



HOSPIZBRIEF

Hospizverein Kulmbach e.V.



JAHRESRÜCKBLICK 2020

Sehr geehrte Leser, liebe Hospizmitglieder!



Das Jahr 2020 und wohl auch das gesamte Jahr 2021 steht unter der schwierigen Pandemieauswirkung.

Wie bei allen Vereinen spüren auch wir die Auswirkung der Pandemie, speziell mit rückläufigen Versorgungsanfragen in der Hospizbegleitung. Die Menschen sind verunsichert, ja sehr häufig gebremst, gehemmt und sogar depressiv, da nichts voran geht. Die menschlichen Beziehungen sind geblockt worden, man entfremdet sich und man zieht sich in sein Häuschen zurück. Gerade wir vom Hospizverein leben

von den Interaktionen mit den Menschen und zwar möglichst von Angesicht zu Angesicht. Nur so lassen sich ganz persönliche Dinge besprechen und die Trauer ertragen. Dies wurde uns bisher genommen. Aber jetzt sind wir gerüstet mit Schnelltests, Hygienemaßnahmen und Corona-Eigenimpfungen, damit wir wieder zu Ihnen direkten Kontakt aufnehmen können. Wir sind bereit! Bitte nehmen Sie uns in Anspruch!

In der Vorstandschaft hat sich ein Wechsel ergeben. Herr Manfred Götz ist vorzeitig auf eigenen Wunsch ausgeschieden und hat mitgeholfen, Herrn Heiko Reuther einzuarbeiten. Die Vorstandschaft hat diesen Wandel vereinskonform bestätigt. Herrn Manfred Götz hat der Hospizverein sehr viel zu verdanken. Wir sind stolz, so einen engagierten Kassier in unserer Vorstandsmitte gehabt zu haben. Herr Reuther wird uns in Zukunft helfen, die Finanzen weiter im Griff zu haben, was coronabedingt eine Herausforderung wird.

Ich persönlich sehne mich nach der alten Zeit, wohlwissend, dass die Welt/Zeit sich weiter gedreht hat und vieles in Zukunft nicht mehr so sein wird. Aber der Gedanke des Hospizvereins lebt unbeirrt weiter, da diese ehrenamtliche Zuwendung auch in Zukunft durch Nichts zu ersetzen ist.

Ihr
Dr. Markus Ipta
1. Vorsitzender



Inhalt

Vorwort/Inhaltsverzeichnis	2/3
Jahreshauptversammlung	4/5
Patientenverfügung	6/7
Hospizbegleiterausbildung	8/9
Depression/Burnout	10/11
Hospizbegleiter- wochenende	12/13
Hygieneschulung	14/15

Rückblicke 2020

Einleitung	16
Pflegeheim Mainleus	16/17
Hospiz heißt Herberge	18/19
Erfahrungsberichte Begleiter*innen	20/21
Das Jahr 2020 Rückblick	22/23
Fröhliche und beschau- liche Momente aus 2020	24/25
Über die Trauer	26/27
Zum Gedenken an die Verstorbenen	28/29
Die Kraft der Sprache	30/31
Geburtstage/Desiderata	32/33
Buch und Filmtipps	34/35
Herausgeber/Danke	36



Richard von Schkopp, Brigitte Brückner,
Gabi Schramm

Ehrungen und Verabschiedungen

20 Jahre dabei sind:

Anita Baar, Dr. Reinhard Baar, Angelika Burghardt, Günter Eisentraut, Dieter Hahn, Maja Hertrich, Gerlinde Klehr, Karin Minet, Edith Mittelberger, Margit Paravicini, Petra Popp, Renate Schmidt, Sabine Streng, Annelie Stündl, Margot Tetzlaff, Anneliese von Ramin und Gisela Wiegel

10 Jahre dem Hospizverein zugehörig sind:

Michael Bajon, Petra Haupt, Waltraut Jarosch, Elke Kolb, Brigitte Kürschner, Marliese Schröfer, Richard von Schkopp und Brigitte Wesenauer

Verabschiedet aus dem aktiven Dienst wurden:

Carlo Grech, Anna-Maria Haselbacher-Kollerer, Brigitte Hebenanz, Renate Krasser, Elke Neukam, Erika Proschka und Ursula von Hindte

Nachdem die Hauptversammlung im März aufgrund des Lockdowns nicht stattfinden konnte, haben wir diese auf September verlegt.

Die Teilnehmerzahl mussten wir beschränken und alle Mitglieder, die teilnehmen wollten, haben sich vorab angemeldet. Die damaligen Vorschriften konnten gut eingehalten werden.

Frau Uschi Prawitz von der Bayerischen Rundschau hat ebenfalls teilgenommen und verfasste einen Bericht in der Bayerischen Rundschau am darauffolgenden Montag.

Am Ende waren wir froh, dass alles so gut geklappt hat und wir im Jahr 2020 auch unsere Hauptversammlung abhalten konnten. Im Oktober wäre es bereits wieder nicht mehr möglich gewesen.

von links: Anita Baar, Dr. Reinhard Baar, Sabine Streng, Gabi Schramm, Dr. Markus Ipta, Brigitte Brückner



Corona macht die Begleitung schwer

BILANZ Kontaktbeschränkungen und reduzierte Besuchszeiten prägten in den vergangenen Monaten die Arbeit des Kulmbacher Hospizvereins.

VON UNSERER MITARBEITERIN USCHI PRAWITZ

Kulmbach – Sterben ist ein Teil des Lebens, so sieht es jedenfalls die Hospizbewegung. Daher bietet die Hospizarbeit Menschen, die mit einer schweren Krankheit, Sterben, Tod und Trauer konfrontiert sind, Beistand und praktische Hilfe – für einen Abschied in Würde. 1997 gründete sich in Kulmbach ein Hospizverein, und der hatte am Freitagabend zur Jahreshauptversammlung in die Gaststätte „Zum Gründla“ geladen.

„Wir hatten 2020 einen schweren Start“, resümierte Vorsitzender Markus Ipta das aktuelle Geschehen im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie. „Am schlimmsten war für uns Hospizhelfer, dass wir vor Ort keine Hospizarbeit mehr machen konnten. Auch uns war der Zugang zu Palliativstationen, Krankenhäusern und Pflegeheimen verwehrt.“ Zwar habe man schnell auf telefonische Be-

ratung umgestellt, aber das sei sicher nicht das langfristige Ziel.

„Darüber hinaus ist unsere Zeit im Ehrenamt begrenzt, das heißt, wenn wir auch noch auf eingeschränkte Besuchszeiten, wie es aktuell der Fall ist, Rücksicht nehmen müssen, gestaltet sich die Arbeit für uns schwierig.“

Die Bilanz des Jahres 2020 werde sich erst in der Hauptversammlung 2021 zeigen, 2019 jedenfalls sei für den Hospizverein ein erfülltes Jahr gewesen. Zum Jahresende zählte der Verein 374 Mitglieder, das bedeutet einen leichten Zuwachs gegenüber dem Vorjahr. Durch die ehrenamtlichen Begleiter wurden in 1423 Stunden 100 Menschen begleitet, 66 davon bis zum Lebensende. „Seit Beginn unserer Begleitungen im Jahr 1998 haben wir etwa 1275 Menschen mit einem Stundenaufwand von etwa 38 180 Stunden begleiten können.“

Der Hospizverein begleitet aber nicht nur Sterbende auf ihrem letzten Weg, sondern er kümmert sich zusätzlich um die Hinterbliebenen. So wurde auch 2019 eine Trauergesprächsreihe angeboten, ebenso wie das Trauercafé, das an jedem zweiten Sonntag im Monat stattfindet. „Dort haben Trauernde die Möglichkeit, sich zu begegnen, auszutauschen und sich gegenseitig zu trösten.“ Ein spezielles Angebot für Männer hat Richard von Schkopp ins Leben gerufen: einen Männer-Trauer-Stammtisch, der sich jeden zweiten Mittwoch im Monat trifft.

Auch neue Hospizhelfer konnten im Jahr 2019 ausgebildet werden. „14 Teilnehmerin-



nen und Teilnehmer gab es im vergangenen Jahr, 13 davon sind in den aktiven, ehrenamtlichen Hospizdienst übergetreten“, erläuterte Ipta. Somit verfügte der Kulmbacher Hospizverein zum Ende des Jahres 2019 über 51 ehrenamtliche, aktive Begleiterinnen und Begleiter, „und das ist wichtig, denn nur wenn es genügend Ehrenamtliche gibt, können wir allen die so wichtigen Auszeiten gewähren“.

Damit die Hospizbegleiter das Erlebte gut verarbeiten können gibt es besondere Fortbildungsangebote und Supervisionen.

Um in der Öffentlichkeit über seine Arbeit zu informieren, beteiligte sich der Hospizverein 2019 an diversen Veranstaltungen, auch ist eine eigene Homepage www.hospiz-kulmbach.de inzwischen online. „Unter unserem Motto ‚Gemeinsam statt einsam‘ haben wir die Homepage bewusst ruhig gehalten und mit Aquarellen versehen. Das soll die Wärme ausstrahlen, die wir den Sterbenden und deren Angehörigen vermitteln wollen“, erläuterte Markus Ipta.

