2021

Christophorus Hospizverein

Bad Tölz-Wolfratshausen

RUNDBRIEF

Bericht über die Arbeit eines Vorstandes

Rückblick 2020

Unsere Angebote

3
Editorial

4
Bericht über die Arbeit eines Vorstandes

10
Interviews aus den Zeitungen
› „Letzte Hilfe Kurse“
› „Was ist im Leben eigentlich etwas wert?“
› „Hospizbegleitung“

13
Praktikumsbericht von Christine Schwarm

14
Unsere Angebote
› Hospiz und Schule
› Hospizbegleitung in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung

15
Patientenverfügung & Patientenvollmacht

16
Letzte Hilfe

18
Trauerbegleitung

19
Vorstellung unserer Trauerbegleiterin Gabi Dangl

20
Hospizbegleiter-Wochenende in Kochel 2020

24
Ausbildung zur Hospizbegleitung

27
Angebote für Hospizbegleiter*innen

28
Jahresrückblick

30
Ein besonderer Jahresrückblick

31
Buch-Tipps

32
Trauercafe

33
Trauergruppe Waldram

34
Ausblick

35
Kooperationspartner / Impressum

Der Christophorus Hospizverein Bad Tölz-Wolfratshausen e.V.

Liebe Mitglieder,
verehrte Förderer und Freunde
unseres Hospizvereines,

jeder Rundbrief ist für das Redaktionsteam eine Aufgabe, ja eine Herausforderung.

Es gibt verschiedene Beiträge, die aktualisiert in jedem Rundbrief stehen, wie z.B. der Jahresrückblick (Seite 28) oder auch der Buchtipp (Seite 31).

Verschiedene Ereignisse drängen sich auch auf davon zu berichten, wie z.B. das Hospizbegleiter*innen-Wochenende in der Georg-von-Vollmar-Akademie in Kochel (Seite 20) oder der erfolgreiche Abschluß der Hospizbegleiter*innen-Ausbildung (Seite 24).

Dieses Mal möchten wir, angeregt durch Fragen aus dem Kreise unserer Hospizbegleiter*innen, etwas über die ehrenamtliche Vorstandsarbeit berichten.

*** Was tut Ihr im Vorstand überhaupt ?***

So möchten wir, in kleinen Beschreibungen, von unserer Arbeit im Vorstand berichten, denn, ja, wir tun natürlich etwas im Vorstand.

Und wir sagen danke, daß wir darüber berichten dürfen. Mit einem kleinen Hintergedanken, einem Wunsch, einer Hoffnung:

Wir möchten sie anregen, auffordern, herzlich bitten: informieren Sie sich über die Vorstandsarbeit, fragen Sie uns „Löcher in den Bauch“ und seinen Sie bereit, bei den Wahlen im Frühjahr nächsten Jahres zu kandidieren. Es warten anregende, sinnmachende und auch spaßmachende Arbeiten auf Sie.

!!! Also, der Verein zählt auf Sie !!!
Und so wünschen wir Ihnen nun viel Freude beim Lesen dieses Rundbriefes.

Und, ein einziges Mal in diesem Rundbrief, sprechen wir die Corona-Pandemie an, und dürfen Euch/Ihnen allen versichern, daß wir die Herausforderungen, vor die uns die Pandemie gestellt hat, die Probleme, die sie uns bereitet hat, im Team, mit allen Hospizbegleiter*innen, mit großem Einsatz gemeistert haben.

Dafür sei allen von Herzen gedankt.

Bleiben Sie gesund und dem Verein weiterhin gewogen.

Ihr
Hans Lenhardt
1. Vorsitzender

… bei einer Vorstandssitzung im erzwungenen „modernem“ Stil

Margret Mahlo
2. Vorsitzende

Hans Lenhardt
1. Vorsitzender

Edith Peter
Schatzmeisterin

Frauke Baumgarten
Schriftführerin

Dauert es lange, bis man in diese Aufgabe hineinwächst?

VORSTANDSARBEIT

Was tut Ihr im Vorstand überhaupt?

Was tut Ihr im Vorstand überhaupt?
Eigentlich wollte ich bei meiner Vorstellung der Arbeit des Vorstandes einfach auf unsere Satzung eingehen, die die Aufgaben ja vorgibt und beschreibt. Das wollte ich ein wenig ausschmücken, dabei aber doch nüchtern und sachlich bleiben.

Und dann kamen die Fragen aus dem Kreise der Hospizbegleiter*innen und die schöne Sachlichkeit war dahin.

Was tun wir eigentlich im Vorstand?
Natürlich bleibt die wesentliche Vorgabe der Satzung: der Vorstand führt die laufenden Geschäfte.

Das bedeutet unter anderem auch: der ehrenamtliche Vorstand ist Arbeitgeber.

Mit allen Pflichten die aus dieser Aufgabe entstehen. Arbeit anzubieten und Arbeit einzufordern, und diese dann auch, im Rahmen der finanziellen Möglichkeiten, angemessen zu vergüten. Dafür zu sorgen, dass die Gelder, die dafür gebraucht werden, auch zur Verfügung stehen.

Ein Arbeitsumfeld zu schaffen, in dem gerne und gut gearbeitet wird. Helle Räumlichkeiten und Einrichtungen, ein angenehmes Betriebsklima, das ein ‚sich auf die Arbeit freuen können‘ ermöglicht, sind besonders wichtig.

Das gleiche gilt für Fortbildungen der Haupt- und Ehrenamtlichen. Für neue „Projekte“ , die im Rundbrief 2020 ausführlich vorgestellt wurden.

Hier gilt es, die Möglichkeiten von Stiftungen zu nutzen, die manche Projekte finanziell unterstützen, so diese bei Ihnen angemeldet werden.

Was gibt es noch zu tun?
Die Regelung der Finanzen, Kontakte und Termine mit der Steuerkanzlei, mit Anwälten und Notaren.

Die Beziehungen zu den Nachbarsvereinen, den Pflegeheimen, den Ärzten, den Kommunen zu pflegen. Öffentlichkeitsarbeit zu leisten, durch Pflege unseres Internetauftrittes, unserer Facebook-Seite und insbesondere die Zeitungen zur Berichterstattung über uns zu animieren, Interviews mit unseren Koordinator*innen, unseren Hospizbegleiter*innen zu führen und zu veröffentlichen.

„Sind Vorkenntnisse bzw. bestimmte Qualifikationen notwendig bzw. sinnvoll oder könnte dieses Amt jeder machen?“

Und jetzt kommen wir bereits zu der Frage, was tut man gerne und was weniger gerne.

Arbeitgeber sein ist kein Favorit unter den Vorstandspflichten, zum Glück aber mit unseren fleißigen und sachkundigen Mitarbeiterinnen doch recht leicht zu bewerkstelligen. Was sofort beantwortet, was man gerne tut.

Aufwändige und auch unangenehme Pflichtaufgabe war und ist z.B. die technische und organisatorische Einrichtung der Datenschutzgrundverordnung.
Die jährlich wiederkehrende Beschaffung von Geldmitteln durch Refinanzierung der Krankenkassen . Auch die Gestaltung und Erstellung eines Rundbriefes ist eine herausfordernde Aufgabe. Mit dem Schwanken zwischen gern tun oder nicht gern tun. Glücklicherweise lässt sich das Ergebnis dann aber sehen und entschädigt für die viele Arbeit.

Sehr gerne bin ich als 1. Vorsitzender mit den Koordinatorinnen dabei, wenn es um „Projekte“ unseres Vereines für die Zukunft geht. Da macht es Spaß, Ideen aufzugreifen, zu bedenken und endlich umzusetzen. Immer mit der Frage im Hintergrund, passt das Projekt zu den satzungsgemäßen Aufgaben, können wir die Aufgabe ‚stemmen‘ und vor allem auch finanzieren. Und schon sind wir wieder beim ‚Ungernen‘.

Und da tauchen dann tatsächlich auch einmal Selbstzweifel auf. Ist das richtig und gut für den Verein. Ist das etwas für die Zukunft? Bisher denken wir, dass wir gut aufgestellt sind und gerüstet für bestehende Aufgaben und für solche in der Zukunft. Aber es bleibt immer die Frage, ob wir es uns auch leisten können.

Gut ist es dann, wenn sich der Vorstand aus Mitgliedern zusammensetzt, die unterschiedliche berufliche Vorkenntnisse mitbringen. Aber das ist keine Bedingung. Bedingung ist der Wille, sich zu engagieren, sich Kenntnisse anzueignen, sich wirklich einzubringen. Bis jetzt war noch immer jemand da, der die „Ausbildung“ neuer Vorstandsmitglieder in die Hand genommen hat. Und das, das ist ein Versprechen, wird auch für einen neuen Vorstand der Fall sein.
Jetzt sind wir beim Lieblingsthema des Vorstandes.
Wir appellieren an alle, wir bitten, wir flehen Sie an!
Wir müssen und werden den Vorstand ab der Jahreshauptversammlung im Mai 2022 neu besetzen müssen. Und zwar fast komplett. Bis auf die Schatzmeisterin scheiden die Schriftführerin, die 2. Vorsitzende und der 1. Vorsitzende aus. Letzterer auch aus Altersgründen und den damit verbundenen Auswirkungen.

Der Verein braucht Sie.
Deshalb nehmen Sie Ihr Herz in die Hand. Melden Sie sich bei uns. Fragen Sie uns nach Möglichkeiten des Heranführens an eine Vorstandsarbeit.

Sie können im Beirat schon mitarbeiten und sehen und lernen, was zu tun ist. Der Übergang in die Vorstandsarbeit kann so ganz leicht vorbereitet und vollzogen werden.

Und damit ist die letzte und wirklich unangenehme Arbeit des Vorstandes beschrieben. Die Regelung der Stabübergabe, der Nachfolge, der Sorge um das Weiterführen des Vereines.

