

Hombre

INFOPOST

AUSGABE 1/2020



Informationen
für Mitglieder
von HOMBRE

Inhalt der Ausgabe

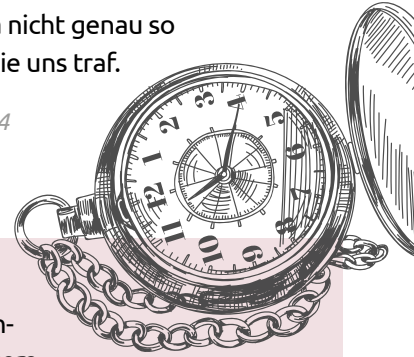
- 2 Du liebe Zeit - Vorwort
- 3 Corona Pandemie – Auswirkungen auf HOMBRE
- 4 City-Marathon und Sommerfest
- 5 Nachrichten aus dem Verein
- 6 Jubiläum und Filmtipps
- 7 Veranstaltungshinweise
- 8 Schlusswort, Impressum

DU LIEBE ZEIT

Da habe ich einen gehört
wie er seufzte: „Du liebe Zeit!“
Was heißt da „Du liebe Zeit?“
„Du unliebe Zeit“, muss es heißen
„Du ungeliebte Zeit!“
von dieser Unzeit, in der wir
leben müssen. Und doch

sie ist unsere einzige Zeit
Unsere Lebenszeit
Und wenn wir das Leben lieben
können wir nicht ganz lieblos
gegen diese unsere Zeit sein
Wir müssen sie ja nicht genau so
lassen, wie sie uns traf.

Quelle: Erich Fried, Gedichte, Reclam Stuttgart 1994



Liebel/r FreundInnen der InfoPost,

es fällt mir heute nicht leicht einen Text zu verfassen, denn die Worte meines geschätzten Autors Erich Fried erscheinen aktueller denn je. Die Corona Pandemie belastet uns alle und schränkt unsere Freiheiten ein. Es ist das Virus, das uns in „Geiselhaft“ genommen hat, wie Marc Wallert, der von Terroristen zwei Monate gefangen gehalten wurde, in einem Interview gesagt hat. Er lebte, während der Zeit mit der großen Hoffnung, dass er „da rauskommen würde“... Seit ich dieses Interview gehört habe, hilft mir die Metapher. Wenn wir uns umsichtig und rücksichtsvoll verhalten, aber auch Bilder für das „Danach“ im Kopf haben, können wir uns aktiv beteiligen, um aus der Krise rauszukommen...

Corona ist eine Katastrophe unserer Zeit und bedeutet einen Einschnitt in unserer Geschichte. Wie bei allen Katastrophen - auch der persönlichen - kommen unweigerlich Fragen auf: Wie wollen wir weiterleben? Können wir so weitermachen wie bisher, müssen wir nur vorübergehend unser Leben verändern oder müssen wir dauerhafte Veränderungen gestalten?

Können wir auf Mitgefühl hoffen und weiterhin Mitsorge für andere entwickeln, wenn uns Auswirkungen der Katastrophe vielleicht härter treffen? Was bedeutet das für uns als Hospizler? Hospizarbeit stellt sich den Herausforderungen eines guten und menschenwürdigen Lebens und Sterbens. Jetzt wo die Bedrohung durch ein unberechenbares Virus da ist, erleben viele Menschen, wie verletzlich wir alle sind und wie schnell sich Leben verän-

dert oder sogar enden kann. Mit diesem Gedanken sind wir vertraut. Die Gedanken zur Endlichkeit des Lebens ziehen sich wie ein „roter Faden“ durch unseren Befähigungskurs und durch unsere ganze Hospizarbeit. In den Begleitungen ist das Ende des Lebens eines Menschen plötzlich ganz real. Wir können nur erahnen, was das an Leid für den Menschen und seine Zugehörigen auslöst. Ihr seid dann für diesen Menschen da und manchmal wird in kleinen Gesten oder Worten erkennbar, was Euer bedingungsloses Dasein bedeutet. Ich weiß von Euch, wie beschenkt ihr selber in solchen Momenten seid. Gerade in dieser Zeit der Krise hat es mir Mut gemacht, dass ihr euch helfend engagiert, denn ich weiß, dass das auch nach der Pandemie nicht vorbei sein wird.

Voller Begeisterung konnte ich beim Abschluss unseres Befähigungskurses dabei sein und weiß, dass jetzt weitere 10 engagierte Frauen und ein Mann für die hospizliche Begleitung unterwegs sind. Die Pandemie macht es allerdings für die gesamte Gesellschaft deutlich: Wir brauchen einander.

