



Inhalt der Ausgabe

- 2 Gemeinsamer Hospiz- und Palliativtag am 26. Oktober 2019
- 3 Nach Weihnachten tobt der Bär - Vom Zauber der Raunächte
- 4 City-Marathon in Bremerhaven 2019
- 5 Sommerfest 2019
- 6 Nachrichten aus dem Verein, Buchtipps
- 7 Veranstaltungshinweise
- 8 Schlusswort, Impressum

Gemeinsamer Hospiz- und Palliativtag am 26. Oktober 2019

Der gemeinsame Hospiz- und Palliativtag im t.i.m.e.Port II war ein voller Erfolg. Es kamen mehr als 140 Besucher zusammen, die mit dem Thema Sterbebegleitung und Palliativmedizin in Verbindung stehen oder sich dafür interessieren. Die drei Referenten fanden alle aus ihrem eigenen Thema Verknüpfungspunkte zu den beiden anderen Themen. Frau Gudrun Zimmermann erste Referentin an diesem Vormittag mit dem Thema: „Begleitung von Angehörigen in schwierigen Situationen“ berichtete von anderen Kulturen, in denen ein ganz anderes Familienverständnis vorliegt. Bei Familien aus anderen Ländern können es 40 – 50 Besucher am Krankenbett sein, das ist in Deutschland unüblich. Der Blickwinkel der Haupt- und Ehrenamtlichen wurde verändert und an den Stehtischen in der Pause darüber gesprochen. Eine Ehrenamtliche verstand nun die Reaktionen ihrer zu begleitenden Familie ganz neu. So kann die Arbeit und das Miteinander der verschiedenen Kulturen nochmals neu bedacht und gelebt werden, in der stationären und ehrenamtlichen Arbeit. Frau Sybille Lück berichtete von der Basalen Stimulation welche Bedeutung und Wirkung es für Patienten und zu Begleitende in der Hospizarbeit hat. Die Sinneswahrnehmung, Körperorientierung und Kommunikationsfähigkeit der Patienten

soll durch die basale Stimulation gefördert und verbessert werden. Ziel ist der Aufbau einer Beziehung zum Patienten, sowie der Aufbau einer Beziehung zwischen dem Patienten und seiner Umwelt. Besonders ist darauf zu achten, was der betroffene Patient bzw. der zu Begleitende sich wünscht und nicht nur welche Bedürfnisse die Angehörigen haben. Frau Lück demonstrierte die Basale Stimulation an Herrn Claus Brüggemann, Vorsitzender, von HOMBRE. Er war von der Demonstration begeistert. Als dritten Beitrag hat Theologe Dr. Fabian Vogt über sein Buch „100 Dinge, die du NACH dem Tod auf keinen Fall verpassen solltest“, referiert. Der 52-Jährige hat sich mit Jenseitsvorstellungen unterschiedlicher Kulturen und Religionen auseinandergesetzt. Dabei beschäftigte ihn die zentrale Frage: Was kommt nach dem Tod? Musikalisch untermalte er seine Gedanken und begleitete dieses mit der Gitarre. Das Publikum reagierte durch den leichtfüßigen Umgang mit Applaus, hörte gespannt zu und es wurde viel gelacht. Wenn ein „Danach“ zum Leben gehört, nehme das viel Druck heraus. 250 Beerdigungen habe er als Pfarrer begleitet. „Wie viele der Menschen haben wohl mit ihren Angehörigen darüber gesprochen, was nach ihrem Tod passieren wird?“ fragte er das Publikum. „Die Hälfte“, vermutete jemand. „Vier der 250 Verstorbenen waren es“ löste er auf. „Angehörige bedauern es oftmals, nicht die Frage gestellt zu haben: Was denkst du, was jetzt noch kommt?“, gab Dr. Fabian Vogt zu bedenken.

