

# Hospiz-Zeitung

**3. Ausgabe 2019**

**Ambulanter Hospizdienst Wolfen e.V.**



Mit jedem  
Perspektivenwechsel  
geht die Chance einher,  
im Vertrauten  
Neues zu entdecken.

(Markus Mirwald,  
Soziologe und Aphoristiker)

## Inhaltsverzeichnis

Seite 2	Inhaltsverzeichnis & Perspektivwechsel
Seite 3	Vorschau ab September 2019
Seite 4 & 5	Wolfener Hospiz-GESPRÄCHE „LETZTE-HILFE-Kurs“
Seite 6	„... über sieben Brücken musst Du geh´n ...“
Seite 7	Ausbildungskurs & Trauercafé „Lichtblick“
Seite 8 & 9	Musik ist auch woanders schön
Seite 10	Segen & Beitrittserklärung
Seite 11	Wir sagen Danke
Seite 12	Impressum

## Perspektivwechsel

Vergangenen Herbst war ich im Urlaub in den Masuren. Ein sehr schöner Landstrich, der uns mit herrlichen Herbstfarben empfing. Bei einer Stadtführung in Olsztyn machte ich auf der Burg dieses Foto (Titelseite), der Wechsel der Perspektive faszinierte mich.

Wenn ich mir das Foto heute - nach fast einem Jahr - anschau hat es nichts von seinem Reiz verloren. Im Gegenteil: es motiviert mich dazu, im Alltag Dinge, die mir schwerfallen, oder auch Situationen, die mir Angst machen, einmal aus einer anderen Sicht zu sehen oder es zumindest zu versuchen. Manchmal ergibt sich dann eine völlig unerwartete Lösung.

Auch in der Sterbebegleitung ergeben sich solche Momente. Es ist schwer, Abschied von einem Menschen zu nehmen, der unser ganzes bisheriges Leben lang immer für uns da war, der uns beschützt hat vor schwierigen Situationen, der uns mit zu dem gemacht hat, was wir heute sind.

Und plötzlich eine andere Perspektive: Ich bin der, der stark ist - sein muss. Ich bin aber auch der, der jetzt noch ganz viel geben - zurückgeben kann.

Seien wir dankbar für solche Lebensmomente, wo die Perspektive sich wandelt.



*Petra Starost*

## Vorschau ab September 2019 (Änderungen vorbehalten)

- 02.09. **Vorstandssitzung** (*intern*)
- 09.09. **Supervision** Gruppe 1 + 2 (*intern*)
- 16.09. **Wolfener Hospiz-GESPRÄCHE „LETZTE-HILFE-Kurs“**  
im MGH Wolfen-Nord (16 bis 20 Uhr)
- 17.09. **Informationsstand zum Seniorentag** im Städtischen  
Kulturhaus Bitterfeld-Wolfen
- 18.09. (10 bis 12 Uhr) Trauercafé „Lichtblick“: **Offener Trauer-**  
**kreis** im MGH Wolfen-Nord (*ohne Anmeldung*)
- 27.09. (15.30 bis 17.30 Uhr) Trauercafé „Lichtblick“: **Geschlos-**  
**sene Trauergruppe** im MGH Wolfen-Nord (*nur mit An-*  
*meldung*)
- 30.09. **Fallbesprechung** Gruppe 3 und **Vorstandssitzung** (*in-*  
*tern*)
- 02.10. **Fallbesprechung** Gruppen 1 + 2 (*intern*)
- 21.10. **Supervision** Gruppe 3 (*intern*)
- 23.10. **Gedenkfeier für die Verstorbenen „... über sieben**  
**Brücken musst Du geh'n ...“** im Katholischen Gemein-  
dezentrum „Edith Stein“ Wolfen-Nord (um 18 Uhr)
- 04.11. **Vorstandssitzung** (*intern*)
- 06.11. **Strategiesitzung** des Vorstandes (*intern*)
- 11.11. **Fallbesprechung** Gruppen 1 + 2 (*intern*)
- 20.11. **Fallbesprechung** Gruppe 3 (*intern*)
- 20.11. (10 bis 12 Uhr) Trauercafé „Lichtblick“: **Offener Trauer-**  
**kreis** im MGH Wolfen-Nord (*ohne Anmeldung*)
- 25.11. **Vorstandssitzung** (*intern*)
- 29.11. (15.30 bis 17.30 Uhr) Trauercafé „Lichtblick“: **Geschlos-**  
**sene Trauergruppe** im MGH Wolfen-Nord (*nur mit An-*  
*meldung*)