Damit enden die Aufgaben des Vorstandes nicht, aber die Beschreibung dieser Aufgaben.
Habe ich dies nun gern oder ungern beschrieben?

Hans Lenhardt
für den gesamten Vorstand

Gibt es auch Selbstzweifel, ob man immer die richtigen Entscheidungen trifft, bzw getroffen hat?

2. Vorsitzende

Seit Herbst 2020 bin ich die ‘Neue’ im Vorstand des Hospizvereins und vervollständige damit satzungsgemäß dieses Gremium. Als Hospizbegleiterin gehöre ich dem Verein bereits viele Jahre an.

Für mich sind weder unsere hauptamtlichen Koordinatorinnen ‘neu’ gewesen, die mir bei mancher Begleitung immer hilfreiche Gesprächspartnerinnen waren, noch die drei weiteren Vorstandsmitglieder.

Zunächst kam dann aber doch viel Neues auf mich zu, in Form von computertechnischen Fragen.

Leider nahm Corona im Spätherbst wieder Fahrt auf. Das heißt, um den großen Tisch in der Geschäftsstelle fanden gar keine Präsenz-Sitzungen mehr statt, weder mit den Koordinatorinnen zu siebt noch im Vorstand zu viert. Das Zauberwort für unsere Besprechungen alle 3 Wochen hieß also “Per ZOOM! Link folgt…. “, so ähnlich läuft es ja z.Zt. überall.

Die direkte Begegnung hat mir dennoch gerade in diesen Anfangsmonaten sehr gefehlt.
Eine Ausnahme gibt es momentan allerdings: Zur Bearbeitung des sog. “§39 a”, sehr wichtig für die Refinanzierung unserer Hospizarbeit, treffen sich der 1. und die 2. Vorsitzende in der Geschäftsstelle. Natürlich mit Maske, sowie Ordnern, Belegen und den diesjährigen Vorgaben zur Förderfähigkeit - und von Seiten Hans Lenhardts mit einer großen Prise Geduld für seine neue Kollegin!

Margret Mahlo

Schatzmeisterin

Plötzlich
Schatzmeisterin ...

Ich bin seit 2003 „förderndes“ Mitglied im Hospizverein gewesen, neugierig und Anteil nehmend. Dass ich nun Schatzmeisterin bin, hat mir zunächst schlaflose Nächte bereitet.

Ich kümmere mich also offiziell seit 2019 um die Kasse des Hospizvereins und erledige die Arbeit mittwochs in der Geschäftsstelle.

Aber was ist da nun meine Arbeit? Wenn ich in die Geschäftsstelle komme, stapeln sich die Rechnungen für Supervision, Sachkosten, Fahrtkosten etc., das muss sofort per online-banking erledigt werden und natürlich am Monatsende die Gehälter unserer Koordinatorinnen und unserer Bürohilfe. Glücklicherweise muss ich mich um steuerliche Belange nicht kümmern, dafür leistet sich der Verein eine Steuerkanzlei, mit der ich sehr gut zusammenarbeite. Gerne nehme ich natürlich auch die Mitgliedsbeiträge und Spenden ein und besonders gerne stelle ich sogenannte „Spendenbescheinigungen“ aus. Ich bin immer begeistert, wie viele Spenden der Hospizverein bekommt, denn zum Einen sind wir darauf angewiesen und zum Anderen zeigt es auch die Anerkennung nicht zuletzt unserer ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen. An dieser Stelle auch einmal ein herzlicher Dank allen Spenderinnen und Spendern!

Am Monatsende kommen die Kontoauszüge und dann heißt es, das Grundbuch zu erstellen. Da sitze ich dann eine Weile und trage alle Kontobewegungen in ein spezielles Programm ein, in der Hoffnung, dass meine Eingaben den gleichen Saldo ergeben wie der Kontoauszug. Meistens ist das auch so, denn Tippfehler finde ich sehr schnell, Gott sei Dank. Da danke ich auch meinen Kassenprüferinnen, die zweimal im Jahr ein waches Auge auf die Kasse werfen.

Als Quereinsteigerin macht mir dieses Ehrenamt viel Freude, zumal ich viele tolle Menschen kennenlernen darf.

Edith Peter

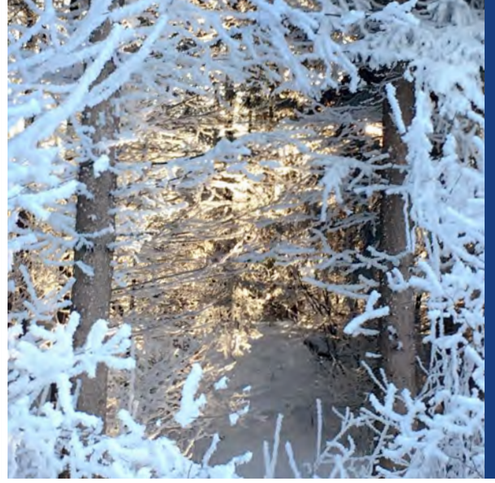
Schriftführerin

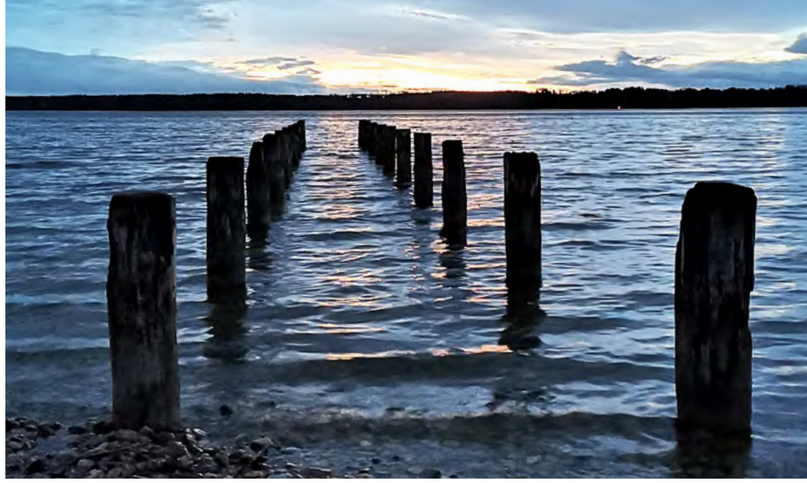
Im Jahr 2011 habe ich die Ausbildung zur Hospizbegleiterin abgeschlossen und drei Jahre Menschen am Lebensende begleitet, was für mich sehr wichtig war. Drei Jahre später wurde ich in den Vorstand des Hospizvereins gewählt und bin seitdem dort als Schriftführerin tätig. Ich habe mich bewusst für diese Aufgabe entschieden, weil dies mir auch weiterhin die Möglichkeit gibt, Begleitungen durchzuführen, was mir nach wie vor sehr am Herzen liegt. Als Schriftführerin nehme ich an allen Vorstandssitzungen teil, bin an allen Entscheidungen beteiligt und führe hierüber Protokoll. Außerdem protokolliere ich auch die Jahreshauptversammlungen, wobei das Protokoll über die Wahlen des Vorstands die Grundlage für den notariellen Eintrag ins Vereinsregister darstellt. Bei der nächsten Wahl würde ich gerne aus dem Vorstand ausscheiden und dieses Amt in andere Hände geben, um wieder mehr Zeit auch für andere Bereiche in meinem Leben zu haben.

Frauke Baumgarten

Sie sind wichtig,
weil Sie eben Sie sind.
Sie sind wichtig bis
zum letzten Augenblick
Ihres Lebens,
und wir werden alles tun,
damit Sie nicht nur in
Frieden sterben,
sondern auch bis
zuletzt leben können.

Cicely Saunders,
Begründerin der Hospizbewegung





Isar Loisachbote, 10.10.2020

Kompass für den letzten Weg

WELT-HOSPIZTAG CHRISTOPHORUS-HOSPIZVEREIN BIETET LETZTE-HILFE-KURSE AN

VON DOMINIK STALLEIN Bad-Tölz-Wolfratshausen – Fast jeder erwachsene Mensch hat in seinem Leben einen Erste- Hilfe-Kurs absolviert. Was man unter Letzter Hilfe versteht, wissen allerdings die wenigsten. In den Kursen, die der Christophorus Hospizverein im Landkreis anbietet, geht es nicht darum, im Notfall Leben zu retten. Die Teilnehmer lernen vielmehr, wie sie einen sterbenden Angehörigen auf seinem letzten Weg würdevoll und angemessen begleiten. Der Tod sei für viele Menschen immer noch ein Tabuthema, meint Elke Holzer vom Hospizverein. „Die Letzte Hilfe ist ein Konzept, mit dem die Menschen geschult werden, wie sie normaler und natürlicher mit dem Tod umgehen können.“

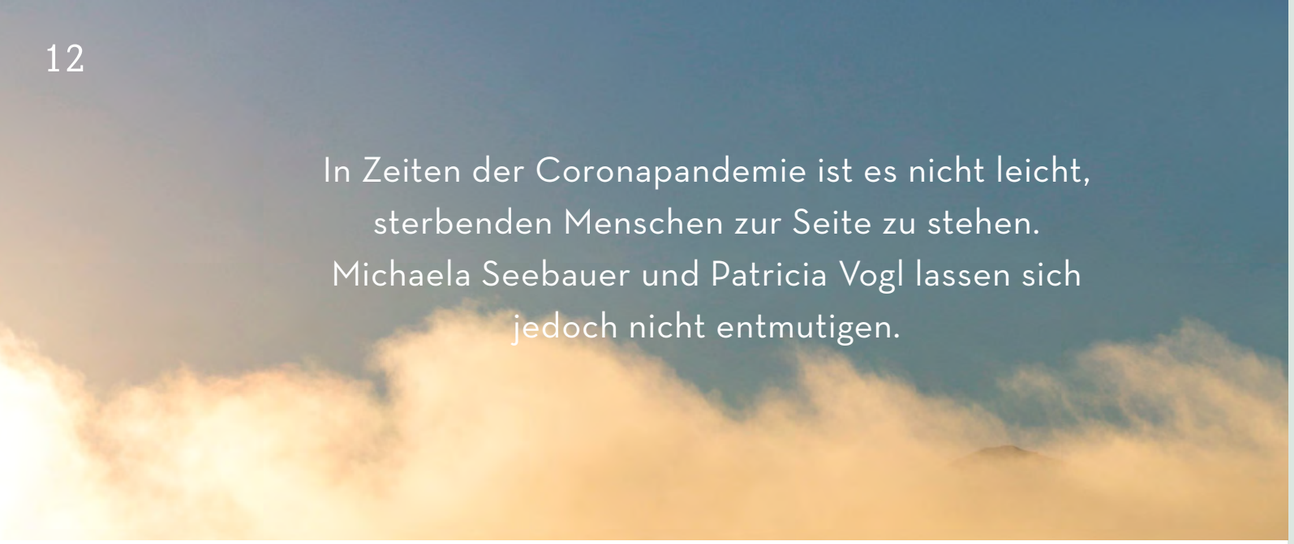
> NACHZULESEN AUF UNSERER INTERNETSEITE
https://www.christophorus-hospizverein.de/aktuelles.html

Was ist im Leben eigentlich etwas wert?