Jutta Scharps



Nach Weihnachten tobt der Bär – Vom Zauber der Raunächte

Direkt nach Weihnachten beginnen nach altem Volksglauben in Europa die »Raunächte«, sagenumwobene zwölf finstere Nächte, in denen geheimnisvolle Mächte walten: Denn spätestens ab Silvester – davon waren die Germanen überzeugt – steht das Geisterreich offen, und die Seelen der Verstorbenen, aber auch die Geister und Dämonen haben dann Ausgang und ziehen in einer »Wilden Jagd« durch die Lande – was durch die stürmischen Winterwinde, die die Häuser zum Erzittern bringen, konkret erfahrbar wird. Man glaubt gar nicht, wie viele unserer Bräuche noch immer mit diesem über Jahrhunderte fest verankerten Mythos zu tun haben. Beispielsweise glaubten die Germanen, dass sich diese spukigen »Unternächte«, an denen die Grenze zwischen dem Diesseits und dem Jenseits geöffnet ist, besonders für die Befragung von Orakeln eignen. Genau darum lieben es Menschen noch im 21. Jahrhundert, sich in der Silvesternacht mit Bleigießen einen Blick in die Zukunft zu gönnen. Und wer sich schon immer gefragt hat, warum eigentlich an Silvester gebollert wird, dem sei gesagt: Dahinter steckt der innigliche Wunsch unserer Vorfah-

ren, die aus dem Jenseits strömenden Geister zu vertreiben. Früher machten die Bauern das mit großen Feuern und viel Lärm, heutzutage verbinden Großstädter beides in möglichst ausufernden Feuerwerksschlachten. Nebenbei: Dass es über Jahrhunderte verboten war, »zwischen den Jahren« (ein Zeitraum, der früher bis zum 6. Januar ging) Wäsche zu waschen, hängt ebenfalls mit den »Raunächten« zusammen. Die Menschen hatten Angst, dass sich die umhervagabundierenden Seelen in aufgehängten Kleidungsstücken verfangen – und dass sie die Bettlaken in ihrer Wut direkt als Leinentücher für ihre irdischen Besitzer verwenden konnten.

Lange Zeit galten die Raunächte als derart gefährlich, dass die Menschen sich ängstlich in ihre Häuser zurückzogen und die Nachtstunden mit Beten und Fasten verbrachten. Dazu musste das Haus ganz ordentlich aufgeräumt sein – um eine zufällig hereinschneidende Seele nicht zu erzürnen –, es durfte keinen oberflächlichen Lastern wie Kartenspielen gefrönt werden, und jungen Frauen wurde empfohlen, sich nach Einbruch der Dunkelheit nicht mehr draußen aufzuhalten. Man wusste ja nicht, wozu die Dämonen fähig sind.

Auch allen, die sich schon jetzt aufs Jenseits freuen, sei gesagt: Ab Silvester können Sie jedes Jahr ein paar Tage lang auf Erden die Sau rauslassen. Aber dann knallt's!

Auszug aus:
Fabian Vogt, 100 Dinge, die du nach dem Tod auf keinen Fall verpassen solltest, bene! Verlag 2019.



City-Marathon in Bremerhaven 2019

In der Zeitung las Andrea Neuhaus vom City-Marathon in Bremerhaven. Sie weiß, dass einige von unseren Ehrenamtlichen regelmäßig joggen oder auch walken. Da sie auch gerne Joggen geht, hat sie sofort an HOMBRE gedacht. Beim Vorstand und im Büro ist die Idee auch gleich mit Begeisterung aufgenommen worden. Es meldeten sich 11 Teilnehmer/innen von den Ehrenamtlichen an. Wir besorgten Lauf-Shirts mit unserem Logo, damit wir auch gleich wieder Werbung für unseren Verein machen konnten. Am Abend vor dem City-Marathon trafen sich schon einige der Teilnehmer/

innen zum Nudelessen bei Karstadt. Das Wetter war leider an diesem Tag den Läufern nicht gewogen. Am Morgen regnete es, aber wir ließen uns die Laune dadurch nicht verderben. Ab 9.30 Uhr war das Team komplett und feierte die einzelnen Läufer/innen beim Start an. Nach dem Lauf erhielten alle eine Urkunde und eine Medaille für ihren Mut und ihre Ausdauer. Die Läufer konnten sich danach erst einmal mit Obst und Getränken stärken. Die Stimmung am Pavillon war super und alle waren sich einig, am nächsten Jahr sind wir wieder dabei.