Darum macht weiter so, denn die Sorge die ihr für andere empfindet, zeigt Eure Liebe zum Leben. Wie schrieb Erich Fried: „Wir müssen die Zeit ja nicht genauso lassen, wie sie uns traf...“

Ingrid Hametner

CORONA PANDEMIE

Auswirkungen auf HOMBRE

Durch die Corona Pandemie kam viel zum Stillstand, sowie auch unsere Info-Post. Im März traf auch uns Corona unvorbereitet. Von einem Tag auf den anderen mussten alle persönlichen Begleitungen abgesagt werden. Jede Planung, jede Bewegung wurde von nun an von dem Virus bestimmt. Die Ehrenamtlichen wollten ihre Begleitungen nicht in Stich lassen und fühlten sich hilflos der neuen Lage ausgeliefert.

Andrea Neuhaus musste sofort auf die neue Situation reagieren. Sie arbeitete von diesem Tag an im Home-Office und ihre Arbeit wurde von nun an noch mehr vom Telefon bestimmt. Die Trauer der Ehrenamtlichen, keine weiteren Besuche bei den zu Begleitenden machen zu dürfen, war stark. Sie telefonierte mit den Ehrenamtlichen um mit ihnen neue Wege zu finden, weiter Kontakt mit den zu Betreuenden zu haben. Vom HPVN wurde eine Kreativ-Box (Spaziergänge im Freien, Gespräche am Gartenzaun, Sprachnachrichten, Hospizbegleitung per Tablet) angeboten, die dann an alle Ehrenamtlichen verschickt wurde, damit sie sich Anregungen holen konnten um weiter mit den zu Begleitenden zu kommunizieren.

Zwei positive Beispiele zeigen wie kreativ die Anregungen umgesetzt wurden. Ein Ehrenamtlicher wurde im Juni in einer Familie mit einer schwersterkrankten Mutter eingesetzt. Um sich begegnen zu können, trafen sich der Sohn und der Ehrenamtliche draußen zum Fahrradfahren. Die Fahrradpausen verlebten sie auf einer Parkbank und konnten sich dort mit dem nötigen Abstand intensiv austauschen. Ein anderes Beispiel wurde von Frau Neuhaus angeregt: Für einen Schwersterkrankten, der keinen persönlichen Kontakt mit den Nachbarn und Freunden haben durfte, wurde über ein Video Grüße von allen ausgerichtet. Darüber war er sehr glücklich.



Einen Lichtblick gab es ab Juni

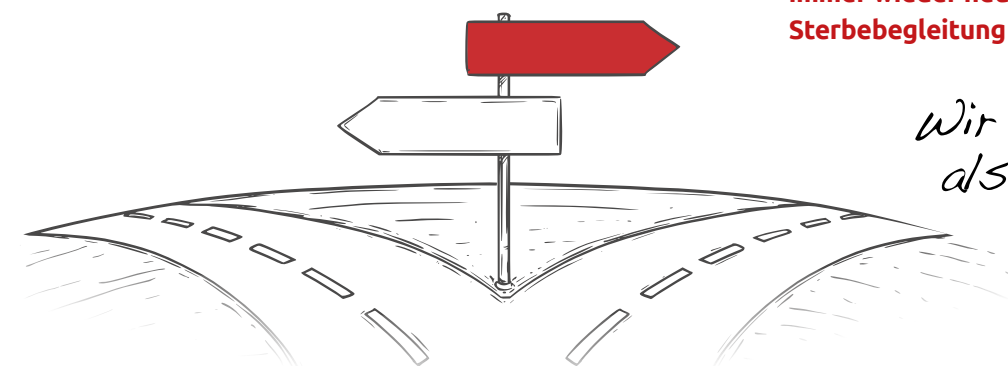
Das Glashaus-Augenoptik schenkte HOMBRE 28 „Infekt-Protect Shields“. Dafür waren wir sehr dankbar. Dies war eine Möglichkeit, dass die Hospizler wieder in persönlichen Kontakt mit ihren zu Begleitenden kommen konnten. Ein wichtiger Teil der Begleitung von Menschen am Lebensende ist Dasein, Wahrnehmung und vor allem Vertrauen schaffen. Wenn die eine Hälfte des Gesichts durch eine Maske verdeckt wird, ist das sehr schwierig. Die durchsichtigen Gesichtsmasken wurden daher eine große Hilfe.

Um neue Gestaltungsmöglichkeiten für persönliche Kontakte und Gruppentreffen in den Räumen von HOMBRE zu ermöglichen, haben wir ab Juli die Räume den Hygienevorschriften angepasst.