ES IST EINE URALTE, TEILWEISE SOGAR ABGEDROSCHENE FRAGE: WAS IST IM LEBEN EIGENTLICH ETWAS WERT? FRÜHER ODER SPÄTER WIRD JEDER MIT DIESER FRAGE KONFRONTIERT – ABER EINE ANTWORT DARAUF KANN FAST NIEMAND FORMULIEREN. ERST DANN, WENN SICH DAS LEBEN DEM ENDE NEIGT, KOMMEN VIELE MENSCHEN DER BEANTWORTUNG DIESER FRAGE NÄHER.

Im Interview mit unserem Mitarbeiter Dominik Stallein geht Gabi Leinauer dieser hochphilosophischen Frage nach. Als Chefin des Christophorus-Hospizvereins im Landkreis koordiniert die Geretsriederin Sterbebegleitungen von Icking bis zur Jachenau. Der ständige Kontakt zu schwerstkranken oder sterbenden Menschen prägt den Blick auf das Leben. Leinauer spricht über Dankbarkeit und Träume, über Freude und Bereuen, über Beziehungen und Materielles. Dieses Interview ist ein Antwortversuch auf eine der ältesten Fragen der Menschheit.

> NACHZULESEN AUF UNSERER INTERNETSEITE
https://www.christophorus-hospizverein.de/aktuelles.html



In Zeiten der Coronapandemie ist es nicht leicht, sterbenden Menschen zur Seite zu stehen. Michaela Seebauer und Patricia Vogl lassen sich jedoch nicht entmutigen.

TROTZ DER CORONA-AUFLAGEN FÜR STERBENDE DA

„Ich würde die Menschen gerne umarmen“

Hospizbegleiterinnen im Interview

von Susanne Weiss
Stellvertretende Redaktionsleiterin
Isar-Loisachbote/Geretsrieder Merkur
Münchner Merkur tz

GERETSRIED – Nächstenliebe zeigen die Ehrenamtlichen des Christophorus-Hospizvereins Bad Tölz-Wolfratshausen mit Sitz am Neuen Platz in Geretsried nicht nur zur Weihnachtszeit. Sie sind unermüdlich im Einsatz, um alten und einsamen, schwerstkranken und sterbenden Menschen sowie deren Angehörigen zur Seite zu stehen. Die Corona-Pandemie erschwert diese Arbeit. Michaela Seebauer (53) und Patricia Vogl (56) lassen sich jedoch nicht entmutigen. Seebauer, Pfarrsekretärin in Münsing, ist seit gut zwei Jahren Sterbebegleiterin. Seit acht Jahren engagiert sich Vogl, Verwaltungsmitarbeiterin bei der katholischen Jugendstelle in Geretsried, für den Hospizverein. Im Interview geben die beiden Wolfratshauserinnen einen Einblick in ihre Arbeit unter den derzeit schwierigen Umständen.

> NACHZULESEN AUF UNSERER INTERNETSEITE
https://www.christophorus-hospizverein.de/aktuelles.html

Mein Praktikum im Christophorus Hospizverein in Geretsried

*Als Studentin der Sozialen Arbeit im dritten Semester des Studiums gewann ich einen umfangreichen Einblick in die Hospizarbeit und ihre vielfältigen Aufgaben. Persönlich interessiere ich mich schon länger für die Hospizarbeit. Menschen am Ende ihres Lebens zu begleiten sehe ich als eine herausfordernde, sinnvolle und wichtige Aufgabe in unserer Gesellschaft. In meinem Praktikum durfte ich erfahren, dass es dabei nicht nur primär um die Sterbenden selbst geht sondern auch um deren Umfeld und die nahen Angehörigen. Die Sozialarbeiter*innen und die anderen Fachkräfte sind hierbei Ansprechpartner*innen für alle Fragen und Belange rund ums Sterben, Tod und Trauer. Dabei beraten, unterstützen und begleiten sie die Menschen ganz individuell. Darüber hinaus sind sie auch Koordinator*innen für die ehrenamtlichen Begleitungen, sie bilden die Hospizbegleiter*innen aus und stehen auch für sie jederzeit als Ansprech- und Gesprächspartner*innen zur Verfügung. Einmal im Jahr gibt es zudem ein gemeinsames Wochenende, bei dem ein gemeinsamer Austausch über individuelle Erfahrungen der Hospizbegleiter*innen sehr ungezwungen stattfinden kann. Dies konnte glücklicherweise letztes Jahr noch vor dem zweiten Lockdown stattfinden – natürlich unter Beachtung der Hygiene- und Abstandregeln. Angebote zum entspannen, erholen, kreativ sein und neue Impulse standen für die Teilnehmer*innen auf dem Programm. Eine der Fachkräfte wurde leider krank, so durfte ich das Kreativangebot mit den Teilnehmenden umsetzen und durchführen. In einer Kleingruppe von sechs bis acht Personen beschäftigten sich die Hospizbegleiter*innen, angeregt durch ein schönes Gedicht, mit persönlichen Fragen wie:*

- *wo stehe ich gerade als Hospizbegleiter*in?*
- *was trägt mich bei dieser Aufgabe?*
- *woher hole ich mir meine Kraft?*

*Jede*r konnte mit viel verschiedenen Materialien auf einer kleinen Leinwand oder einem Pappkarton kreativ werden und sich selbst vorstellen. Sehr unterschiedliche, ganz individuelle, wunderschöne Einzelarbeiten kamen dabei zustande. Dabei durfte ich Porträts von allen fotografieren und anschließend auch gleich vor Ort ausdrucken. Durch meine Aufgabe konnte ich viele ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen persönlich kennenlernen und hatte Spaß und Freude an der gemeinsamen Aktion mit Ihnen. Es war schön zu beobachten wie sinnvoll und gewinnbringend die meisten von Ihnen diese gemeinsame Zeit erlebten und genossen.*

Des weiteren erschloss sich mir im Praktikum die oftmals notwendige und hilfreiche Zusammenarbeit der Fachkräfte des ambulanten Hospizdienstes mit der Palliativmedizin und der SAPV. Trauergespräche und Trauerbegleitung gehören zum Arbeitsalltag der Fachkräfte des ambulanten Hospizdienstes. Angebote wie Kurse zu Letzter Hilfe und Palliativ Care als auch Beratung zur Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stehen regelmäßig auf ihrem Programm. Mein Praktikum gab mir nicht nur einen guten Einblick in das Arbeitsfeld des ambulanten Hospizdienstes sondern war gleichzeitig eine große Bereicherung für mich persönlich.

Vielen Dank, an das herzliche und kompetente Team und den sympathischen Vorstand .

Christine Schwarm

Angebote

Hospiz und Schule

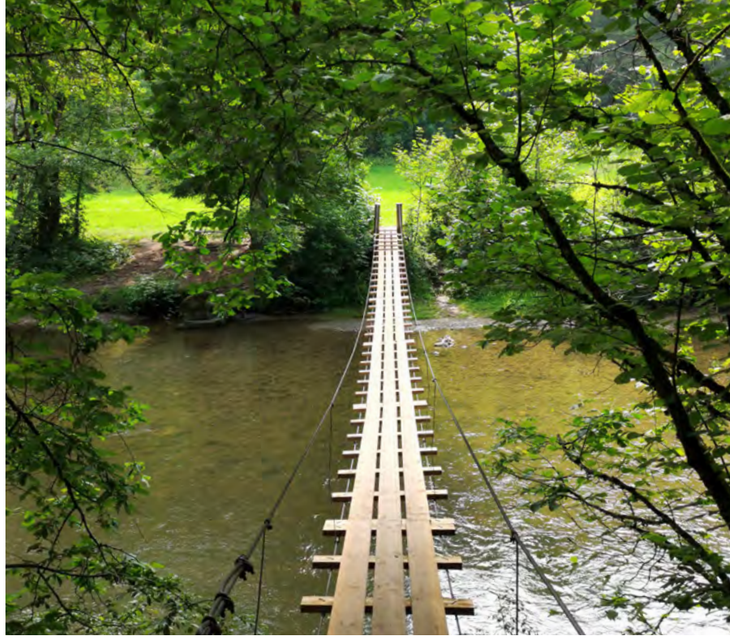
Seit 2020 können ausgebildete Hospizbegleiterinnen Grundschulen und weiterführende Schulen besuchen, um mit den Klassen die Themen Abschied, Tod und Sterben zu besprechen. Dies wird mit altersgerechte Geschichten und Spiele, sowie durch Austausch von Erfahrungen und Fragen in achtsamer Atmosphäre ermöglicht. Sobald wir wieder Schulen besuchen können, sind wir für Anfragen und Einladungen bereit. Auch zur Unterstützung bei Vorbereitungen zu diesen Themen können sich Lehrkräfte gerne an uns wenden.