„Am schlimmsten war für uns Hospizhelfer, dass wir vor Ort keine Hospizarbeit mehr machen konnten.“



Auszug aus der Bayerischen Rundschau vom Montag, 28. September 2020



Im März 2020 fand ein Informationsabend zur inhaltlichen Gestaltung einer Patientenverfügung im Dr. Martin Luther Haus statt. Den Vortrag hielt Dr. Markus Ipta.

In einer Patientenverfügung können Sie für den Fall Ihrer Entscheidungsunfähigkeit im Voraus festlegen, ob und wie Sie in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchten. So können Sie ihr Selbstbestimmungsrecht wahren und Einfluss nehmen auf eine spätere Behandlung, auch wenn Sie sich durch einen Unfall oder eine Krankheit nicht mehr äußern können.

Die Festlegungen in ihrer Patientenverfügung bedeuten, dass Sie selbst die Verantwortung für die Folgen übernehmen. Am Ende Ihrer persönlichen Willensbildung kann aber auch die Entscheidung stehen, keine Patientenverfügung zu erstellen. Sie sollten sich aber bewusst werden, dass Sie dann möglicherweise unter Umständen Abhängigkeiten und Fremdbestimmung in Kauf nehmen müssen.

Es ist nicht einfach, sich mit existentiellen Fragen auseinanderzusetzen, die Krankheit, Leiden und auch Sterben betreffen. Für diese Überlegungen sollten Sie sich Zeit nehmen und nicht unter Druck setzen lassen. Es gibt verschiedene Broschüren, die gute Informationen bieten (siehe Spalte). Sie können in der Buchhandlung oder über das Internet bestellt werden. Auch ihr Hausarzt steht Ihnen bestimmt zur Seite oder kann einen Kollegen empfehlen.

Der 1. Vorstand vom Hospizverein Kulmbach e.V. Herr Dr. Ipta bietet ebenfalls Beratungen zu diesem Thema an. Normalerweise richtet unser Verein jedes Jahr einen Informationsabend bezüglich der Ausführung der Patientenverfügung aus. Ob und wie dies in diesem Jahr stattfinden kann, wissen wir im Moment

von links: Gabi Schramm, Brigitte Brückner, Käthe Goné





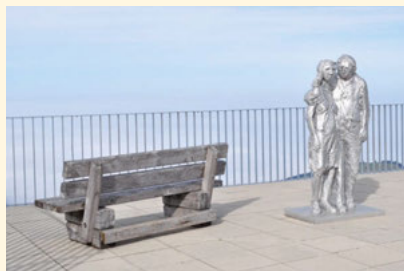
Dr. Markus Ipta

nicht. Wir geben den Termin in der öffentlichen Presse und auf unserer Homepage bekannt.

Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz, Broschüre „Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung“ (www.bmjv.de/DE/Themen/VorsorgeUndPatientenrechte)



Bayrisches Staatsministerium der Justiz, Broschüre „Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter“ (www.justiz.bayern.de/service/broschueren)



Nicht irgendwann sondern jetzt

Hebe niemals etwas für einen besonderen Anlass auf.
Jeder Tag, den Du lebst,
ist ein besonderer Tag!

Nicht irgendwannsondern jetzt
sage ich meinen Lieben, dass ich sie liebe.

Nicht irgendwannsondern jetzt
kaufe ich mir tolle Schuhe und mache
damit einen Spaziergang.

Nicht irgendwannsondern jetzt
pflanze ich frische Blumen in meinen
Garten.

Nicht irgendwannsondern jetzt
nehme ich meine Kristallgläser und mein
Silberbesteck zum Essen.

Nicht irgendwannsondern jetzt
entschuldige ich mich für einen alten Streit.

Nicht irgendwannsondern jetzt
mache ich einen Urlaub in der Toskana.

Nicht irgendwannsondern jetzt
nehme ich Kontakt auf mit einer alten
Freundschaft.

Jeder Tag, jede Minute meines Lebens ist
etwas Besonderes.

Nicht irgendwannsondern jetzt.

Der Aufbaukurs der Hospizbegleiterausbildung sollte mit dem Thema „Nähe und Distanz“ beginnen.

Anfang März 2020 während des Lockdowns schreibt Siggi Höhler seine Gedanken dazu auf:

Wenn es um Nähe und Distanz geht kann man von Katzen viel lernen. Wer Katzen hat, so wie ich, wird mir bestätigen, dass Katzen sehr eigenwillige Tiere sind und wenn es um Nähe und Distanz geht haben sie eine eindeutige und unmissverständliche Körpersprache. Meine Versuche, Nähe zu meiner Katze herzustellen, wenn sie Distanz signalisiert hat, waren regelmäßig zum Scheitern verurteilt. Anders herum hat es meine Katze immer geschafft die Nähe zu mir herzustellen, wenn sie das wollte. Für uns beide war das dann die pure Entspannung! Was ich – auch von meinen Katzen – gelernt habe: Ich begegne grundsätzlich jedem Menschen, also auch Schwerkranken oder Sterbenden mit Respekt und werde versuchen liebevoll und unaufgeregt für sie da zu sein. Aufmerksam zuhören, wenn sie mich ansprechen oder einfach nur da sein und miteinander schweigen.

Persönlicher Bericht von

Am 3.2.20 fing unsere Ausbildung an, wir waren elf Frauen und ein Mann.

Wir kamen zusammen
in einem Raum,
der so schön gebaut,
fast wie im Traum.

Hohe Decken,
in der Mitte Kerzenlicht,
wir saßen im Kreise und schauten
uns nachdenklich ins Gesicht.

„Warum bist DU wohl hier? Warum
eigentlich ICH?“

Ja, es ist ein ernstes Thema, schließlich
geht's um Sterben und den Tod und
dabei immer wieder auch um mich.

Vom Verein waren da, Käthe und Gabi
und noch ein paar andere Frauen.
Sie führten durch den Abend und
ihnen konnten wir uns anvertrauen.

Denn es gab viele Fragen –
vor allem wie geht das, das Begleiten
und könnte ich das aktiv, auch
wirklich wagen?

Ihre Geschichten taten uns gut,
und wir begannen den Grundkurs
mit frischem Mut.

Von nun an traf sich hier
unsere Runde,
mal am Samstag, mal am Montag
zur späteren Stunde.

Die Themen so ernst wie verschieden,
viele wurde erzählt, gezeigt, diskutiert,
und manchmal einfach auch
nur geschwiegen.

In den Pausen gab es immer wieder
Köstliches zu trinken und zu essen,
auch das werden wir
bestimmt nicht vergessen.



der Hospizbegleiterausbildung 2020

Unvergesslich bleibt auch der Abend mit Schwester Ines von der Palliativstation. Sie beeindruckte mit immensem Wissen und Feingefühl, das macht sie zu einer ganz besonders lieben Person.

Der Grundkurs ging zu Ende, Käthe und Gabi reichten uns (mit Zertifikat) die Hände.

Doch es war kein Abschied, das war uns klar, wir wollten weitermachen mit dem Aufbaukurs noch in diesem Jahr.

Doch ab März durchkreuzte etwas unseren Plan, das Coronavirus legte alles lahm.

Alles war zu, auch dieser Kurs hier, leider, doch nach fünf Monaten ging es endlich weiter.

Die Freude war besonders groß, Corona haben wir zwar immer noch nicht los,

aber wir konnten uns wiedersehen, um weitere spannende Themen anzugehen.

Wie zum Beispiel die Dauer des nicht pathologischen Prozesses der Trauer.

Oder auch die packende Thematik der Demenz, hat sie doch eine besonders hohe Präsenz.

Fast jeder konnte aus eigener Erfahrung dazu etwas sagen oder wollte bei allem Ernst darüber sogar mal ein Späßlein wagen.

Der Beitrag um Suizid ging uns unter die Haut, und auch an das Thema Selbsthypnose haben wir uns getraut,

Wir, das sind elf Frauen und ein Mann, ja, so fing unsere Geschichte an.

Nur wie wird sie weitergehen? Einige werden sich als aktives Mitglied hier wiedersehen.

Andere werden es vielleicht erst später probieren. Jedenfalls haben wir den Wunsch uns nicht aus den Augen zu verlieren.

Constance Eisner

Ein besonderes Dankeschön geht auch an Dr. Markus Ipta, Dr. Wolfgang Schulze, Susanne Drack, Anke Inge Wagner, sowie an Käthe Goné und Gabi Daig



Depression – Burnout Referentin Roberta Thiele

Eine kurzweilige und höchst informative Fortbildung zum Thema Depression durfte am 12.09.2020 eine stattliche Anzahl von Hospizbegleiter*innen erleben. Unter Einhaltung der Hygiene- und Schutzmaßnahmen füllte sich das Burggut an diesem Samstag. Nach der Begrüßung und weiteren Informationen bzgl. der Vorschriften von unserer Käthe Gone, stellte sich Frau Roberta Thiele, die ja bereits vielen aus unserem Kreis von unserer Supervision bekannt ist, vor. Nach einer Vorstellungsrunde und das Abfragen der Erwartungen der Teilnehmer*innen startet ein interaktiver versierter Vortrag der Psychologin.