Unser Befähigungskurs konnte nur unter den neuen Hygienestandards fortgesetzt werden. Alle Teilnehmer/innen blieben dabei und wir freuten uns, dass am 15. September der Abschlussabend stattfinden und alle die Teilnahmebescheinigung überreicht bekommen konnten.

Fest steht, es muss in den nächsten Monaten immer wieder neu über Wege in der Sterbebegleitung nachgedacht werden.

Wir wollen diese Zeit als Chance nutzen!



CITY MARATHON



Alles war anders als letztes Jahr und doch war es ein gelungener Tag. Wir freuten uns, dass der City-Marathon nicht abgesagt wurde und wir als HOMBRE-Team mit starten konnten. Die Sonne strahlte vom Himmel, so dass wir uns nicht wie im letzten Jahr unter dem Pavillon schützen mussten. Die Stimmung an der Strecke, natürlich mit Mundschutz, war super und die Läufer wurden durch Klatschen vom HOMBRE-Team angefeuert. Fünf Frauen und zwei Teenies nahmen am Lauf mit teil. Die Pflegetochter und Enkelin einer Ehrenamtlichen gingen mit an den Start für den 6,5 Walking-Lauf und erhielten den 2. und 3. Platz. **Das ganze HOMBRE-Team war sich einig:**

Wir sind auch nächstes Jahr wieder dabei!



SOMMERFEST

Das „Event“-Team hat versucht, trotz der Absage vom Kinderhospiz-Löwenherz, einen schönen Tag für die Ehrenamtlichen von HOMBRE zu organisieren. Damit die Abstandsregeln auch eingehalten werden konnten, fand eine Wanderung an der Baggerkuhle in Wulsdorf entlang zum Restaurant „Buernhus“ statt.

Zu Beginn der Wanderung gab es zur Stärkung Kaffee/Tee und Kuchen und wie so oft haben Andrea Neuhaus und Jutta Scharps für das leibliche Wohl gesorgt. Jutta Scharps hat zudem tatkräftige Unterstützung bei diesem Stehkaffee von ihrem Mann erhalten. Viele neue Hospizlerinnen fanden sich erfreulicher-

weise am Treffpunkt ein und Andrea Neuhaus stellte die TeilnehmerInnen untereinander vor. Der Spaziergang, bei wunderschönem herbstlichem Wetter durch die Wulsdorfer Natur wurde genossen und genutzt, um sich näher kennenzulernen und auch Fragen an die „Alten Hasen“ zu stellen.

Begrüßt wurden die TeilnehmerInnen zum Abendessen im Restaurant Buernhus von Herrn Brüggemann. Das Essen war ausgezeichnet und die Stimmung super. Wir hoffen vom „Event“-Team, dass wir nächstes Jahr wieder unter erleichterten Umständen einen so schönen Tag erleben dürfen.



NACHRICHTEN AUS DEM VEREIN

Abschied und Dankeschön

Es verabschieden sich von der aktiven ehrenamtlichen Arbeit Mira Dejdar, Anja Göllner, Bärbel Hänseleit, Monika Münch, Theresa Marsuch und Ralf Schöwe. Ihnen gilt unser Dank und wir wünschen ihnen alles Gute für die Zukunft. Verabschiedet hat sich Renate Markowski von der ehrenamtlichen Sterbebegleitung. Sie bleibt uns aber als Unterstützung im Büro weiter erhalten. Wir bedanken uns bei Sandra Mio und Hildegard Schumacher ganz herzlich dafür, dass Sie sich für die Kindertrauergruppe eingesetzt haben und uns weiterhin für die Sterbebegleitung zur Verfügung stehen.

Befähigungskurs

Wir freuen uns, bekanntgeben zu können, dass Karin Bodenhagen sich entschlossen hat die die Begleitung des Befähigungskurses und die Gruppenleitung zu übernehmen. Viele Ehrenamtliche, „alte Hasen“ kennen Karin Bodenhagens Einsatzfreude. Zusammen mit unserer Koordinatorin Andrea Neuhaus hat sie sich in diesem Jahr



vielen Änderungen durch das Corona-Virus stellen müssen und die Kursteilnehmer/Innen emphatisch und einfühlsam durch diese Zeit begleitet.