Hospizbegleitung in Einrichtungen der Behindertenhilfe

*Wir sind bereit, bei schwerer Krankheit und für die Zeit des Sterbens zu begleiten, wenn sich dies Angehörige, Bewohner*innen oder sich das Team der Wohnheime wünschen.*

In unserem Landkreis leben Menschen mit Behinderungen, unter anderem, in verschiedenen Wohnheimen. Auch sie können an Krankheiten, die zum Tode führen, erkranken. Dies stellt die ganze Umgebung vor verschiedene Herausforderungen. Hier kann der Hospizverein unterstützen und entlasten durch Gespräch und Begleitung. Im letzten Jahr konnten leider keine Begleitungen stattfinden, da aufgrund der Pandemiebestimmungen unsere Hospiz-Begleiter*innen die Heime nicht betreten konnten.

Gabi Leinauer



Patientenverfügung & Vorsorgevollmacht

Seit zwei Jahren berate ich jetzt im Auftrag des Christophorus-Hospizvereins in persönlichen Gesprächen, stelle Grundlagen und Wissenswertes in Vorträgen vor. Damit unterstütze ich Herrn Alfred von Hofacker, der schon seit vielen Jahren sein großes Wissen und seine Erfahrung, seine Zeit zur Verfügung stellt.

Schon lange wollte ich im Christophorus-Hospizverein mitarbeiten. Als ich dann anfragte, hatte die Ausbildung zur Hospizbegleitung schon begonnen, ich kam zu diesem Zeitpunkt also zu spät. Jedoch wurde ich gefragt, ob ich nicht Interesse hätte, für Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht beratend tätig zu werden. Und wie ich Interesse hatte! Anfangs war mir nicht so ganz klar, auf was ich mich da einlasse. Aber irgendwie zog mich dieses Thema an. Die Beraterschulung für die Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung habe ich dann an der Hospiz-Akademie Bamberg gemacht. Vom ersten Tag an, nein von der ersten Stunde an, war ich fasziniert und ergriffen von den Themen und besonders auch von den Menschen, die die Vorlesungen hielten. Intensiv und offen diskutierten wir über Wertvorstellungen, Lebenshaltungen, gesellschaftlichen Umgang mit Sterben, Tod und Trauer, über Grundsätze ethischer Entscheidungsfindung – um nur einiges zu nennen. Denn eine Beratung zur Patientenverfügung geht weit über den juristischen Hintergrund und das Ausfüllen des eigentlichen Formulars hinaus. Gedanken und Überlegungen zu den Fragen „Wann und unter welchen Bedingungen möchte ich nicht mehr künstlich am Leben erhalten werden? Was bedeutet für mich Lebensqualität, wo endet diese?“, sind grundlegende Inhalte.

Wenn es mir gelingt, den Menschen im Rahmen eines Gesprächs bei diesen Gedanken zu begleiten, zu helfen, vielleicht sogar ein wenig die Angst zu nehmen, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen, dann weiß ich, dass meine Entscheidung, diese Ausbildung gemacht zu haben, sinnvoll war und ist.

Heidemarie Piffl

Letzte Hilfe

„Letzte Hilfe“ Kurse für Erwachsene

Der „Letzte Hilfe“ Kurs für Erwachsene wurde im letzten Rundbrief als neues Projekt des Christophorus Hospizvereins ausführlich vorgestellt. Interessierte Bürger und Bürgerinnen lernen in diesem Kurs, was sie für Nahestehende am Ende des Lebens tun können.

Dieser Kurs vermittelt Basiswissen, Orientierung und einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern ist auch in der Familie und in der Nachbarschaft möglich. Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Der „Letzte Hilfe“ Kurs wird in jedem Frühjahr und Herbst von den zertifizierten Kursleiterinnen Heidemarie Pifflund Elke Holzer veranstaltet. Termine bitte auf unserer Homepage oder in der Geschäftsstelle erfragen.

Der Kurs ist auch für Vereine und Firmen geeignet. Dauer 4 Stunden.

Elke Holzer

„Letzte Hilfe“ Kurse für Kinder und Jugendliche

Der Christophorus Hospizverein bietet als brandneues Projekt nun auch „Letzte Hilfe“ Kurse für Kinder und Jugendliche an.

Im Januar 2021 haben sich Ruth Kunzmann, Doris Jocher und Elke Holzer zu zertifizierten Kursleiterinnen ausbilden lassen.

In diesem Kurs lernen Kinder und Jugendliche von 8 – 16 Jahren, was sie für ihre Mitmenschen am Ende des Lebens tun können. Wissen um „Letzte Hilfe“ und Umsorgung von schwerkranken und sterbenden Menschen soll wieder zum Allgemeinwissen werden. Auch Kinder und Jugendliche sind schon betroffen. Geliebte Großeltern versterben, oder das Haustier. In diesem Kurs werden die Themen Tod und Sterben altersgerecht aufbereitet. Die kindlichen Bedürfnisse werden bei der Informationsübermittlung berücksichtigt. Kinder gehen noch unbefangen und neugierig mit dem Thema um.

Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens. Wir erarbeiten viele Grundsätze interaktiv und spielerisch, auf das Alter der Kinder oder Jugendlichen zugeschnitten. Abschließend überlegen wir gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann und besprechen Möglichkeiten und Grenzen.

Der „Letzte Hilfe“ Kurs für Kids und Teens ist ein wunderbares Bildungskonzept für jegliche Einrichtungen. Geeignet für Einzelpersonen, (Konfirmations- und Firm-) Gruppen, Vereine und Schulen. Dauer etwa 4 Stunden.

Elke Holzer

Einige Kommentare unserer Teilnehmer:

„Mir hat besonders gut gefallen, dass man gelernt hat, dass der Tod nichts Schlimmes ist.“

„Ich durfte alles sagen, was ich dachte!“

Trauerbegleitung im Hospizverein

Im letzten Rundbrief haben wir berichtet, dass wir das Angebot der Trauerbegleitung bei uns im Hospizverein ausweiten möchten.

Das Trauercafe im Evangelischen Gemeindehaus im Schützenweg in Bad Tölz ist bereits seit Jahren eine feste Einrichtung. Jeden ersten Montag im Monat findet das Treffen mit Begleitung von Pfarrer Espeel, Trauerbegleiterin Mechthild Felsch und Begleiterin Ursula Gabler bei Kaffee und Kuchen statt.

Nun freuen wir uns über den erfolgreichen Abschluss von Gabi Schnellbach-Dangel zur Trauerbegleiterin. Gabi hat sich über die Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung und aufgrund eigener Erfahrungen dem Feld der Trauerbegleitung genähert. Somit können wir das Angebot schon etwas erweitern und mehr Menschen verschiedene Möglichkeiten bieten, sich in der Situation des Verlustes Orientierung zu geben.

In diesem Jahr soll eine Trauergruppe angeboten werden, die sich zu festen Terminen über eine bestimmte Zeit mit den immer gleichen Menschen trifft.

Im letzten Jahr konnte zum ersten Mal eine Wanderung für Trauernde „Wege gemeinsam gehen“ stattfinden. Die Gruppe von 10 Personen wanderte um Bad Heibrunn herum. Gabriele Leinauer leitete die Gruppe, setzte Impulse mit Geschichten oder Übungen, unterstützt wurde sie von einer angehenden Hospizbegleiterin. Die Menschen, die sich anfangs fremd waren, kamen schnell ins Gespräch und fühlten sich aufgehoben und verstanden. Hier hatten sie die Möglichkeit sich zu öffnen und zu spüren, es gibt ein Gegenüber, das mich versteht und mich so nimmt, wie ich gerade bin. Es wurde geweint und gelacht, geredet und geschwiegen, alles hatte seinen Platz und seine Berechtigung. Im Anschluss besuchte die Gruppe noch ein Lokal und die Gespräche wurden bei gutem Essen lebhaft fortgesetzt. Die Teilnehmenden freuten sich sehr über ein solches Angebot und wünschten sich eine Fortsetzung. Trauerwanderungen werden nun regelmäßig stattfinden.

Gabi Leinauer

„Was hinter uns liegt und was vor uns liegt, sind nur Kleinigkeiten im Vergleich zu dem, was in uns liegt. Und wenn wir das, was in uns liegt, nach außen in die Welt tragen, geschehen Wunder.“

Henry Stanly Haskins

Unsere Trauerbegleiterin Gabi Dangl stellt sich vor.

Ich heiße Gabi Dangel und bin mit meinem zweiten Mann nach Wolfratshausen gezogen. Meine beiden Töchter und die beiden Stiefkinder sind inzwischen erwachsen und leben ihr eigenes Leben.

Der unerwartete Tod meines Mannes hat mein Leben in den Grundfesten erschüttert, da war nichts mehr wie es sein sollte. In dieser schweren Zeit stand mir meine Familie bei, alte und neue Freunde, verständnisvolle Kollegen waren für mich da. Dann hatte ich das große Glück, von einer wunderbaren Frau einfühlsam begleitet zu sein, sodass ich in meinem Tempo und auf meine persönliche Weise wieder ins Leben zurückfinden konnte.

Aus dieser heilsamen Erfahrung heraus ist mein Wunsch entstanden, etwas davon in die Gesellschaft zurückzugeben. Es war mir immer wichtig, etwas „Sinn“-volles zu tun.