- Wie entstehen psychische Störungen? Vulnerabilitäts-Stress-Modell
- Wie werden psychische Störungen diagnostiziert?
- Was können Diagnosen für die Betroffenen bedeuten?

- Was sind die häufigsten Merkmale einer Depression?
- Wie wird eine Depression behandelt?/Welche Methoden gibt es.
- Gibt es Frühwarnungssymptome der Depression?
- Zehn Regeln für Angehörige und Begleiter.
- Was sind die konkreten Unterschiede zwischen Depression und Burnout?
- Wo liegen die Unterschiede in der Therapie?
- Welche Personengruppen sind besonders gefährdet?

Ein konstruktiver Austausch, Fragenklärungen und persönliche Erfahrungen und Mitteilungen der Teilnehmer*innen erhielten in dieser Fortbildung genügt Platz und Raum. Achtsam und berührend stellte Frau Thiele den Autoren Horst Conen, und dessen Buch vor: Sei gut zu dir, wir brauchen Dich! Vom besseren Umgang mit sich selbst!



Erfahrungen, Erkenntnisse, ressourcenorientierte Ansätze und ein reger Austausch mit den Teilnehmer*innen erläuterten lebendig nachfolgende Fragen:

- Schleppen Sie die Vergangenheit mit sich herum?
- Loslassen, was ist das?
- Leiden Sie unter Stress?
- So ärgern Sie sich weniger!
- Setzen Sie sich selber unter Druck?
- Sagen Sie auch mal Nein!

Mit einem durchweg positiven Feedback der Hospizbegleiter*innen endet ein informativer Tag. Wir wurden reich beschenkt und konnten ein Handout mitnehmen. Ein herzliches Danke an die liebevollen Menschen, die für die Durchführung und Gestaltung dieser Fortbildung verantwortlich waren.

Christine Friedlein



„Den Aufbruch wagen“

Nicht mehr
so dahinleben
und dich leben lassen
von den alltäglichen Pflichten,
von der oberflächlichen
Unterhaltung,
von den Erwartungen,
die andere Menschen
stets an dich stellen.

Eines Morgens früh
aufstehen
und einen Weg suchen,
der dir Klarheit bringt
über das,
was dich in der Tiefe bewegt,
was du selbst für dich willst,
was dir wichtig
und wesentlich ist.

von Christa Spilling-Nöker
aus „Liebe das Leben – Ermutigungen“

wussten sie schon...?

wussten sie schon,
dass die nähe eines menschen
gesund machen
krank machen
tot und lebendig machen kann

wussten sie schon,
das die nähe eines menschen
gut machen
böse machen
traurig oder froh machen kann

wussten sie schon,
dass das wegbleiben eines menschen
sterben lassen kann
dass das kommen eines menschen
wieder leben lässt

wussten sie schon,
dass die stimme eines menschen
einen anderen menschen
wieder aufhören lässt
der für alles taub war

wussten sie schon,
dass das wort
oder das tun eines menschen
wieder sehend machen kann
einen
der für alles blind war
der nichts mehr sah
der keinen sinn mehr sah in dieser welt
und in seinem leben

wussten sie schon,
dass das zeithaben für einen menschen
mehr ist als geld
mehr als medikamente
unter umständen mehr
als eine geniale operation

wussten sie schon,
dass das anhören eines menschen
wunder wirkt
dass das wohlwollen zinsen trägt
dass ein vorschuss an vertrauen
hundertfach auf uns zurückkommt

Wilhelm Willms

7:1

Nein, es handelt sich hier nicht um das Halbfinalergebnis bei der Fußball-WM 2014 zwischen Deutschland und Brasilien, sondern um das Verhältnis Frauen-Männer beim Hospizwochenende in Silberbach/Selb.

Da ich diesen Beitrag schreibe, habe ich also die zwei Tage gut überstanden und wurde von meinen Kolleginnen bestens verwöhnt. Ohne großes vorgegebenes Programm und kurzfristiger Planänderung (Käthe statt Gabi) haben wir eine sehr intensive Zeit bei herrlichem Herbstwetter verbracht.

Wir hatten uns viel Zeit für den persönlichen Austausch genommen und die Offenheit der Kurs Teilnehmer war für mich wieder sehr beeindruckend. Trotz Einhalten des Corona Abstandes sind wir uns näher gekommen, haben gemeinsam gelacht und



geweint (Filmabend) und waren auch sportlich aktiv. Zwei kleine Wanderungen durch den bunten Herbstwald rundeten unsere gemeinsame Zeit ab.

Fazit: Nächstes Mal bin ich wieder mit dabei und wünsche mir, dass der Männeranteil um mindestens 200 % wächst.

Michael Greitl



von links: Doris Häublein, Margit Gärtlein, Brigitte Brückner, Susanne Hain, Michael Greitl, Käthe Goné, Sieglinde Ellner, Dora Michel

SCHAFFT EUCH EIN EHRENAMT, EIN UNSCHEINBARES, WOMÖGLICH EIN GEHEIMES NEBENAMT. TUT DIE AUGEN AUF UND SUCHT, WO EIN MENSCH EIN BISSCHEN ZEIT, EIN BISSCHEN TEILNAHME, EIN BISSCHEN GESELLSCHAFT, EIN BISSCHEN FÜRSORGE BRAUCHT. VIELLEICHT IST ES EIN EINSAMER, EIN VERBITTETER, EIN KRANKER, EIN UNGESCHICKTER, DEM DU ETWAS SEIN KANNST. VIELLEICHT IST'S EIN GREIS, VIELLEICHT EIN KIND. WER KANN DIE VERWENDUNGEN ALLES AUZFÄHLEN, DIE DAS KOSTBARE BETRIEBSKAPITAL MENSCH GENANNT, HABEN KANN! AN IHM FEHLT ES AN ALLEN ECKEN UND ENDEN. DARUM SUCHE, OB SICH NICHT EINE ANLAGE FÜR DEIN MENSCHENTUM FINDET. LASS DICH NICHT ABSCHRECKEN, WENN DU WARTEN ODER EXPERIMENTIEREN MUSST. AUCH AUF ENTÄUSCHUNGEN SEI GEFASST. ABER LASS DIR EIN NEBENAMT, IN DEM DU DICH ALS MENSCH AN MENSCHEN AUSGIBST, NICHT ENTGEHEN. ES IST DIR EINES BESTIMMT, WENN DU NUR RICHTIG WILLST. ALBERT SCHWEITZER

Der Junge mit der Mundharmonika

Ich sitze in einem Bus und fahre nach Hause. Der Wagen ist gedrängt voll. Neben mir sitzt eine einfache, stille Frau, sie zählt ihr Geld. „Haben Sie gut eingekauft?“ frage ich mehr verlegen als neugierig, als sie mit dem Zählen kurz innerhällt. Aber sie antwortet nicht, schüttelt nur den Kopf und beginnt erneut zu zählen.

Nachdem sie abermals zu Ende ist, beginnt sie alle Taschen durchzukramen – aber auch nicht ein Euro kommt zum Vorschein. Noch einmal beginnt sie zu suchen: erst die Jackentasche, dann die vom Kleid. Zuletzt kommt noch einmal der alte, abgegriffene Geldbeutel dran, den sie aus der Einkaufstasche holt. Aber es ist vergeblich, sie findet keinen Cent mehr. Ihr Gesicht ist mittlerweile blass und starr geworden. Enttäuscht schaut sie in die Runde. Dann beginnt sie plötzlich erneut zu zählen. Noch langsamer und gründlicher als vorher. Jetzt erst sehe ich, dass ein Kind zu ihr gehört. Auch das Kind hat gemerkt, dass etwas nicht stimmt. „Mutter, fehlt dir was?“, fragt ein zartes Stimmchen. Die Mutter nickt nur stumm mit dem Kopf. Eine Frau, die uns gegenüber sitzt, fragt, was denn los sei. Mit wenigen Worten erfahren wir, dass die Familie letzten Winter aus Polen gekommen ist, wo sie als Bauern lebten. Der Mann ist sehr krank und liegt schon einige Wochen im Krankenhaus.

Heute hat sie nach dem Krankenbesuch noch einige Einkäufe gemacht. Irgendjemand muss ihr dabei falsch herausgegeben haben. Über 20 Euro fehlen ihr. Ein Zwanzigeuroschein und eine paar Eurostücke – und wieviel Kummer hängt daran! Wie gerne möchte ich ihr den Schein geben. Mir zuckt die Hand. Aber ich weiß nicht, wie ich anfangen soll. Es sieht so protzig aus, wenn ich nun in die Tasche greife und sage: „Hier bitte!“. Ich bin sehr unglücklich, dass mir nichts einfallen will.