Bericht zur Kindertrauergruppe

Im Oktober 2019 übernahm ich die Funktion des Koordinators der Trauergruppen als Honorarkraft. Eine der von mir erwarteten Tätigkeiten ist die Vertretung von Gruppenleitungen, die eine längere Zeit aussetzen. Hierzu hatte ich bereits ab November 2019 in der Kindertrauergruppe Gelegenheit, da Sandra Mio aus persönlichen Gründen eine Pause machen wollte. Von Hildegard Schumacher in die Abläufe eingewiesen, begleiteten wir gemeinsam bis zum März 2020 eine Gruppe von bis zu sechs Kindern und Jugendlichen im Alter von sieben bis 17 Jahren. Am 12. März mussten wir das Treffen der Kindertrauergruppe aufgrund eines Coronavorfalls in dem Betrieb eines Vaters vorzeitig beenden. Am 16. März kam dann der sogenannte „Lock-down“.

Aufgrund des Infektionsgeschehens fanden bis zum 1. Oktober keine weiteren Treffen statt. Zwischenzeitlich haben sich Sandra Mio und Hildegard Schuma-



Auch unter durch Corona erschwerten Bedingungen haben zehn Frauen und ein Mann den Vorbereitungskurs für die Begleitung schwerstkranker Menschen auf dem letzten Stück ihres Lebensweges und deren Zugehörigen erfolgreich beendet. Wir heißen unsere neuen Ehrenamtlichen herzlich willkommen, und freuen uns gemeinsam den Hospizgedanken zu leben und zu verbreiten.

cher aus persönlichen Gründen zur Beendigung ihres Einsatzes in der Kindertrauergruppe entschieden. Für ihre Arbeit, die sie unter schwierigen Rahmenbedingungen übernahmen, sei ihnen recht herzlich gedankt!

Nun leite ich die Gruppe zunächst einmal alleine. Es gelang mir, einen größeren Raum bei der STÄWOG zu organisieren, in dem wir uns unter Einhaltung der allgemein gültigen Hygieneregeln treffen können. Ich führte diverse Vorgespräche mit neuen Interessent*innen, sichtete vorhandenes Material, machte verschiedene Anschaffungen und bereitete die künftigen Treffen konzeptionell vor. Ab dem 1. Oktober ist die Kindertrauergruppe also wieder am Start. Die maximale Gruppengröße, von 9 Kindern und Jugendlichen (10 Personen sind für den Raum zugelassen), werde ich voraussichtlich bei unserem zweiten Treffen erreicht haben, so dass aufgrund weiterer Nachfragen bereits eine kleine Warteliste entstanden ist.

Beste Grüße an alle Aktiven!

Axel Dietrich

Supervision

Leider hat Heike Bühlken aus beruflichen Gründen die Leitung der Supervision abgegeben. Wir danken Heike Bühlken dafür, dass Sie so viele Jahre für uns tätig war und bedauern, dass sie die Ehrenamtlichen nicht mehr begleiten kann. Wir wünschen ihr viel Erfolg und Kraft in ihrer neuen beruflichen Tätigkeit und für die Zukunft alles Gute. Glücklicherweise haben wir für die Supervisionen Frau Hilde Allegria Schillert gewinnen können und freuen uns, sie im Oktober den Ehrenamtlichen vorstellen zu können.

JUBILÄUM

10 Jahre Hospizlerin bei HOMBRE

Wir bedanken uns bei **Annette Paul** und **Gabriele Hinrichs** für ihren langjährigen Einsatz als Ehrenamtliche in der Sterbebegleitung. Herzlichen Dank, dass Sie uns schon so lange unterstützen und für alle Zeit und Mühe, die Sie in den vergangenen Jahren aufgewendet haben, um zu helfen, wo Hilfe nötig war.

FILMTIPPS



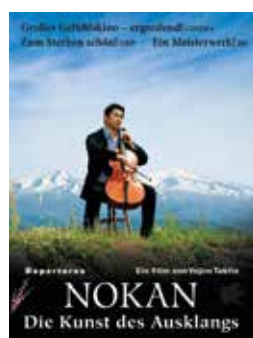
Das Ende ist mein Anfang

Das Buch für alle, die irgendwann mal sterben. Wenn Du von einem alten Menschen etwas erfährst und aufnimmst, was er weiß, dann weißt Du es schon als junger Mensch. Es ist wie ein Anfang, um weiter zu gehen.“

Folco Terzani

Am Ende seines ereignisreichen Lebens hat sich der große Reisende, leidenschaftliche Journalist und erfolgreiche Buchautor Tiziano Terzani mit seiner Frau Angela in das abgelegene Haus der Familie in der Toskana zurückgezogen, um in seiner Heimat zu sterben. Er ist mit sich im Reinen und bereit den Kreis des Lebens zu schließen. Er bittet seinen in New

York lebenden Sohn Folco zu sich. Ihm will er die Geschichte seines Lebens erzählen, seiner Kindheit und Jugend in Florenz, seiner drei Jahrzehnte als Asienkorrespondent des deutschen Nachrichtenmagazins DER SPIEGEL und schließlich die umwälzende Reise zu sich selbst, als er auf Grund einer Krebserkrankung vom Journalismus Abschied nimmt und sich in Asien spirituellen Erfahrungen öffnet. Drei Jahre bei einem großen Weisen in der Einsamkeit des Himalaya werden für ihn zum entscheidenden Erlebnis. Sie ermöglichen ihm, gelassen dem Tod entgegen zu sehen...