Sommerfest 2019

Der Tag war warm und wir freuten uns alle auf die Fahrt mit der Museumsbahn nach Bad Bederkesa. Die Fahrt führte uns durch die schöne niedersächsische Landschaft. In Bederkesa wurden wir im Bahnhof mit selbstgebackenen Pflaumen- und Apfelkuchen verwöhnt. In dem alten Bahnhof konnten wir die Schilder und alte Bahnhofgegenstände bewundern. Durch die alten Schalter und früheren Utensilien aus der Zeit unserer Kindheit, kamen wieder viele Erinnerungen über frühere Bahnfahrten hoch und es fanden angeregte Gespräche statt. Besonders die alten Koffer hatten es uns angetan. Nach dem leckeren Kaffeetrinken haben wir das Handwerksmuseum Bederkesa besucht. Es ist ein kommunales Handwerksmuseum, das die Entwicklung des Handwerks im Elbe-Weser-Raum von den Anfängen bis in das 20. Jahrhundert zeigt. Das Museum hat seinen Standort in einem alten Gaswerk von Bad Bederkesa. Dort wurde uns erklärt wie eine Druckerei in Hochdrucktechnik funktioniert und wie damals eine

Zeitung gedruckt wurde. Erklärungen waren sehr informativ und vermittelten einen Eindruck von der früheren Druckkunst. Es war ein alter Damen- und Herrensalon zu besichtigen und die Hauben und die Lockenwickler haben für viele Lacher gesorgt. Wir haben uns an die Zeiten erinnert, als unsere Mütter zum Friseur gegangen sind und nach missglückten Dauerwellen nach Hause kamen. Viele alte Radios konnte man dort bewundern und gleich fiel uns die alte Musiksendung: „Das Wunschkonzert“ ein, welches jeden Sonntagnachmittag ausgestrahlt wurde. Das Museum können wir für eine Besichtigung sehr empfehlen. Danach wanderten wir durch die Heckenwege von „Beers“, damit der Appetit für das Abendessen angeregt wurde. Als Abschluss gab es ein würziges Grillbuffet. Die Teilnehmer wurden dann mit dem Bus nach Hause gefahren, wo noch viel gelacht und geschertzt wurde und das Sommerfest in fröhlicher Stimmung ausklang.

Jutta Scharps



Nachrichten aus dem Verein

Abschied und Dankeschön

Es verabschiedet sich von der aktiven ehrenamtlichen Arbeit Maren Kondsorra. Ihr gilt unser Dank und wir wünschen ihr alles Gute für die Zukunft. Verabschiedet hat sich Freyja Knorr von der ehrenamtlichen Sterbebegleitung. Sie bleibt uns aber in der Öffentlichkeitsarbeit weiter treu und wird uns am Stand unter unserem Pavillon weiterhin unterstützen.

Trauer-Café

Nachdem die neue Trauergruppe für Erwachsene sehr gut angenommen wurde, habe ich mich entschlossen, ab nächstem Jahr ein Trauer-Café in unseren Räumen zu eröffnen. Viele Trauernde erzählen, dass ihnen vor den Sonntagen graut. Es wird darum ab Februar 2020, am ersten Sonntag im Monat nachmittags in der Zeit von 15-17 Uhr ein niederschwelliges Angebot im Rahmen der Trauerbegleitung geben. Gerne nehme ich von unseren Ehrenamtlichen Hilfe beim Kuchenbacken, Tische decken und bei der Raumgestaltung an.

Buchtipps

100 Dinge die du nach dem Tod auf keinen Fall verpassen solltest!

von Fabian Vogt

Das Buch für alle, die irgendwann mal sterben müssen – und wissen wollen, welche Abenteuer danach wohl auf sie warten ... Kommt nach dem Tod noch was? Und wie! Zumindest ist die Welt voll von faszinierenden Jenseits-Vorstellungen, die wirklich unsterbliche Erlebnisse versprechen. Der Theologe und Kabarettist Fabian Vogt präsentiert die wichtigsten „Highlights der Ewigkeit“ – und zeigt dabei auf unterhaltsame Weise, warum die vielen anregenden Bilder tatsächlich helfen, mit der irdischen Vergänglichkeit gelassener umzugehen. Wie kann man sich die Reise

ins Jenseits vorstellen; den Himmel; oder auch die Vor- und Haupt-Hölle? Natürlich geht es auch um Wiedergeburt-Vorstellungen und drohende Apokalypsen. Eben um 100 Dinge, die wir NACH dem Tod auf keinen Fall verpassen sollten!