Sterben und Tod hatte seinen Schrecken verloren, so wurde ich ehrenamtliche Sterbebegleiterin im Christophorus Hospizverein. Dabei spürte ich, dass mir die An- und Zugehörigen, die nach dem Tod zurückbleiben und allein zurechtkommen müssen, noch mehr am Herzen liegen, ich diese trauernden Menschen begleiten und ihnen in dieser schweren Zeit nach dem Verlust beistehen möchte.
Deshalb habe ich 2020 die Ausbildung zur qualifizierten Trauerbegleiterin im M.I.T. München, absolviert. Ich freue mich, mich im CHV mit all meinen Erfahrungen in der Begleitung von Trauernden einbringen zu dürfen, für sie da zu sein, ihnen Mut zu machen, weiter zu gehen und das Leben wieder mit Freude zu leben.

Trauer ist wichtig, es ist keine Krankheit, es ist die natürliche Reaktion auf einen Verlust. Es muss Raum dafür geben, damit sie nicht krank macht.
Die eigene Trauer mit anderen Menschen, die Ähnliches erfahren haben, teilen zu können, sich verstanden zu fühlen, kann dabei helfen, die Trauer zu verarbeiten und wieder, wenn auch anders, ins Leben zurückzufinden.

Der CHV ist geprägt von Vielfalt, Ideen, Kompetenz, Toleranz, Empathie... jede/r kann sich mit seinen Ideen und Persönlichkeit einbringen. Ich freue mich, Teil dieser Gemeinschaft zu sein und hier mit meinen Ideen und Erfahrungen gestalten zu dürfen.

Hospizbegleitungs-Wochenende in Kochel 2020

„FORTBILDUNG - ANREGUNG - ERHOLUNG“

Wir freuten uns auf das lang geplante, gemeinsame Hospizbegleiter-Wochenende.

Je näher der Termin rückte, desto mehr kamen wir ins Grübeln. Ist es richtig, in Corona-Zeiten ein Seminar abzuhalten? Können wir, trotz Hygieneregeln und Abstand, eine angenehme Atmosphäre für alle schaffen?
Wie setzen wir die gesetzlichen Vorgaben richtig um? Finden sich genügend Teilnehmer*innen?
Dank der optimistischen und positiven Einstellung im Team reifte der Entschluss: ja, wir wollen dieses Wochenende. Wir wissen, dass unsere Begleiter*innen sehr zuverlässig sind und alle Auflagen ernst nehmen.

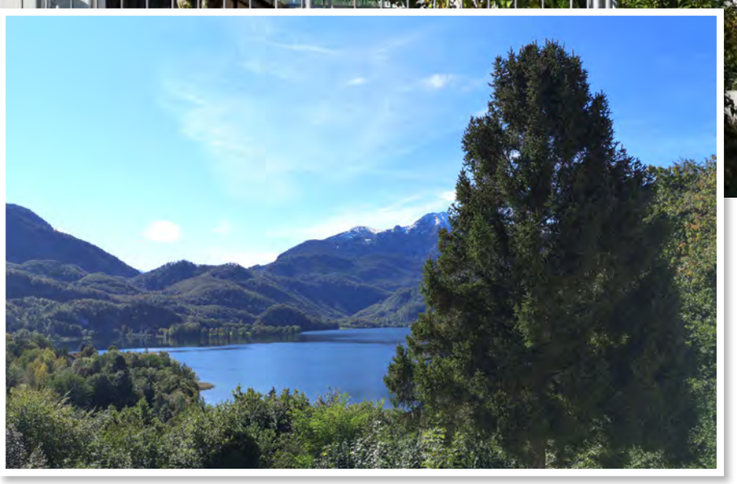
Die Pandemie ließ uns gewohnte Abläufe neu denken. Schlussendlich entschieden wir, die Großgruppe in drei Gruppen aufzuteilen. Dank des Engagements einer Hospizbegleiterin aus Kochel war es sogar möglich, ein Angebot draußen zu planen.

So hofften wir, dass auch mit den ungewohnten Formen neue Impulse und gemeinschaftliche Erfahrungen möglich sein würden. Denn dieses Wochenende ist eine der besten Gelegenheiten im Vereinsleben für Austausch in Gemeinschaft. Wir wussten noch nicht, dass wir einen wirklich guten Zeitpunkt gewählt hatten. Die Temperaturen ließen, trotz des Regens, ein längeres „draußen sein“ zu, und es war sicher für viele ein Geschenk, diese Zeit in Gemeinschaft erleben zu können.

„Stille am Krankenbett“ mit Atemtherapeutin Ursula Schubert, „meine Motivation im Hospizverein“ mit kreativen Ausdrucksformen und eine geführte Wanderung mit Impulsen, die Petra Smarsch vorbereitet hatte, boten viele Möglichkeiten, sich selbst zu erfahren und mit anderen ins Gespräch zu kommen.
Für unsere Wanderung von ca. 2 Stunden haben wir einen Weg durch Kochel zum Lainbach und weiter zum Kochelsee und wieder auf den Aspenstein gewählt. Zum Glück hatte es aufgehört zu regnen, so dass wir zumindest von oben trocken blieben. Die Idee dieses Weges war, mit anderen in Austausch zu kommen und auch Zeit zu haben, über sich ein wenig nachdenken zu können. Fragen wie „Was fällt mir gerade schwer und was möchte ich verwandeln?“ waren Impulse auf diesem Weg. Als Symbol für die Schwere nahmen wir uns Steine, die wir auf dem Weg fanden, mit. Am Ufer des Kochelsees warfen wir die Steine ins Wasser und konnten beobachten, wie sich die Wellen ausbreiten. Unsere beschriebenen Zettel: „Was möchte ich gerne loswerden“ haben wir symbolisch durch Verbrennen in Wärme umgewandelt.

Alle konnten so viel mitmachen, wie sie es für sie selbst gut und angenehm empfanden. Was alle gut fanden, war das gemeinsame Unterwegssein draußen in der Natur und das Entdecken neuer interessanter Wege im Landkreis.

Die Atemtherapeutin Ursula Schubert hatte sich für unsere Hospizbegleiter*innen ein, für die Corona-Zeit, umsetzbares Konzept für diesen Samstag ausgedacht. Im Kreis sitzend begannen die Teilnehmer*innen mit einer Atemübung, um zu sich selbst zu finden und sich auf die Einheit einzustimmen. Frau Schubert erzählte uns Interessantes über richtiges Atmen und auch aus ihrem Arbeitsalltag. Später erprobten wir uns mit einer Übung darin, wie eine stille Begleitung am Krankenbett – ohne Worte – sein kann.



Eine Person war Begleiter*in, die andere die Patient*in und das im Wechsel, jeweils 10 Minuten. Ohne Worte, fast ohne Berührung, mit Abstand (wegen Corona), nur durch die Atmung und dem Augenkontakt sollte das Empfinden der Patient*in erspürt werden. Für die Mehrheit der Teilnehmenden eine seltsame, ungewohnte, für Einige auch eine unangenehme Situation. Nach der Übung durften alle berichten, wie es ihnen ergangen war. Sowohl als Hospizbegleiter*in, als auch aus der Sicht des begleiteten Menschen. Alle konnten spüren: Hospizbegleitung in Zeiten einer Pandemie erscheint fast unmöglich und ist für die Hospizbegleiter*innen schwer zu ertragen, wenn Nähe und Berührung nicht erlaubt sind. Ohne Worte, ohne mit meinem zu Begleitendem sprechen zu können, nur zu erspüren, was im Anderen vorgeht, das ist äußerst schwierig. So bleibt die Frage, ob nicht genau diese Besonderheiten eine Hospizbegleitung ausmachen? Einige der Teilnehmer*innen, die in der Rolle des zu Begleitenden waren, erzählten, dass sie die Nähe des Anderen sehr wohl gespürt hätten und die Situation als angenehm empfunden hätten. Auch wenn Unterhaltung und Berührung nicht stattgefunden haben.

Für die kreative Gruppe hatten die Koordinatorinnen und unsere Praktikantin Tini Schwarm jede Menge Material zum Gestalten, Basteln und Erschaffen besonderer Werke bereit gelegt. Papiere, Leinwände in verschiedenen Größen, Farben, Stifte, Kleber, Perlen, Federn, schöne Postkarten, Zeitungen zum Ausschneiden, Wolle, Stoffreste und noch viel mehr.

Christophorus Hospizverein Bad Tölz-Wolfratshausen

Unsere Idee war, dass jede*r ein Bild gestaltet, mit eigenen Ideen, Gedanken zur Tätigkeit im Hospizverein, zum Leben, oder zum momentanen Empfinden – ganz frei, leicht und spielerisch, ohne Druck. Tini fotografierte gekonnt alle „Künstler*innen“. Damit konnte, wer wollte, das eigene Werk schmücken.
Mit dieser Einheit waren nicht alle Teilnehmer*innen glücklich. So auf Anhieb ohne Vorlauf „kreativ sein zu müssen“, forderte einige. Die meisten der Teilnehmer*innen machten sich mit Feuereifer an die Arbeit und auch die Zauderer, die anfänglich so wenig Lust zeigten, zauberten nach längerem Nachdenken wunderschöne, bunte und so verschiedene Werke. Hier spiegeln sich die Verschiedenheit der Menschen wider. Auch diese Wahrnehmung ist uns wichtig, wie gehe ich mit solchen Situationen um.

Alle entstandenen Kunstwerke werden seitdem im wöchentlichen Wechsel in unserer Geschäftsstelle ausgestellt. Wir Koordinatorinnen erfreuen uns an den so liebevoll, verschiedenartig und phantasievoll gestalteten Bildern und halten somit das Hospizbegleitungs-Wochenende in unseren Räumen lebendig.