Nokan „Die Kunst des Ausklangs“

Pechvogel Daigo hat seine Stelle als Cellist verloren und kehrt mit seiner Frau zurück in die Heimat im pittoresken Norden Japans.

Auf der Suche nach einem neuen Job entdeckt er die Anzeige eines auf „Reisen“ spezialisierten Unternehmens. Der exzentrische Chef Sasaki engagiert ihn auf der Stelle. Daigo kann sein Glück kaum fassen, da eröffnet ihm Sasaki die wahre Natur seines Geschäfts: Er soll die Leichen Verstorbener nach al-

tem Ritual für die „Letzte Reise“, sprich die Bestattung vorbereiten... Von wegen Reisebüro! Daigo ist entsetzt. Aber ein Batzen Geld und ein grotesker Selbstversuch führen zu der Entdeckung, welche ungeahnte Würde das Nokan-Zeremoniell dem Abschied verleiht: das Kleiden, Reinigen und Schminken vor den Augen der trostsuchenden Angehörigen, mit dem die Aufgebahrten auf die letzte Reise geschickt werden. Seine Frau Mika hingegen ist alles andere als entzückt, als sie die Wahrheit über seine neue Berufung erfährt - und stellt ihn vor eine schwierige Wahl ...

VERANSTALTUNGSHINWEISE

Termine 2021

Trauergruppen

Erwachsenentrauergruppe

Die Trauergruppen am Dienstag finden wieder unter den Hygiene-Regeln statt. Begleitet werden Sie von Renate Fechner, Tanja Albert und Monika Wolff. Das Trauer-Café am Sonntag wurde wegen der Corona-Pandemie aufgelöst.

Bitte Termine für die Erwachsenentrauergruppe telefonisch im Büro erfragen.

Kindertrauergruppe

Bitte Termine für die Kindertrauergruppe telefonisch im Büro erfragen.

Termine für Ehrenamtliche

Gruppenwochenende für aktive Hospizler

Bad Bederkesa

23.04. – 24.04.2021

Dozent: Christian Heeck

„Humor in der Sterbebegleitung“

Dozentin: Marie-Luise Zimmer „Erfahrung mit Kindern krebserkrankter Eltern und Kinder als pflegende Angehörige“

Abschluss- des Befähigungskurses und Kennlernwochenende der aktiven Hospizler

Bad Bederkesa

11.06. – 12.06.2021

Supervision

Gruppe 1

Montag, 11.01.2021 um 18.00 Uhr

Gruppe 2

Montag, 25.01.2021 um 18.00 Uhr



Wünsche

- von Rose Ausländer -

Ich möchte ein Magnolienbaum sein
Jahrhunderte alt
mit herrlichen Blüten

Eine Nachtigall möchte ich sein
deren Stimme jeden berückt

noch lieber ein Berg
von der Sonne umarmt
rein gewaschen vom Regen
endlose Gipfelschau
ein Jahrtausendeleben

Ach ich sprach wohl im Traum
kein Magnolienbaum keine Nachtigall
auch kein Berg
möchte ich sein

Ich will weiterhin ich sein
ein paar Menschen lieben
Weltspuren folgen
und wenn der Sprachgeist erlaubt
mit einigen Worten
meinen Tod überleben

Zum Ende des „Corona-Jahres“ wollen wir weiter voller Hoffnung für eine gute Zukunft sein. Da leider die Weihnachtsfeier bei HOMBRE ausfallen muss, wünschen das Info-Team und der Vorstand von HOMBRE allen Mitgliedern ein frohes, gesundes neues Jahr 2021.

Der Vorstand bedankt sich bei allen Ehrenamtlichen für den engagierten, emphatischen und wichtigen Einsatz, den Sie geleistet haben.

Der Vorstand, die Koordinatorin 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

hospiz-bremerhaven.de

IMPRESSUM

Redaktionsteam

Renate Fechner, Dr. Ute Greeff, Ingrid Hametner,
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.stock-adobe.com:
Myst, Natalya Levish, Zdenek Sasek, gudrun,
Phawat, beats_, lola1960