Währenddessen zieht ein Junge seine Mundharmonika aus der Tasche und beginnt darauf zu spielen. Das ist ja wohl die Höhe.

Der Kerl wird mit richtig unsympathisch. Welch eine Frechheit, zu dem Kummer der Frau, der ihr deutlich im Gesicht geschrieben steht, auch noch Musik zu machen!

Der Junge hat sein Lied ausgespielt. Nun geht er auch noch sammeln, mit einer Mütze in der Hand. Außer mit scheint sich niemand daran zu stoßen. Im Gegenteil: aus allen Taschen wandern Zehner und Fünfziger, ja sogar Ein- und Zweieurostücke in die Mütze. Auch zu mir kommt er, ein kleines verschmitztes Lächeln um den Mund. Ich wende mich ab, denn ich bin sehr ärgerlich und unwillig und will ihm das mit meiner Geste auch deutlich zeigen. Aber er verzieht keine Miene.

Dafür wendet er sich meiner Nachbarin zu und schüttet der verdutzten Frau das gesammelte Geld in den Schoß. Dann kehrt er, ohne ein Wort zu sagen, an seinen Platz zurück, als sei nichts geschehen.

Die Frau ist überrascht und verwirrt. Sie will dem Jungen danken, aber sie findet keine Worte. In diesem Augenblick quietschen die Bremsen. Der Bus hält mit einem Ruck. Ich spüre, dass ich glutrot geworden bin. Beschämt will ich schnell noch meine Brieftasche hervorholen. Aber es ist zu spät. Ich sehe noch, dass die Frau mit ihrem Kind draußen steht. Ihre Augen suchen den Bus ab, bleiben bei dem Jungen haften. Ihre Lippen bewegen sich zu einem Danke-schön. Dann wird die Tür zugemacht, und der Bus fährt weiter. Der Schüler mit der Mundharmonika winkt den beiden noch einmal zu. Gibt ihnen Hoffnung in der neuen Heimat.

Hygieneschulung

Nachdem alles bezüglich der neuen Abstandsregeln und der Hygienemaßnahmen geklärt war, konnte nach dem Lock-down im März unsere erste interne Schulung im Burggut mit begrenzter Anzahl der Teilnehmer stattfinden.

Unsere Hygieneschulung ging um das Thema „Umgang mit der persönlichen Schutzausrüstung (PSA) bei hygienerelevanten Erregern“. Der Referent war wie letztes Jahr Joachim Hopp vom Klinikum Markredwitz.



Koordinatorin Käthe Goné

Referent Joachim Hopp

Es ging um die Fragen:

Wozu brauche ich die PSA ?

Was gehört alles zur PSA?

Wie gehe ich mit der PSA um?

Wie lege ich die PSA an, bzw. in welcher Reihenfolge lege ich diese wieder ab?

Worauf ist besonders zu achten?

Mit welchen Erregern – zusätzlich zum Corona Virus – haben wir zu tun?



Am Ende der Schulung wurde nochmals auf die besondere Wichtigkeit der Händedesinfektion hingewiesen. Ein sehr informativer und anschaulicher Vortrag.

Ein Jahr voller Veränderungen

Seit März des vergangenen Jahres hat sich unser gewohntes Leben sehr verändert.

Das Auftreten des Corona Virus hat sich auf unser Leben, auf das Zusammenleben mit anderen, auf unser Umfeld, unser Arbeitsleben, unser Vereinsleben und auf das öffentliche Leben ausgewirkt. Manche Regeln und Änderungen haben uns sehr eingeschränkt, andere waren – auch aus Rücksicht anderen gegenüber – leichter anzunehmen. Für jeden Einzelnen von uns hatten die Veränderungen eine andere Bedeutung, eine andere Wichtigkeit. Vielleicht hatten bestimmte Regeln, Gebote und Verbote auch etwas Gutes, haben uns nachdenken lassen und uns aufmerksam gemacht. Hier sind Einblicke und Gedanken von Menschen, die in der Pflege arbeiten. Wir bedanken uns für die Beiträge.

**Laufe nicht der Vergangenheit nach,
verliere dich nicht in der Zukunft.
Die Vergangenheit ist nicht mehr.
Die Zukunft noch nicht gekommen.
Das Leben ist hier und jetzt.**

Siddharta Gautama Buddha

Herr Konrad von der Diakonie Mainleus schreibt uns folgende Zeilen:

Vor ziemlich genau einem Jahr wurden die ersten Coronafälle in Deutschland bekannt. Für die Bewohner und die Mitarbeiter des Mainleuser Stfts waren die Nachrichten im Zusammenhang mit der Firma WEBASTO zwar interessant, aber es fühlte sich für alle weit weg an. Als dann die Fallzahlen in die Höhe schossen und schließlich in Bayern der Katastrophenfall ausgerufen wurde, einhergehend mit kompletten Besuchsverboten in den Pflegeeinrichtungen, war allen klar – jetzt ist es ernst.

Wir diskutierten über neue Hygienekonzepte und darüber wie diese umzusetzen sind. Die gemütlichen Wohnküchen und die Wohnzimmer wurden umgestellt, so dass die Bewohner ausreichend Abstand zueinander halten können.



Jürgen Konrad, Heimleitung



Betreuungs- und Beschäftigungsangebote fanden und finden auch weiterhin statt, allerdings nur noch in kleinen Gruppen auf den Wohnbereichen mit ausreichend Abstand zwischen den Teilnehmern. Wohnbereichsübergreifende Angebote fanden im letzten Jahr nur statt, wenn diese unter freiem Himmel durchgeführt werden konnten. Also hatten wir in den letzten Monaten Freiluftgottesdienste, Open-Air-Konzerte, u.v.m..

Die größte Herausforderung war und ist jedoch die Organisation und Durchführung der Besuche. Mehrmals haben sich in den vergangenen Monaten die Vorgaben für Besuche in Pflegeheimen geändert. Diese Tatsache ist bei unseren Mitarbeitern und den Angehörigen unserer Bewohner nicht immer auf Begeisterung gestoßen. Einlasskontrollen, Anmeldung der Besuche, Beschränkung der Besuchszeiten, Maskenpflicht, Nachweis negativer Coronatests für Besucher, All das sorgte

für viel Diskussionsbedarf, der viel Zeit in Anspruch nahm. Für Einige ist der Sinn dieser Besuchsregelungen immer noch nicht nachvollziehbar. Letztlich dienen sie dem Schutz aller Bewohner.

Leider werden wir die Einschränkungen der letzten Monate noch eine ganze Zeit weiter aushalten müssen. Unsere Bewohner kommen mittlerweile damit gut zurecht. Zwei positive Sachen gibt es noch zu berichten:

- Es gab im Mainleuser Stift bisher noch keinen Coronafall unter den Bewohnern.
- Die meisten Bewohner wurden bereits zweimal geimpft. Und auch über die Hälfte unserer Mitarbeiter erhielten bereits eine Schutzimpfung. Zumindest das lässt für die Zukunft hoffen.



Hier könnte ein Bericht über die wertvolle Arbeit auf der Palliativstation stehen.

**Klinikum Kulmbach**
mit Fachklinik Stadtsteinach

Klinikum Kulmbach Albert-Schweitzer-Straße 10 95326 Kulmbach
Per Fax: 09228/999999
Herrn
Dr. med. Markus Ipta
Kulmbacher Str. 22
95359 Kasendorf

GESCHÄFTSFÜHRUNG

☐ Ansprechpartner
☐ Abteilung
☐ Telefon
☐ Telefax
☐ E-Mail
☐ Datum

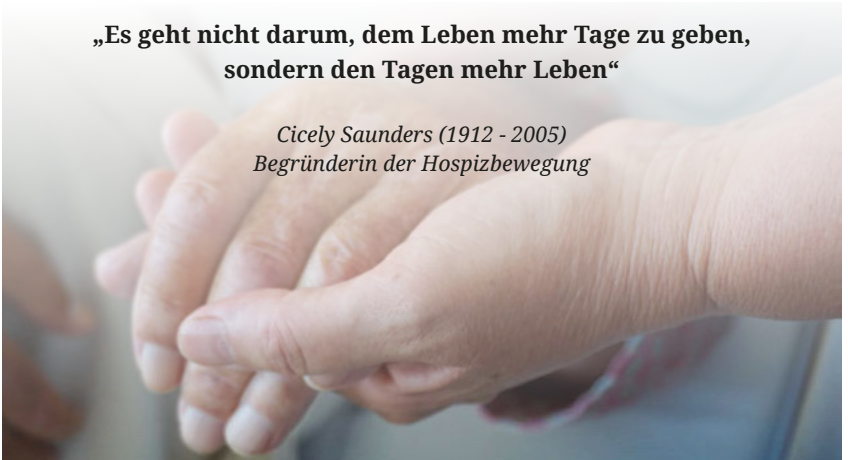
Sehr geehrter Herr Dr. Ipta,

vielen Dank für die Überlassung des Entwurfs des Jahresrückblicks 2020. Seite 18 kann so selbstverständlich nicht freigegeben werden. Der uns von Frau _____ vorgelegte Bericht wird der Arbeit auf unserer Palliativstation im Sinne eines Jahresrückblicks nicht gerecht und konnte deshalb bisher nicht freigegeben werden.