Den Sonntag begannen wir nach dem Frühstück mit einem Tanz und einem besinnlichem Text. Danach war die Möglichkeit, in geteilter Gruppe, einmal mit dem Vorstand und einmal mit den Koordinatorinnen, ins Gespräch und den Austausch rund um den Hospizverein zu kommen. Nachdem das Wetter sich am Sonntag von seiner sonnigen Seite zeigte, fiel es den meisten doch etwas schwer sich nochmal zur Abschlussrunde in den großen Raum zu begeben. Nach unserem Foto und dem Mittagessen waren die gemeinsamen Tage vorbei. Die meisten gingen gestärkt und bereichert in den Alltag zurück. Gemeinschaft zu spüren, neue Menschen kennen zu lernen und in Austausch zu gehen, das ist in diesen Tagen gelungen.

Koordinatorinnen

Hospizbegleiter-Wochenende – Treffen für Ehrenamtliche mit Zeit für Gespräche, zum Spazierengehen, für Fortbildung und Informationen von Hauptamtlichen und Vorstand darüber, was im Verein so läuft.

Der Samstag war von jeher ein Tag der Fortbildung, meistens mit Referenten zu einem ganztägigen Thema wie Bindungstheorie, Demenz, Selbstpflege, Kommunikation, Humorworkshop für Hospizbegleiter mit Kommunikations-Spielen , usw...!
Der Samstagabend gehört nach dem Essen üblicherweise dem gemütlichen Austausch.

Für Kochel 2020 hatten die Koordinatorinnen ein Konzept (Hygienerichtlinien!!) ausgetüftelt, das durch die halbierten Gruppen auf Wanderungen und Workshops sowie durch Partnerarbeit an Intensität nur gewann.
Ich denke an meinen ausführlichen Austausch zu zweit mit einer Ehrenamtlichen: „Warum mache ich diese Hospizbegleitung?“, bevor es mit kreativer Gestaltung weiterging.

Sehr nachdrücklich blieb mir die Einheit mit der Atem- und Körpertherapeutin Frau Schubert zum Thema „Stille in der Begleitung am Krankenbett“ im Gedächtnis.
Erste Aufgabe im großen Kreis, mit Abstand, 10 Min. lang: – Augen zu - ruhig sitzen – atmen - sich spüren! Aber nichts tun, nichts denken!

In der anschließenden Partnerübung mit verteilten Rollen soll ich als Begleiterin nur die ‚schwerstkranke Person‘ mir gegenüber per Blickkontakt wahrnehmen. Und intuitiv erspüren, was könnte der Person jetzt guttun?
Wäre eine Berührung akzeptiert, gar erwünscht oder nicht?!

Die Referentin gibt uns wieder viel Zeit für die Übung, bevor sie Rollenwechsel ansagt.
Während der Nachbesprechung in der Runde erinnere ich mich an meine letzte Patientin, wie schwer es mir beim Erstbesuch fiel, ihre „weinende Stille“ auszuhalten, einfach nur „da zu sein“ und zu warten.

Sonntag!! Nach regenerisch-kaltem Wetter am Samstag nun strahlender Sonnenschein, Berge weiß überzuckert!!! Allgemeine Freude über die tolle Lage des Hauses!
Fototermin auf der Terrasse. Zwei Haupt-Punkte stehen auf dem Programm:
Fragen und Austausch zu Vereinsthemen
*Die Teilnehmer*innen treffen sich wieder in zwei Gruppen und getrennten Räumen:*
1. mit dem Vorstand
2. mit den Koordinatorinnen

*Vor dem Mittagessen Abschlussrunde mit allen Teilnehmer*innen im großen Saal mit herzlichem Dank an die Organisatorinnen !*
Verbindender meditativer Tanz in Gemeinschaft und Verabschiedung nach dem Essen .

Vier Teilnehmerinnen aus einem Auto beschließen vor der Rückfahrt kurzfristig einen Abstecher zum Kochelsee, nur eben die Beine vertreten bei dem schönen Herbstwetter! Erwischen zufällig eine Schifferl-Rundfahrt - - - und erleben eine traumhafte Stunde in der Nachmittagssonne auf dem Wasser!! Ein Geschenk!!!

Margret Mahlo

Ausbildung zur Hospizbegleitung 2020

Im Januar 2020 machten wir uns mit 11 Menschen aus dem Landkreis auf den Weg eines neuen Kurses zur Hospizbegleitung.

Wir starteten mit einem intensiven Wochenende zu den Themen Trauer und Biografiearbeit, an dem sich die Gruppe kennen lernen konnte und Ideen bekam, womit sie sich im kommenden Jahr auseinander setzen würde. Dass vor uns allen ganz besondere Herausforderungen lagen, ahnten wir zu dem Zeitpunkt nicht.

Kursmitte

Im März kam eine Teilnehmerin, die den Kurs andernorts begonnen hatte, dazu und somit war die ideale Kursgröße erreicht. Die 12 Teilnehmenden erfuhren in den folgenden Wochen Grundlagen zum Hospizkonzept, setzten sich mit den Bedürfnissen sterbender Menschen und ihrer Angehörigen auseinander. Dann wäre der Kurs an einem geplanten Wochenende im April zusammen gekommen, um zu psychosozialen Fragen und Gesprächsführung in der Begleitung zu arbeiten, als die Pandemie uns eine Unterbrechung bescherte.

Es begann eine Zeit voller Unwägbarkeiten. Und doch ging es weiter: Wir Kursleitungen konnten etliche Anpassungen im Konzept vornehmen, Hygienemaßnahmen umsetzen, neue Räumlichkeiten finden usw. Arbeitsmethoden wie Kleingruppengespräche, Rollenspiele und Kreativarbeit standen nun unter anderen Vorzeichen und so brauchte es eine Weile, bis der Kurs wieder neu „in Fluss“ kam.

Vor allem das anstehende Praktikum stellte uns vor viele Fragen. Dank der beherzten Initiative einiger Teilnehmenden und der Zusammenarbeit mit unserem neuen Kooperationspartner Pflegezentrale Wagner konnten wir 12 Begleitungen außerhalb von stationären Einrichtungen auf den Weg bringen. Letztlich nutzen wir nach einigen Abwägungen auch die Form von digitalen Konferenzen, um einzelne Kursabende, z.B. zur Ethik durchzuführen.

Jugendsiedlung Feuerstelle

Alle waren glücklich, dass es Ende November gelang, den Kurs mit einem Selfcare-Tag in der Jugendsiedlung Hochland in Königsdorf zu beenden. Und siehe da: Alle fanden, dass diese Form durchaus fester Bestandteil der kommenden Kurse werden sollte. So gingen wir mit einer guten Erfahrung aus dem Kurs und freuten uns, dass der Verein im neuen Jahr 8 neue Begleiterinnen und 4 neue Begleiter in unseren Kreis der Hospizbegleiter*innen aufnehmen konnte.

Es war dann schon gar nicht mehr so fremd, dass die Zertifikatübergabe des Kurses in einem großen virtuellen Treffen stattfand. Zur Freude von Vorstand und Koordinatorinnen fanden sich hier auch viele Hospizbegleiter*innen ein, um die „Neuen“ zu begrüßen. Noch eine Idee wurde durch die Pandemie geboren: Es fanden sich 6 „Patinnen“ und „Paten“, die die neuen Hospizbegleiter*innen ins Vereinsleben aufnehmen und begleiten. Worin sie wohl keine Anleitung mehr brauchen, ist Krisenfestigkeit.

ZOOM Sitzung

Wir freuen uns über die Flexibilität, Beharrlichkeit und Kooperation, die wir mit unseren neuen Hospizbegleiter*innen erfahren durften und sind sicher, der Verein hat mit Ihnen an Vielfalt und Engagement gewonnen.

„Ihr habt mir Vieles beigebracht: mich zu sehen, zu erkennen, auch die Hoffnung, mich zu entwickeln und die bevorstehenden Aufgaben bewältigen zu können – vielen Dank!“

Wir sind 12.
Wir saßen im Kreis um die
ausgebrannte Feuerstelle
im Jugendlager, wir spürten
dennoch das Feuer:
Gemeinsam zum hohen Ziel,
das Ihr uns gewiesen habt.
In meinen Gedanken – Feuer,
zwölf … – stellte sich unver-
mittelt das biblische Bild des
Pfingstgeschehens ein:
Der Geist, der sich in züngeln-
der Flamme auf die Häupter
der Jünger senkte.
Apostel (wörtlich: Gesandte)
dürfen wir uns nennen.
Wir sind Feuer und Flamme.

„Ich habe die Pressemitteilung, der Hospizverein bilde Begleiter aus, mit großem Interesse und offenem Herzen – sozusagen schon vorher „Feuer und Flamme“ – gelesen, und mich mit Hoffnung zu Euch begeben. Ihr habt mich aufgenommen. Im Kreis der „Azubis“ fand ich Frauen und Männer, in deren Mitte ich mich sofort wohl gefühlt habe. In diesem Ausbildungsjahr habe ich auch – mit Eurer kompetenten Anleitung - meine eigene Mitte sehen können. Den Höhepunkt des Jahres bildete für mich das Zusammensein im November, wo ich mich im Spiegel, vor allem im Spiegel der Freunde und Kollegen, neu entdecken konnte. Dort saßen wir im Kreis um eine Feuerstelle, die mich zu meinem Bild angeregt hat.“

K. Wagner

Angebote für Hospizbegleiter*innen

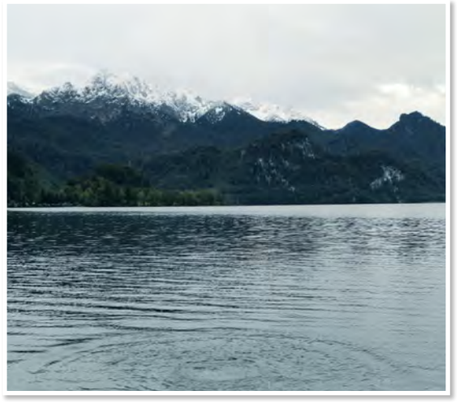
Unsere ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen werden regelmäßig durch Supervision begleitet. Hier besteht die Möglichkeit über Ereignisse, Schwierigkeiten und Freuden zu sprechen. Dies ist wichtig, damit die Situationen, die sich am Ende eines Lebens zeigen, mit Abstand angeschaut werden. Aufgrund der Lage konnte im letzten Jahr die Supervision erst ab Herbst wieder in kleinen Gruppen, mit großem organisatorischem Aufwand, angeboten werden.