Ein paar Highlights der Ewigkeit:

- Einen Ausflug zur „Insel der Seligen“ machen
- Auf dem Nordlicht in den Himmel tanzen
- Einen Apfelbaum im Garten Eden pflanzen
- Mit dem Fährmann Charon über den Styx fahren
- Vom Gilgamesch-Kraut naschen
- Mit Manitu durch die Ewigen Jagdgründe reiten



Der Zopf

von Laetitia Colombani

Der SPIEGEL-Bestseller - Drei Frauen, drei Leben, drei Kontinente – dieselbe Sehnsucht nach Freiheit. Die Lebenswege von Smita, Giulia und Sarah könnten unterschiedlicher nicht sein. In Indien setzt Smita alles daran,

damit ihre Tochter lesen und schreiben lernt. In Sizilien entdeckt Giulia nach dem Unfall ihres Vaters, dass das Familienunternehmen, die letzte Perückenfabrik Palermos, ruiniert ist. Und in Montreal soll die erfolgreiche Anwältin Sarah Partnerin der Kanzlei werden, da erfährt sie von ihrer schweren Erkrankung. Ergreifend und kunstvoll flicht Laetitia Colombani aus den drei außergewöhnlichen Geschichten einen prachtvollen Zopf.

Veranstaltungshinweise

Termine 2020

Termine Öffentliche

Erwachsenentrauergruppe 2020

Dienstags ab 19:00 Uhr – 21:00 Uhr

21. Januar
18. Februar
17. März
21. April
19. Mai
16. Juni

Trauer-Café 2020

Findet am 1. Sonntag im Monat statt ab Februar 15.00 – 17.00 Uhr

02. Februar
01. März
05. April
03. Mai
07. Juni

Männertrauergruppe 2020

Dienstags ab 18:00 Uhr

07. und 21. Januar
04. und 18. Februar
03., 17. und 31. März
14. und 28. April
12. und 26. Mai
09. und 23. Juni

Kindertrauergruppe 2019

Donnerstags immer 14tägig

16.00 – 18.00 Uhr

Osterferien 30. März bis 14. April 2020

16. und 30. Januar
13. und 27. Februar
12. und 26. März
23. April
07. und 21. Mai
04. und 18. Juni
02. Juli

Sommerferien: 16. Juli – 26. August 2020

Termine für Ehrenamtliche

Gruppenabend

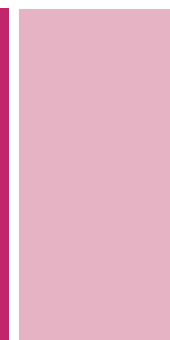
Mittwoch, 22. Januar 2020

Zusammenführung der Ehrenamtlichen

Bad Bederkesa am 27. bis 28. Juni 2020

Supervision 2020

Mittwoch 08. Januar
Montag 03. Februar
Mittwoch 04. März
Montag 06. April
Mittwoch 06. Mai
Montag 08. Juni



GUTER RAT

Das Jahr ward alt. Hat dünnes Haar.
Ist gar nicht sehr gesund.
Kennt seinen letzten Tag, das Jahr.
Kennt gar die letzte Stund.

Und wieder stapft der Nikolaus
durch jeden Kindertraum.
Und wieder blüht in jedem
Haus der goldengrüne Baum.

Ist viel geschehn. Ward viel versäumt.
Ruht beides unterm Schnee.
Weiß liegt die Welt, wie hingeträumt.
Und Wehmut tut halt weh.

Warst auch ein Kind. Hast selbst gefühlt,
wie hold Christbäume blühen.
Hast nun den Weihnachtsmann gespielt
und glaubst nicht mehr an ihn.

Noch wächst der Mond.
Noch schmilzt er hin.
Nichts bleibt. Und nichts vergeht.
Ist alles Wahn. Hat alles Sinn.
Nützt nichts, dass man's versteht.

Bald trifft das Jahr der zwölfte Schlag.
Dann dröhnt das Erz und spricht:
„Das Jahr kennt seinen letzten Tag,
und du kennst deinen nicht.“

Erich Kästner

*Wir wünschen unseren Leserinnen und Lesern
eine hoffnungsvolle Advents- und Weihnachtszeit
und ein gutes, gesundes Jahr 2020.*

*Wir freuen uns auf weitere gute
Zusammenarbeit mit den Ehrenamtlichen.*

*der Vorstand, die Koordinatorinnen
und das Info-Team*

KONTAKT

Hombre

Hospizmodell Bremerhaven e.V.
Bülkenstraße 31
27570 Bremerhaven

Bürozeiten

Di-Do 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

Renate Fechner, Dr. Ute Greeff, Jutta Scharps

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 Fälchle, Thaut Images, K.C., Beboy