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung.

**„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben,
sondern den Tagen mehr Leben“**

*Cicely Saunders (1912 - 2005)
Begründerin der Hospizbewegung*





Dankbar sein für erfüllende Begegnungen

Danken möchte ich
für die vielen Begegnungen,
die mein Leben von außen
und innen her bereichern.
Mitunter sind es kurzfristige
Beziehungen,
bisweilen längere Freundschaften,
in denen ich angeregt werde,
neue Möglichkeiten
und Begabungen in mir
zu entdecken und zu entfalten,
Jede Begegnung, die mich
im Tiefsten berührt,
führt mich einen Schritt näher
dazu heran, mich zu dem
Menschen zu entfalten,
der ich bin.

*Was mir gefällt auf dieser Welt
„Von der Dankbarkeit“*

von Christa Spilling-Nöcker

Hospiz heißt Herberge

Bei vielen Menschen ruft der Begriff „Hospiz“ sofort den Gedanken an Tod und Sterben und damit eine große Angst und Verunsicherung hervor. Das führt dazu, dass das Thema Hospiz oft gemieden wird.

Aber hinter dem Wort „Hospiz“ ist viel mehr verborgen. Hospiz bedeutet Herberge. Umsorgt sein am Lebensende. Es bedeutet geborgen sein im Leben und im Sterben. In den Hospizhäusern steht der schwerkranke Mensch mit all seinen körperlichen, sozialen, psychischen und seelischen Bedürfnissen im Mittelpunkt.

Mit dem Begriff „Palliativ“ verhält es sich ähnlich. Es herrscht die Meinung vor, dass für Betroffene nichts mehr getan werden könne, da diese ohnehin sterben müssen. Wörtlich bedeutet „Palliativ“ jedoch „ummanteln“. Beschützt sein. Es leitet sich von dem lateinischen Wort *pallium*=Mantel ab. Eine palliative Therapie ist eine medizinische Behandlung die nicht auf Heilung einer Erkrankung abzielt, sondern deren oft sehr belastende Symptome lindert oder deren nachteilige Folgen reduziert, um die Lebensqualität zu verbessern.

Käthe Goné

Ich bin ja erst ein Jahr dabei und hatte bis jetzt 3 Begleitungen. Eine davon auf der Palliativ, zwei privat. Es waren schöne Begleitungen und ich hab keine Minute Angst gehabt, dass ich vielleicht angesteckt werden könnte, da ja auch kurzzeitig eine Patientin noch ins Krankenhaus kam. Was ich sehr bedauere ist, dass ich meine jetzige Begleitung nicht mehr so gestalten kann wie es anfangs noch ging. Aber ich bin mit Tochter und Begleitung in Kontakt. Es ist eine sehr bedrückende Situation im Augenblick, aber wir müssen voraus schauen und uns diese wunderbare Aufgabe, Sterbenden nicht mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben zu geben, immer ins Gedächtnis zu rufen. Ich freu mich wenn es bald hoffentlich wieder normal ist und ich meiner Begleitung das ermöglichen kann.

Regina Lechner

Oft sind es die kleinen Dinge

Es ist nicht leicht, wenn man sich mit seiner Begleitung nicht unterhalten kann. Was bewegt den Menschen und wie kann ich ihm meine Wertschätzung zeigen?

Es war in der Woche vor dem 1. Advent. Ich hatte gelesen, dass in ihrer Familie die Bilder immer mit Tannengrün und Sil-

berfäden geschmückt wurden. Ich fragte, ob ich das in ihrem Zimmer machen solle und zeigte ihr die Zweiglein. Sie blickte mich mit großen Augen an und nickte. Bei Kerzenlicht las ich ihr dann noch Geschichten vor. Als ich mich verabschiedete fragte ich, ob ich das nächste Mal wieder etwas vorlesen solle? Da nickte sie und zum Zeichen der Dankbarkeit drückte sie ihre eigenen Hände.

Elfriede Wolfrum

Männertrauerstammtisch

Unser Trauerstammtisch für Männer geht nun ins vierte Jahr. Jeden 2. Mittwoch im Monat treffen wir uns in der Alten Feuerwache, reden, schweigen und trinken zusammen etwas. Wir sprechen über alles und manchmal lachen wir auch. Neue Gäste bekommen Raum, ihre Trauer mit uns zu teilen und über Dinge zu berichten, die sie vielleicht im Familien- oder Kollegenkreis nicht ansprechen wollen. Es hat sich ein kleiner harter Kern von Männern gebildet, die von Anfang an dabei sind und mit Günter Heckl gibt es nun einen zweiten männlichen Trauerbegleiter, der mit mir die Zukunft des Stammtisches sichern möchte. Im vergangenen Jahr haben wir

aufgrund der aktuellen Lage nur wenige Treffen gehabt. Ab und zu habe ich die Stammteilnehmer angerufen und gefragt, wie es ihnen in dieser fordernden Zeit geht. Ich hoffe sehr, dass wir uns bald wieder in der Alten Feuerwache treffen können und Männern in ihrer Trauer etwas Halt geben können.

Richard von Schkopp

Vor genau einem Jahr im Februar begann meine Begleitung in einem Altenheim in Kulmbach. Die Schwester der zu begleitenden Dame hat über den Hospizverein um Hilfe gebeten. Ich sollte den spirituellen Part bei ihrer Schwester übernehmen – das wäre nicht so ihr Ding. Ich traf auf eine 68-jährige Frau mit sehr starken Schmerzen. Sie erlitt mehrere inoperable Knochenbrüche und war sehr in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt. Bei einem meiner Besuche vor dem Lockdown versuchte ich über die Geschichte eines Lebensbaumes etwas über ihr bisheriges Leben zu erfahren. Dabei kamen schöne, aber auch sehr traurige Erfahrungen zur Sprache. Durch Lieder, die sie auch kannte, und die Erzählung des kleinen Prinzen, konnte ich ihre Stimmung aufhellen. Sie lebte wieder ein

bisschen auf. Wegen sehr starker Atemnot und zur Schmerzeinstellung verbrachte sie auch immer wieder während des letzten Jahres Zeit in der Palliativstation. Auch dort besuchte ich sie öfter. Die zunehmende Bettlägerigkeit und das Angewiesensein auf fremde Hilfe machen ihr immer mehr zu schaffen. Im Laufe der vielen Gespräche entstand ein echtes Vertrauensverhältnis, wobei sie mir eines Tages auch das Du anbot. Ein Highlight war für sie, als ich ihr einmal eine Geschichte über den 23. Psalm vorlas, wobei sich herausstellte, dass dies ihr Konfirmationsspruch ist. Die Jugendzeit wurde wieder lebendig. Und dann kam der Lockdown! Abrupt mussten die Besuche wegen Corona enden. Über schriftliche Grüße und viele Telefonate blieb die Verbindung bestehen, was aber für beide Seiten recht schwer war. Von August bis Oktober waren dann Gott sei Dank wieder Besuche möglich. Seit dem neuerlichen Lockdown versuche ich nun mit Kartengrüßen, Advents- und Weihnachtspäckchen die Verbindung aufrecht zu halten. Der Corona Ausbruch im Heim setzte meiner Begleitung dann recht zu. Ich bemühe mich, den vertrauensvollen Kontakt weiter zu pflegen und hoffe, ihr weiterhin eine gute Stütze zu sein.

Brigitte Müller-Wendland

Das neue Jahr 2020 hatte gerade angefangen und es lag noch so friedlich und zur Gänze vor einem. Was wird das neue Jahr bringen? Was werde ich alles Schönes machen, was wünsche ich mir? Will ich mehr Zeit mit meinen Freunden und der Familie verbringen, oder möchte ich auch mal mehr Zeit für mich? Viele Gedanken gehen einem zu Jahresbeginn durch den Kopf und alle Vorsätze sind noch frisch und möchten umgesetzt werden. Man ist zuversichtlich, dass sich Schwierigkeiten und Probleme lösen. Man freut sich darauf, die vor sich liegende Zeit zu nutzen und Dinge anzugehen, die einem wichtig sind. Es sind ja noch lange 12 Monate.

Ende Februar kann man kaum noch erwarten, dass der Frühling Einzug hält. Dass man nach draußen kann, dass die Tage länger werden und die Sonne einem wieder ins Gesicht lacht. Alles geht seinen Gang. Die Tage sind strukturiert mit Familienleben, Arbeit und Freizeit, man ist an viele Annehmlichkeiten gewöhnt. Hier in Deutschland haben wir alle Freiheiten zu tun und zu lassen was man möchte. Das öffentliche Leben bietet viele bunte Möglichkeiten für alle Interessen, ob Kino, Einkaufen, Theater, Essen gehen, Freunde treffen, einen Kaffee in der Son-



ne genießen, in der Fußgängerzone shoppen, einen Ausflug mit dem Auto machen, ein lebendiges Vereinsleben und viele Dinge mehr.