Zudem laden die Koordinatorinnen viermal im Jahr zu Abenden oder Vormittagen ein. Hier können Neuigkeiten aus dem Verein oder Themen, die mit den Aufgaben der Hospizbegleitung zusammenhängen, besprochen und dargelegt werden. Leider mussten wir auf solche Einladungen im letzten Jahr verzichten. Der Kontakt zu den Ehrenamtlichen wurde auf Mailkontakt und Telefon verlegt. So spürten wir, wie wichtig persönliche Kontakte, Treffen und Veranstaltungen sind. Wir freuen uns sehr, wenn wir alle Hospizbegleiter*innen wieder in unsere Geschäftsräume einladen können.

Ein besonderes Ereignis ist ein Wochenende in einem Bildungshaus. Hier werden Fortbildungen organisiert und es besteht die Möglichkeit, mit anderen Hospizbegleiter*innen und den Menschen in unserem Vorstand ins Gespräch zu kommen. Wir freuen uns sehr, dass dieses Wochenende im Jahr 2020, Ende September, mit vielen Überlegungen und Auflagen organisiert und durchgeführt werden konnte. All diese Treffen und Angebote sind für unseren Verein wichtig und machen ihn lebendig. Durch solche Veranstaltungen kann eine Gemeinschaft wachsen. Dies ist spürbar und bereichert die einzelnen Begleitungen von schwererkrankten Menschen und deren Angehörigen.

Gabi Leinauer

Jahresrückblick

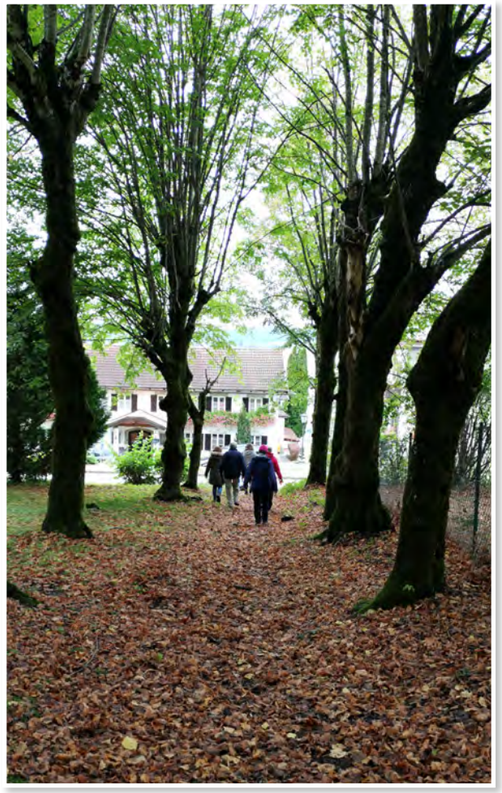


Fortbildungen

HB-Wochenende Georg von Vollmar Akademie
in Kochel

Referentin: Frau Ursula Schubert
Heilpraktikerin für Psychotherapie/Atemtherapeutin
„Stille in der Begleitung am Krankenbett“

alle weiteren Fortbildungen Corona-Pandemie
bedingt entfallen



Ausbildung

Frau Gabi Dangel als Trauerbegleiterin für
Gruppen- und Einzelbegleitung

12 neue Hospizbegleiter*innen

Mitarbeitergespräche

Themen aus dem alltäglichen Arbeitsleben
unserer Koordinatorinnen

18 mal in 2020 meist per Videokonferenz

Zeit mit uns

Ergänzung zur Supervision. Eine zwanglose
gemischte Runde von Hospizbegleiter*innen beim
Frühstücken. Neue Themen werden besprochen,
interessante Themen aufgegriffen und, ganz
wichtig, es wird der Verstorbenen der letzten
Begleitungen gedacht.

Vorstandssitzungen

20 mal in 2020, meist per Videokonferenz

2020

Jahreshauptversammlung

Mitgliederversammlung am 23.09.2020 mit
Vorstandswahlen

OPAL (SAPV) Gesellschafter Versammlung

4 mal in 2020, 2x per Videokonferenz

Treffen und Austausch mit den Nachbarhospizvereinen

Hospizkreis Miesbach
Hospizverein Werdenfels
Hospizverein im Pfaffenwinkel

3 mal in 2020 per Videokonferenz

Neueinrichtung der Geschäftsstelle

ergänzende Büromöbel
ergänzende Notebooks

Neue Mitarbeiterin als Koordinatorin

Frau Anne Gruber

Neue ‚Projekte‘

Trauerwanderungen

„Zeitintensive Betreuung im Pflegeheim - ZiB“
überlegt, besprochen und als ein Thema für
das Jahr 2022 verschoben

Neue Kooperationen

Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall GmbH
Schwaigwall 1
D-82538 Geretsried

Pflegezentrale Wagner GmbH
Schubertweg 13
82538 Geretsried

Hans Lenhardt

EIN BESONDERER JAHRESRÜCKBLICK

Hospizbetreuung und Corona Ein Erfahrungsbericht

Ja, wie geht das überhaupt zusammen – Hospizbetreuung und Corona? Während des ersten Lockdowns im Frühling 2020 waren Hospizbesuche verboten. Erst im Herbst gab es dann Lockerungen. Ich durfte meine Besuche im AWO – Demenzzentrum in Wolfratshausen wieder aufnehmen. Die Auflagen waren drastisch: 15 Minuten mit FFP2 Maske; dann ist Berührung möglich. Zugegebenermaßen war ich selbst verunsichert, traute mich nicht, die Patienten zu berühren und überhaupt ... wie sollten die Patienten mich mit Maske überhaupt wahrnehmen. Kann das funktionieren? Wie kann da Beziehung entstehen? Es war ein langsames Vorantasten. Und dann waren ab Dezember Besuche nur noch mit einem negativen Schnelltest erlaubt. Das ist ja auch noch Aufwand und Zeit. Zumindest für mich und das Personal in der AWO. Ich musste mir jedoch eingestehen, dass Zeit für die Bewohner der AWO nun wirklich überhaupt keine Bedeutung mehr hat. Meine Patienten sind in der letzten Phase Ihres Lebens angekommen, meist sprechen sie nicht mehr, sie sind häufig bettlägerig und oftmals teilnahmslos. Zeit spielt hier keine Rolle. Warum sollte es dann für mich eine Rolle spielen? Und wie könnte ich nun die 15 Minuten so füllen, dass sie sich vielleicht wie eine Stunde anfühlen? In einer Zeitschrift habe ich gelesen, dass es überhaupt keine „nicht schönen Augen“ gibt. Und JA, das konnte ich gleich selbst überprüfen und es stimmt. Alle Menschen haben wunderschöne Augen, auch Sterbende. Diese Erkenntnis war ein Türöffner und sehr wertvoll für mich in der Begleitung. Denn auch mit Maske finden unsere Augen zueinander, sie sind ausdrucksstark, sie lachen und weinen. Augenkontakt verbindet und Beziehung kann entstehen. Auch unsere Hände sind ein wertvolles Werkzeug. Ein Händedruck ist warm und tut uns gut. Wir spüren, wir sind füreinander da, ich bin da, wo auch immer der Weg hinführt. Ich bin bei dir und begleite dich. Ich habe wohltuende Öle dabei. Etwas Öl auf die Brust oder Stirn, innehalten und spüren. Manchmal wünschte ich, eine Schamanin zu sein, Tore öffnen und voraussehen zu können. Aber nein, das gelingt mir nicht. Aber es gelingt mir, dass sich 15 wie 60 Minuten anfühlen, dass Augen sprechen und Hände begleiten. Meine Patienten und ich, wir werden ein Team und vertrauen auf das, was kommt.

Patricia Vogl

BUCH TIPP

Prof. Dr. Claudia Bausewein / Rainer Simader

99 Fragen an den Tod

Wie können wir uns auf das Sterben und den Tod vorbereiten?
In 99 Fragen zum Thema Sterben, Tod und Trauer beantworten Prof. Dr. Claudia Bausewein und Hospiz-Experte Rainer Simader tatsächlich 99 Fragen. Dieses Sachbuch klärt auf und ist ein verlässlicher Ratgeber für die Sterbebegleitung, denn es hilft, über das Unvermeidliche zu sprechen.
Zum Thema Tod und Sterben hat jeder Mensch Fragen, mehr noch unheilbar kranke Menschen oder auch Angehörige, die Sterbende begleiten. Die meisten von uns tun sich schwer, über die Themen Sterben und Tod zu sprechen - aus Angst, Überforderung, Ohnmacht, Schuldgefühlen oder Einsamkeit oder weil die Worte fehlen.
Solche Erfahrungen kennen die Autorin und der Autor aus der Sterbebegleitung in ihrem Berufsalltag und wissen um die Ängste, Bedürfnisse und Hoffnungen von sterbenden Menschen und Angehörigen, die beim Sterben begleiten. So geben sie klare Antworten auf sehr konkrete Fragen – und machen so Mut, für Gespräche über das Thema Tod und Sterben Raum zu geben und darüber nachzudenken, bevor es zu spät ist.

Dieses Buch befindet sich in unserem Bücherbestand und kann ausgeliehen werden.

Vorgestellt von Gabi Leinauer

Erschienen im GOLDMANN Verlag / ISBN 978-3-442-45175-3 / 8,50 €

Tove Jansson / Lübbe Verlag

Das Sommerbuch

Auf einer sehr kleinen, felsigen Insel im schwedisch-finnischen Schärengarten spielen die Geschichten über die Großmutter und ihre Enkelin Sofia, die hier miteinander in ihrem einfachsten Ferienhäuschen den Sommer verbringen.

