird auch in einem Rundbrief rechtzeitig bekanntgegeben.

Supervision 2018

um 19.00 Uhr

06. Juni, 02. Juli, 08. August, 03. September, 08. Oktober, 07. November, 03. Dezember



Endlich Mai, die Sonne scheint, der Gang wird leicht, vielleicht sogar federnd, das Gemüt gelassen ... oder nicht?

Lasst Euch von unserer Infopost inspirieren, anregen oder was gefällt.

Dazu ein Text von Anne Frank:

Beginnen

*Wie herrlich ist es,
dass niemand eine Minute
zu warten braucht,
um damit zu beginnen,
die Welt langsam
zu verändern.*



ADRESSEKONTAKT

Hombre
Hospizmodell Bremerhaven e.V.
Bülkenstraße 31
27570 Bremerhaven

Bürozeiten
Mo-Fr 9.00-12.00 Uhr
Tel 0471 806295-5
Fax 0471 806295-7
E-Mail info@hospiz-bremerhaven.de

Spendenkonto 110 60 15
Bankleitzahl 292 500 00
IBAN DE23292500000001106015
Weser-Elbe-Sparkasse

www.hospiz-bremerhaven.de

IMPRESSUM

Redaktionsteam
Ingrid Hametner, Renate Fechner,
Dr. Ute Greeff

Redaktionelle Inhalte
Irrtum und Änderungen vorbehalten

Satz & Gestaltung
Kelling! Agentur für Marketing und
Kommunikation GmbH & Co. KG

Druck
Firma Frank Barnkow

Bilder
www.fotolia.com:
Jürgen Fächle, Thaut Images, K.C., Beboy