Alles in allem sind wir auch in unserem Staat gut abgesichert, es gibt Hilfen bei persönlichen Schwierigkeiten. Es gibt Ärzte, Krankenhäuser, Vereine, Wohnheime, Hilfsorganisationen, auch die Versorgung mit Lebensmitteln ist gewährleistet. Grenzen, die uns in unserer persönlichen Freiheit einschränken gibt es nicht viele. Begrenzt, in dem was wir tun, sind wir durch unser Grundgesetz, durch moralische und ethische Werte und vor allen auch durch die persönliche Freiheit unseres Nächsten.

Bis Mitte März 2020 war dies noch alles ganz selbstverständlich. Wir haben nicht viel darüber nachgedacht, ob die Dinge, die wir einfach so tun, gut sind für die „Welt“ und die „Menschen“. Plötzlich von heute auf morgen sind wir weltweit mitten in einer Krise. Das Virus bedroht unser Leben und schränkt uns in

vielen für uns bis dato selbstverständlichen Freiheiten ein. Freiheiten, von denen wir geglaubt haben, dass sie uns „zustehen“.

Inzwischen ist es März 2021. Wir hatten ein Jahr mit vielen Auf und Abs. Und noch immer sind die Zeiten schwierig. Wir wissen nicht wie es weitergeht. Aber durch jede Krise ergeben sich immer neue Möglichkeiten. Es ist vieles entstanden, was auch gut ist. Ich denke an die Musiker auf den Balkonen, die jungen Menschen, die für die älteren Nachbarn eingekauft haben. Die vielen Zeichen der Solidarität. Ein Regenbogen im Fenster, die Steinschlange mit den vielen selbstbemalten Steinen, liebe Post im Briefkasten, Spaziergänge, Zeit zum Nachdenken, sich auf sich selbst zu besinnen und vieles mehr. Ja, ich bin mir sicher, durch all die Maßnahmen, die zwar oft nicht einfach waren und sind, werden wir gemeinsam die Krise meistern. Und die guten Dinge behalten wir bei. Respekt und Rücksicht dem Nächsten gegenüber.

Doris Häublein



Das Leben als Busfahrt

Du steigst ein in den Bus des Lebens.
An der Hand deiner Eltern.
Manche Mitreisenden kennst du,
manche lernst du kennen
und manche kennst du nie,

Wenn du meinst, du kennst
die Strecke schon,
wechselst du den Bus.
Manche begleiten dich
und manche bleiben zurück
im ersten Bus
und fahren weiter.

Auch jetzt triffst du Menschen.
Du kommst an Kreuzungen und Wege,
manche vertraut,
manche neu
und manche bleiben dir verschlossen.

An den Haltestellen des Lebens
betreten Menschen den Bus,
manche haben ihn auch verlassen,
und wieder glaubst du,
hier war ich schon.

Du wechselst den Bus erneut.
Kann es sein, dass die, die du kennst,
weniger werden?
Und wieder verlassen einige den Bus.
Einige gern und manche müssen
gehen.
Bei manchen tut es dir leid
und bei einigen bemerkst du es kaum.

Und als du den Bus am Ende deiner
Reise verlässt,
fällt dir auf, dass du bei all den Fahrten
nicht ein einziges Mal den Fahrer
gesehen hast.
Er hat dich gefahren und gelenkt,
manchmal schnell und manchmal
langsam,
und jetzt, wo du angekommen bist, ist
es nicht mehr wichtig.
Du hast viel gesehen
Auf der Fahrt deines Lebens.

Du steigst aus
und einige steigen ein
an der Hand ihrer Eltern.

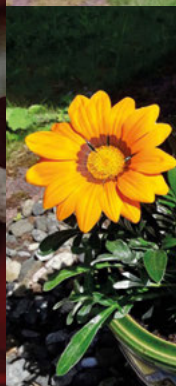
Manuela Thoma-Adofo
September 1996

Und hier lassen wir das außergewöhnliche Jahr 2020 in Bildausschnitten Revue passieren, um bewegende und besondere Augenblicke wieder zu finden. Und in manchen versteckten Augenblicken war das Jahr auch schön. Schauen wir gemeinsam nach vorne!



Über kurz oder lang kann das nimmer so weitergehen, außer es dauert doch länger, dann kann man nur sagen, es braucht seine Zeit und Zeit wär's, dass es bald anders wird.“

Karl Valentin





Nehmen Sie sich kurz Zeit, halten Sie inne und versuchen Sie für sich eine Definition für den Begriff „Trauer“ zu finden.....

Vermutlich werden Sie „Trauer“ mit „Sterben und Tod“ verbinden.

Trauer steht für mich in einem engen Zusammenhang mit „Abschied nehmen“.

Im Grunde ist unser ganzes Leben eine Aneinanderreihung von großen und kleinen Abschieden.

Beginnend bei der Geburt – wir nehmen Abschied von der schützenden Gebärmutter.

Beim Heranwachsen die vielen Abschiede von Gewohntem und Schöner – als Kleinkind,

Jugendlicher bis zum Erwachsenen.

Jeder Neubeginn ist ein Abschied von etwas Altem und Vertrautem.

Und dann kommt das Alter – da beginnen die Abschiede immer schwerer zu fallen, denn es wird einem klar, dass Dinge die einem sehr wichtig waren und Sinn gaben, plötzlich wegfallen. Gesundheit, Vitalität, Konzentration und Merkfähigkeit lassen nach und können durch Erkrankungen fast verschwinden. Vermutlich viele kleine und auch große Abschiede für immer.....

Die Familienkonstellationen verändern sich – Abschiede von lieb gewonnenen Struktu-



ren. Freundschaften lösen sich auf.....aus den verschiedensten Gründen.....Abschiede die endgültig sind und die uns traurig stimmen.

Oftmals lässt es sich gar nicht in Worte fassen was uns traurig macht, denn Vieles verändert sich auf einmal und es ist einem gar nicht bewusst, dass man Abschied nimmt.

Abschiede kennzeichnen Lebensübergänge für die wir Rituale zu Hilfe nehmen können, viele nutzen wir schon lang und häufig eher unbewusst.

So sind zum Beispiel unsere religiösen Feiertage mit vielen Ritualen und Symbolen verbunden, deren Herkunft und Sinn uns zum Teil nicht mehr bekannt sind.

Jeder kann persönlich für sich Rituale und Symboliken schaffen um bewusst über einen bestimmten Zeitraum Abschied zu nehmen.

Und Abschiede sind nicht immer nur traurig, sie lassen uns auch hoffnungsvoll nach vorne schauen.

So sehe ich die Trauer / den Abschied als einen wichtigen Bestandteil unseres Lebens der im wahrsten Sinn des Wortes gelebt werden will.

Käthe Goné

Ein Trauermärchen

Ein philosophisch begabtes Kamel überlegte einmal, was es denn mit der Trauer auf sich habe. Und da es in seinem Nachdenken nicht recht weiter kam, befragte es andere Tiere, um das Wesen und Notwendigkeit der Trauer zu ergründen.

Trauer ist ein Weg durch harten, steinigen Boden, meinte der Maulwurf.

Trauer ist wie ein Winterschlaf, sagte der Siebenschläfer. Trauer, dafür habe ich keine Zeit, empörte sich eine Ameise, die zufällig vorbeikam, man muss hart arbeiten, dann gibt's keine Trauer.

Trauer ist etwas für Wehleider, brummte der Eisbär, man braucht eben ein dickes Fell im Leben.

Ja, stimmte der Löwe zu, das Leben ist Kampf: Man muss stark sein und darf keine Tränen zeigen.

Das Chamäleon fügte hinzu: Trauer gehört zum Leben, aber zeigen sollte man sie nicht. Und um seine Worte zu unterstreichen, wechselte es seine Farbe.

Trauer ist ein Übergang, sagte eine Kröte.

Trauer ist wie ein Sprung auf einen entfernten Baum, erklärte ein einfaches Eichhörnchen.

Die Nacht macht weise, krächzte die Eule und fügte nach einer langen Pause, die ihr Aufmerksamkeit garantierte, hinzu: Und Trauer ist wie eine lange Nacht.

Die Kuh wollte auch etwas Geniales sagen; sie hörte einen Moment mit ihrem Kauen auf, um von sich zu geben: Trauer ist das ewige Wiederholen desselben.

Ach, seufzte das Kamel, ganz schön komplex, das Thema.... wird wohl seine Zeit brauchen, bis ich zu einem Ergebnis kommen werde.

Ida Lamp



Von guten Mächten treu und still umgeben



Von guten Mächten wunderbar geborgen,
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
Und ganz bestimmt an jedem neuen Tag.