Schon auf den ersten beiden Seiten erfahren wir quasi das Wichtigste über die beiden.
Die betagte Großmutter sucht nämlich an einem Sommermorgen vor der Holzterrasse ihr Gebiss, „ängstlich darauf bedacht, ihr Gleichgewicht nicht zu verlieren“.

Sofia hilft bei der Suche: „Lass mich das machen, du bist so wacklig auf den Beinen!“ Das ist die sehr klare Sprache der Sechsjährigen, die ohne Scheu Fragen stellt wie „Wann stirbst du?“ und als Antwort hört „Bald, das geht dich aber überhaupt nichts an.“

Mich hat die Großmutter in ihrer herben Art unwahrscheinlich beeindruckt. Trotz allem, was schwerfällt, tut sie, was sie will und was sie sich zutraut. Sie lebt das Inselsommer-Leben, vielleicht zum letzten Mal! Einmal streitet Sofia heftig über Gott und die Welt mit ihr, dann wieder verbünden sie sich: „Du und ich, wir beide dürfen nicht zur Schlucht gehen, aber jetzt tun wir es trotzdem, dein Papa schläft nämlich und wird nichts davon erfahren.“

Vorgestellt von Margret Mahlo

Erschienen im Lübbe Verlag / ISBN-13: 978-3-7857-2498-9/ 14,00 €

Trauercafe

jeden ersten Montag im Monat
von 15.00 – 17.00 Uhr
(außer in den bayerischen Schulferien)

Nahrung für die Seele

Ort
Evangelisches Dekanat Bad Tölz
Schützenweg 10
83646 Bad Tölz

Das Angebot ist kostenlos,
eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

„Hospizbegleitung ist ein unscheinbarer Begriff. Wenn ich tief reinschaue, hat es eine unglaublich Fülle an Themen. “

Trauergruppe Waldram

*„Es sind die Lebenden
die den Toten die Augen schließen“*
(slawisches Sprichwort)

ORGANISATORISCHES
Die Gruppe trifft sich in der Regel am letzten Dienstag eines Monats jeweils von 18:00h bis 19:30h im Kath. Pfarrheim St. Josef der Arbeiter, Wolfratshausen-Waldram, Steinstraße 22

Auf Anfrage sind auch Treffen zwischen den angegebenen Terminen möglich.

Die Teilnahme ist kostenlos.
Bei Interesse bitten wir um einen kurzen Anruf bei einem der Ansprechpartner.

GRUPPENBEGLEITUNG
Ihre Ansprechpartner:

Elisabeth Mayrhofer
Trauerbegleiterin (KDFB)
Tel.: 08171 - 76519

Bernhard Pletschacher
Hospizbegleiter
Tel.: 08171 - 26251

Angelika Bachmaier
Tel.: 08171 - 10107

Ausblick

Die Rundbriefe sind ein wunderbarer Rückblick auf die Vorgänge im Hospizverein, die Fragen und Gedanken der Hospizbegleiter*innen, der Koordinatorinnen, des Vorstandes.

Ein Blättern in den „alten“ Rundbriefen der vergangenen Jahre ist sicherlich auch ein Erinnern, ein „Ach ja, so war das“ und führt gedanklich zur Frage, wie wird es zukünftig sein.

In die Zukunft kann man glücklicherweise nicht sehen. Aber ein bisschen planen kann man schon. Was also wird vom Vorstand, mit Unterstützung der Koordinatorinnen, für die nahe Zukunft geplant, oder doch zumindest überlegt/vorgestellt?

> Unsere ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen werden weiterhin für unsere Patienten, die kranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen, mit Achtsamkeit und Fürsorglichkeit da sein.

> Für die Hinterbliebenen werden wir das Angebot der Trauerbegleitung erweitern, durch die Ausbildung weiterer Trauerbegleiter*innen.
Die Trauerbegleitung wird dadurch ein zweiter Schwerpunkt unseres Angebotes sein.

> Die bereits „in den Startlöchern“ stehenden Angebote , wie z.B. Hospiz und Schule, werden nun hoffentlich endlich begonnen werden können

> Wir werden die Kooperationsvereinbarungen mit den Pflegeheimen intensivieren und weitere Pflegeheime einbeziehen.
Die Kontakte zu den ambulanten Pflegediensten vertiefen.
Die guten Verbindungen zu den Hausärzten pflegen und Kooperationsvereinbarungen mit den Hausärzten mit der Weiterbildung Palliativmedizin abschließen.

> Wir beschäftigen uns mit der Möglichkeit der „Zeitintensiven Betreuung im Pflegeheim“, Informationen hierzu unter:
https://www.pkv-stiftung.de/projekte/zeitintensive-betreuung-im-pflegeheim.html

> In Zusammenarbeit mit Frau Bäumler vom Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Fachbereich Senioren, überlegen wir unser Beratungsangebot ‚Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht‘ zu erweitern auf ‚BVP Behandlung im Voraus planen‘.

Informationen hierzu unter:
https://www.div-bvp.de/die-div-bvp-2/
Die zwei letzten Punkte sind bisher nur Gedankenspiele, allerdings mit konkretem Hintergrund. Hospizvereine, die „ZIB“ und „BVP“ bereits umsetzen, gibt es genügend, auch solche, die uns bei der Einführung unterstützen würden.

Hans Lenhardt

Es gibt noch viel zu tun!

Packen wir es an!

Kooperationspartner und Impressum

UNSERE KOOPERATIONSPARTNER
OPAL - Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV)
kontakt@sapv-im-oberland.de

Palliativeinheit in der Kreisklinik Wolfratshausen
Moosbauerweg 5
82515 Wolfratshausen

PFLEGEHEIME
AWO Seniorenzentrum Wolfratshausen
Paradiesweg 18
82515 Wolfratshausen

ASB Seniorenwohnpark “Isar-Loisach”
Moosbauerweg 7 a
82515 Wolfratshausen

Altenheim St. Hedwig
Adalbert-Stifter-Straße 56
82538 Geretsried

Seniorendomizil Haus Elisabeth
Johann-Sebastian-Bach-Straße 16
82538 Geretsried

Pater-Rupert-Mayer-Heim
Altenheim der Stiftung Marienstift
Königsdorferstr. 69
83646 Bad Tölz

Rupert Mayer Seniorenheim Seehof
Mittenwalder Straße 70
82431 Kochel am See

Alten- und Pflegeheim Josefistift
Bahnhofstr. 3
83646 Bad Tölz

Evangelisches Pflegezentrum Lindenhof
Kocheler Straße 31
82444 Schlehdorf

Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall GmbH
Schwaigwall 1
D-82538 Geretsried

AMBULANTER PFLEGEDIENST
Pflegezentrale Wagner GmbH
Schubertweg 13
82538 Geretsried

VORSTAND
Hans Lenhardt – 1. Vorsitzender
Margret Mahlo – 2. Vorsitzende
Frauke Baumgarten – Schriftführerin
Edith Peter – Schatzmeisterin

MITARBEITERINNEN
Gabriele Leinauer -
Psych.-Soz. Palliative-Care
Dipl.-Soz.-Pädagogin und Koordinatorin

Elke Holzer -
Med.-Pfleg. Palliative-Care
Krankenschwester und Koordinatorin

Anne Gruber -
Palliative Care Pflegefachkraft
Dipl. Berufspädagogin, Gestaltpädagogin
Koordinatorin

Irmgard Kranz -
Teamassistentin

JAHRESBEITRAG
Der Jahresbeitrag beträgt 40,- €
Auf Anfrage kann der Jahresbeitrag ermäßigt werden.

Änderung der Adresse und Bankverbindung – Sie ersparen uns viel Arbeit und unnötige Kosten, wenn Sie den Wechsel Ihrer Adresse oder Bankverbindung rechtzeitig anzeigen. Danke!

Wir bedanken uns an dieser Stelle ganz besonders herzlich bei allen Mitgliedern, großzügigen Spendern und Förderern unseres Hospizvereins.

Der Christophorus Hospizverein Bad Tölz-Wolfratshausen e.V. ist gemeinnützig. Sowohl die Vereinsmitgliedschaft als auch Spenden können steuermindernd geltend gemacht werden.

Impressum

Herausgeber: Christophorus Hospizverein Bad Tölz-Wolfratshausen e.V.
Redaktionsteam: Anne Gruber, Edith Peter, Elke Holzer, Frauke Baumgarten, Gabi Leinauer, Hans Lenhardt – mit tatkräftiger Unterstützung der Hospizbegleiter*innen
Fotos: Christophorus Hospizverein Bad Tölz- Wolfratshausen e.V. – bereitgestellt von unseren Hospizbegleiter*innen
Gestaltung: Eva von Tsurikov / evt-design.de

Wir sind für Sie persönlich erreichbar
in der Geschäftsstelle
Neuer Platz 20
82538 Geretsried

Öffnungszeiten:
jeden Montag zwischen 10.00 und 12.00 Uhr und
zwischen 16.00 und 18.00 Uhr
jeden Donnerstag zwischen 10.00 und 12.00 Uhr
Bitte melden Sie sich, wenn möglich, vorher an.

Außerhalb dieser Zeit läuft ein Anrufbeantworter,
der mehrmals am Tag abgehört wird.
Telefon: + 49 (8171) 999 155
Fax: + 49 (8171) 999 156
info@christophorus-hospizverein.de
www.christophorus-hospizverein.de

www.facebook.com/christophorushospizverein.de/

Wir freuen uns über eine finanzielle Unterstützung
auf unser Konto:
Sparkasse Bad Tölz-Wolfratshausen
Konto Nr. 55 22 45 13 BLZ 700 543 06
Bankverbindung: IBAN DE 60 7005 4306 0055 2245 13
BIC: BYLADEM1WOR