Von guten Mächten treu und still umgeben,
behütet und getröstet wunderbar,
so will ich diese Tage mit euch leben
und mit euch gehen in ein neues Jahr.

Noch will das alte unsre Herzen quälen,
noch drückt uns böser Tage schwere Last.
Ach Herr, gib unsern aufgeschreckten Seelen
Das Heil, für das du uns geschaffen hast.

Doch willst du uns noch einmal Freude schenken
An dieser Welt und ihrer Sonne Glanz,
dann wolln wir des Vergangenen gedenken,
und dann gehört dir unser Leben ganz.

Laß warm und hell die Kerzen heute flammen,
die du in unsre Dunkelheit gebracht,
führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen.
Wir wissen es, dein Licht scheint in der Nacht.

Dietrich Bonhoeffer

Im vergangenen Jahr musste unser Gedenkgottesdienst für unsere Begleiter und die Angehörigen der Verstorbenen aufgrund der Kontaktbeschränkungen leider ausfallen.

Wir vom Hospizverein waren sehr traurig darüber, besonders weil uns der Gottesdienst vom letzten Jahr sehr bewegt hat. Es war für uns alle sehr schwer, auf dieses tröstliche Ritual zu verzichten. Für viele von uns ist dieser ruhige und besinnliche Gottesdienst sehr wichtig, um nochmal Abschied von den Verstorbenen zu nehmen und ihrer zu gedenken.

In Ermangelung eines Gedenkgottesdienstes möchten wir stattdessen ein paar einfühlsame Worte von Pfarrerin Diana Eschrich-Skoda folgen lassen. Mögen sie euch Trost und Halt geben. Unser herzlicher Dank gebührt an dieser Stelle Pfarrerin Diana Eschrich-Skoda, die uns hierfür Auszüge aus ihrer Predigt vom Ewigkeitssonntag zur Verfügung gestellt hat:

... Es gibt Tage, da denken wir besonders intensiv an Verstorbene, nahe Angehörige und Freunde. Wir denken an Menschen, die uns nahe waren, oft über Jahrzehnte hinweg zu unserer Welt gehörten und deren Lebensweg in den vergangenen

Monaten zu Ende gegangen ist. Noch sehen wir sie vor uns – ihre Gesichter, ihr Lachen, ihre Tränen, erinnern uns an die gemeinsame Zeit.

Der Tod – auch wenn er in unserer Gesellschaft häufig verdrängt wird, gehört zum Menschsein. Er umgibt uns, so wie er alle Geschöpfe umgibt. Der Tod bedeutet aber auch immer Verlust eines einzigartigen unwiederholbaren Menschen mit seiner Lebensgeschichte, seiner Persönlichkeit mit Allem was er gewesen ist.

Wenn wir um einen geliebten Menschen trauern, sehnen wir uns nach Hoffnung, nach Trost, den wir uns nicht selbst geben können. Gott zeigt uns einen Weg aus der Ausweglosigkeit, einen Weg zum Licht, das das Dunkel erhellt.

In der Offenbarung des Johannes (Kapitel 21, Vers 1-2) steht: „Und ich sah einen neuen Himmel und eine neue Erde, denn der erste Himmel und die erste Erde sind vergangen und das Meer ist nicht mehr.“

Solche christliche Hoffnung schenkt uns auch einen neuen Blick für unsere Lebenszeit: Wir müssen nicht alles mitmachen und erleben, wir brauchen keine Angst zu haben etwas zu

verpassen, wir brauchen Leid und Tod nicht zu verdrängen. Vielmehr können wir, weil wir auf Gottes Zukunft vertrauen, einander zu Tröstern und Helfern werden.

Und da wird mir die Stunde, die ich am Sterbebett eines Menschen verlebt habe kostbar. Und die Zeit, die ich mit einem Gebet oder einfach meinem „Dasein“ am Krankenbett verbracht habe, sehr wertvoll. Ich bin dankbar für alles Gute, das ich mit anderen erleben durfte, aber auch für alles Schwere, das ich mit anderen geteilt habe.

Wenn ich glaube: Wir sind nicht hilflos dunklen Mächten ausgeliefert, sondern von guten Mächten wunderbar geborgen, dann erwarte ich getrost was kommen mag. Dann weiß ich, Gott behält das letzte Wort.



Die Kraft der Sprache

„Er betrachtete mich mit Wohlwollen“, das habe ich kürzlich in einem Roman gelesen. Diese Worte haben etwas in meiner Seele berührt. Wann wurde ich das letzte Mal mit „Wohlwollen“, des „Anderen Wohl wollend“ angesehen? Ohne irgendwelche Erwartungen oder Forderungen, ohne Vergleich, angenommen sein, einfach so wie ich bin. Da musste ich weit in meine Kindheit zurückdenken. Wie ist es jetzt? Erfahren das Kinder und Erwachsene heute auch?

Großmut, Glückseligkeit, Wolkenkuckucksheim, Heiterkeit, Fingerspitzengefühl diese Worte, die einem das Herz erwärmen, sie verwendet heute fast niemand mehr. Im Sprachgebrauch sind hauptsächlich Begriffe wie Leistung,

Optimierung, Zielvorgaben, Gewinnmaximierung, Konkurrenzkampf. „Schlagworte“ im wahren Sinne des Wortes. Medien berichten fast ausschließlich über Krisen, Gefahren, Verbrechen, Wachstums- und Profiteinbrüche. Das prägt sich ein und verändert uns, macht uns immer unzufriedener. Freudloser. Bereitet uns Angst.

Aber ganz im Inneren möchten wir eine friedliche Welt. Wir sehnen uns nach guten Nachrichten, nach „alten“ Worten, nach einer einfühlsamen Sprache.

Und gerade in unseren Begleitungen brauchen wir eine einfühlsame Sprache. In der letzten Zeit des Lebens werden andere Dinge wichtig. Geschichten und Erinnerungen, Erlebnisse und

Denn wie Regen und Schnee vom Himmel kommen und nicht mehr dorthin zurückkehren, ohne dass sie die Erde tränken, sie sprießen und keimen lassen und Saat geben dem Sämann und dem Essenden Brot, so steht es mit meinem Wort, das vom Munde ausgeht. Es kehrt nicht erfolglos zu mir zurück, ohne dass es vollbracht, was ich wollte und durchgeführt wozu ich es sandte.

ISAIAH 55, 10-13

Erfüllung *Herzenswärme* *Ruhe* *Zuversicht*

kleine Wünsche, die noch erfüllt werden wollen. Worte zu hören, die Ruhe, inneren Frieden und Seelenheil geben.

Auch im alltäglichen Miteinander sollten wir uns auf Worte besinnen, die uns froh machen und lebendig sein lassen. Gerade in dieser Zeit, in der physischer Abstand notwendig ist, sind Worte wertvoll, die uns tragen. Worte, die uns Vertrauen schenken. Worte, die uns Geborgenheit geben.

Lassen wir unsere Sprache wieder zu einem hohen Gut werden – zu unserem Wortschatz. Worte haben Kraft.

Doris Häublein

Achte

Auf deine Gedanken,
denn sie werden Wörter.
Achte auf deine Wörter,
denn sie werden Handlungen.
Achte auf deine Handlungen,
denn sie werden Gewohnheiten.
Achte auf deine Gewohnheiten,
denn sie werden dein Charakter.
Achte auf deinen Charakter,
denn er wird dein Schicksal.

aus dem Talmud

Gewinnmaximierung

Konkurrenz

Konkurrenzkampf

Kontrolle

Leistung

Optimierung

Profit

Zeitmanagement

Zielvorgaben



Katharina Hofmann



Elke Weisath



Brigitte Brückner

Geburtstage

Mit dieser Seite grüßen wir alle unsere Mitglieder und Leser zu ihrem Geburtstag. Einen besonderen Geburtstag durften einige unserer Hospizbegleiter*innen letztes Jahr feiern. Leider konnten wir – aufgrund von Corona-Vorschriften – nicht allen persönlich gratulieren. Wir wünschen ihnen alles Gute.



Annelie Stündl



Monika Springmann



Gisela Erlmann



Christine Friedlein



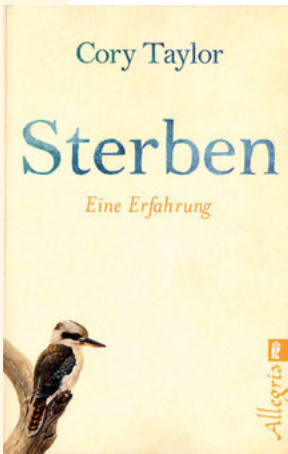
ehe ruhig und gelassen inmitten von Lärm und Hast und sei des Friedens eingedenk, der in der Stille ist. So weit als möglich – ohne dich selbst aufzugeben – stehe in freundlicher Beziehung zu allen Wesen.

Äußere deine Wahrheit ruhig und klar und höre anderen zu, auch wenn sie langweilig und unwissend sind; auch sie haben ihre Geschichte. ☞ Meide die Lauten und Streitsüchtigen, sie verwirren das Gemüt. Wenn du dich mit anderen vergleichst, könntest du hochmütig werden oder dir nichtig vorkommen, denn immer wird es jemanden geben, größer oder geringer als du. ☞ Freue dich deiner eigenen Leistungen wie auch deiner Pläne. Bleibe weiter an deiner eigenen Laufbahn interessiert, wie bescheiden auch immer. Sie ist ein echter Besitz im Wandel der Zeit. ☞ In deinen geschäftlichen Angelegenheiten lass Vorsicht walten; denn die Welt ist voller Betrüger. Aber dies soll dich nicht blind machen, denn Rechtschaffenheit ist auch vorhanden. ☞ Viele Menschen ringen um hohe Ideale, und überall ist das Leben voller Heldentum. Sei du selbst, vor allen Dingen täusche keine falschen Gefühle vor. Noch sei zynisch was die Liebe betrifft; denn trotz aller Öde und Enttäuschung verdorrt sie nicht, sondern wächst weiter wie das Gras. ☞ Höre freundlich und gelassen auf den Ratschlag des Alters, gib die Dinge der Jugend mit Anmut auf. Stärke die Kraft des Geistes, damit sie dich in plötzlich hereinbrechendem Unglück schütze. Aber beunruhige dich nicht mit Einbildungen. Viele Ängste sind Folge von Erschöpfung und Einsamkeit. Bei einem heilsamen Maß an Selbstdisziplin sei gut zu dir selbst. ☞ Du bist ein Kind des Universums, nicht geringer als die Bäume und die Sterne, du hast ein Recht hier zu sein. Und ob es dir nun bewusst ist oder nicht: Zweifellos entfaltet sich das Universum wie vorgesehen. ☞ Darum lebe in Frieden mit Gott, was für eine Vorstellung du auch von Ihm hast und was auch immer dein Mühen und Sehnen in der lärmenden Wirrnis des Lebens ist, bewahre den Frieden in deiner Seele. Trotz all ihrem Schein, der Plackereien und der zerbrochenen Träume ist diese Welt doch wunderschön. Sei vorsichtig. Strebe danach glücklich zu sein.

Max Ehrmann, 1927.



Wir trauern um unsere
ehemalige Schatzmeisterin und
langjährige aktive Hospizbegleiterin
Edeltraut Linz, die am 13.01.21 im
Alter von 81 Jahren verstorben ist.



Zum Inhalt: 2015 erfährt die australische Schriftstellerin Cory Taylor, dass sie nicht mehr lange zu leben hat. In nur wenigen Wochen verfasste sie dieses Buch, das kurz vor ihrem Tod erschien. Auf bemerkenswerte Weise reflektiert

sie über den Sinn der Zeit, die ihr noch bleibt. Sie lässt uns teilhaben an ihrer Erfahrung, was das Sterben sie gelehrt hat. Der universalen Frage über ein Leben nach

dem Tod begegnet sie als nicht-religiöser Mensch in einer sie selbst überraschenden spirituellen Form. Sie erfasst die transformative Kraft des Prozesses, in dem sie sich befindet, und es gelingt ihr, sich diesem kreativ und ehrlich zu stellen. Cory Taylor hat uns allen mit diesem Buch etwas Wertvolles geschenkt. Klug, schlicht und zutiefst weise sind ihre Gedanken über das Sterben, die zugleich eine Hymne an das Leben sind.

Zur Autorin: Cory Taylor (1955 – 2016) gehört zu den renommiertesten Schriftstellern Australiens. Sie war Drehbuchautorin und hat zudem zwei Romane veröffentlicht, die beide ausgezeichnet wurden.

»Ingrid Haushofer ist eine neue Dichterin des Wesentlichen, des Seelischen. Sie spricht von den Dingen mit Sehnsucht und Behutsamkeit, findet aber immer wieder in sich die gereifte Bestätigung zum Singen, zu einem Leuchten in der Einsamkeit. Sie muss jetzt gehört werden.«

Prof. Eugen Gomringer

Ingrid Haushofers Texte begleiten auf der letzten Etappe des Lebenswegs, dem »dritten Lebensalter«. Vor dem inneren Auge ziehen in der Rückschau Bilder gelebten Lebens vorbei, in denen der Leser sich wiederfinden kann, wo eigene Lebenserfahrungen zur Sprache gebracht und in ein größeres Verstehen eingeordnet werden. Die Gedichte sind getragen von der festen Zuversicht, dass

unser aller Weg, wenn er auch oftmals durch Beschwernisse und Dunkel führt, am Ende ins Licht, in die Fülle des Lebens mündet. Die Gewissheit, dass es ein Weg »zurück nach Hause«, ein Heimweg ist, gibt Hoffnung und Trost. Die Gedichte können besonders Menschen ansprechen, die ihr eigenes Lebens-Alter bewusst wahrnehmen und reflektieren wollen und solche, die andere auf dieser Wegstrecke begleiten – als Freunde, in der Familie, in Heimen oder in der Hospizarbeit.



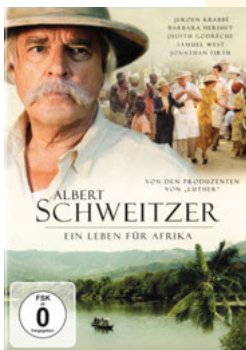
Albert Schweitzer

Ein Leben für Afrika

Von den Produzenten von „Luther“

„Ein Leben für Afrika“ ist ein sehr bewegender Film über das Lebenswerk und die Passion von Albert Schweitzer. Seine Botschaft „Ehrfurcht vor dem Leben“ ist für unsere heutige Welt, die Gegenwart und unsere Zukunft wichtiger denn je.

Zum Inhalt: 1949 – Der weltweit bewunderte Albert Schweizer (Jeroen Krabbe) reist in die USA, um Spenden für sein Urwald-Hospital Lambarene zu sammeln. Allerdings ist das politische Klima dort vom kalten Krieg geprägt, und als Albert Einstein (Armin Rohde) seinen Freund Schweitzer bittet den Kampf gegen die Atomgefahr zu unterstützen, schmiedet der Geheimdienst ein Verleumdungskampagne gegen Albert Schweizer. Schweitzer kehrt währenddessen nach Afrika zurück, da seinem Krankenhaus die Schließung droht. Er nimmt den Kampf auf, doch in seinem Ringen um die Verantwortung für Lambarene einerseits und die Verpflichtung, die Welt vor einer der größten Gefahren zu warnen andererseits, entscheidet sich Schweitzer schließlich, seine Stimme gegen die Atomgefahr zu erheben- und bringt somit Lambarene, sein Lebenswerk endgültig in Gefahr...



Hospizbücherei

Die Buchempfehlungen und den links beschriebenen Film finden Sie in unserer Bücherei zum Ausleihen. Außerdem finden Sie ebenfalls viele informative aber auch tröstende Literatur und Filme zu den Themen Krankheit, Sterben und Trauer/Kindertrauer. Die Bücherei ist für jedermann während der Bürozeiten zugänglich.



Die Heiterkeit
eines freundlichen Tages
in dich einlassen,
den Sorgen
ihren dunklen Platz
zuweisen,
aber nicht alles
durch sie
überschatten lassen.
Sei gewiss:
irgendwo in der Ferne
oder in der Nähe
hat ein Mensch
einen guten Gedanken
für dich.

von Christa Spilling-Nöker
aus „Liebe das Leben – Ermutigungen“

Danke

Das Jahr 2020, ein besonderes Jahr.

Die Corona-Pandemie hat die Arbeit unseres Vereins sehr erschwert. Durch ihren persönlichen Einsatz und durch viele neue Ideen haben unsere Koordinatorinnen und unsere ehrenamtlichen Begleiter*innen dazu beigetragen, dass unser Verein trotz all der Schwierigkeiten seine Aufgaben wahrnehmen und erfüllen konnte. Wir möchten deswegen auf diesem Wege **DANKE** sagen für Ihre Einsatzbereitschaft, Ihre Zeit und Ihr Engagement für den Hospizverein. Wir danken auch unseren Mitgliedern und allen, die uns nicht nur materiell durch ihre Spenden, sondern auch ideell geholfen haben.

Wir blicken zuversichtlich auf das Jahr 2021. Gemeinsam können wir auch die neuen Anforderungen meistern.



**Gemeinsam
statt einsam**

Herausgeber:

Hospizverein Kulmbach e.V

Waaggasse 5
95326 Kulmbach

Tel.: 09221/924739

Fax: 09221/924618

Mobil: 0172/8516096

E-Mail: kontakt@hospiz-kulmbach.de

www.hospiz-kulmbach.de

Redaktion, Texte & Fotos: Doris Häublein
Layout & Druck: Täuber Druck, Kasendorf

Bankverbindung/Spendenkonto:
Sparkasse Kulmbach-Kronach
IBAN: DE71 7715 0000 0000 1591 86
BIC: BYLADEM1KUB