Wolfener  
**Hospiz-  
GESPRÄCHE**

Wir laden ein zum „**LETZTE-HILFE-Kurs**“  
zertifiziert nach Dr. med. Georg Bollig

**4-stündiges Seminar über das  
Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen  
am Lebensende**

**Ort:** MGH - Straße der Jugend 16, Wolfen-Nord

**Zeit:** **Montag, den 16.09.2019, 16 - 20 Uhr**

**Kostenbeitrag:** 10 Euro

**Anmeldung:** erbeten bei unserer Koordinatorin unter  
0177 - 5469667 oder 03494 - 7207511

## LETZTE-HILFE-Kurs

Wie steht man einem Sterbenden bei? Den meisten ist es klar und selbstverständlich, dass nach einem Unfall Erste Hilfe geleistet werden muss. Wie aber kann ich einem Menschen beistehen, wie ihn betreuen, wenn er im Sterben liegt? Mitmenschen kommen hier sehr schnell an Grenzen, können heute kaum noch auf traditionelles Wissen zurückgreifen.

Der Anästhesist und Palliativmediziner Dr. Georg Bollig hat genau dafür ein Konzept entwickelt, den **LETZTE-HILFE-Kurs**, der nun erstmalig auch vom Ambulanten Hospizdienst Wolfen e.V. in Bitterfeld-Wolfen angeboten wird. Interessierten Bürgerinnen und Bürgern wird hier von Mensch zu Mensch ohne verwirrende Fremdworte dazu Grundwissen vermittelt. Sie erfahren, was sie selbst für eine/n Nächsten am Ende des Lebens tun können. Das insgesamt 4-stündige Seminar (inkl. Pause) soll Mut machen und mehr Sicherheit bieten, einem sterbenden Angehörigen, einem Freund oder Bekannten mit weniger Angst - aber mit mehr offener Anteilnahme - zu begegnen.

Der Kurs ist in die vier folgenden Themen untergliedert:

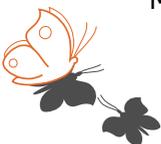
- Sterben ist ein Teil des Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Körperliche, psychische, soziale und existentielle Nöte lindern
- Abschied nehmen

Am 16. September wird durch zwei Kursleiterinnen im MGH in Wolfen-Nord in der Zeit von 16 bis 20 Uhr der erste „**LETZTE-HILFE-Kurs**“ angeboten.

Sie erhalten im Anschluss eine Teilnahmebescheinigung. Ein kleiner Unkostenbeitrag von 10 Euro wird erbeten und vor Ort bezahlt.

Interessierte Bürger und Bürgerinnen sind herzlich eingeladen, sich über diesen Kurs zu informieren und sich dazu anzumelden.

**Kontakt:** Elisabeth Krause-Scholz, AHD Wolfen e.V.  
Mobil: 0177-5 46 96 67 oder 03494-7 20 75 11



*Elisabeth Krause-Scholz*

## Über sieben Brücken musst du geh´n ...

Gruppe Karat (1978), Peter Maffay (1980) - *Quelle: Musixmatch*

Manchmal geh ich meine Straße ohne Blick,  
manchmal wünsch ich mir mein Schaukelpferd zurück,  
manchmal bin ich ohne Rast und Ruh,  
manchmal schließ ich alle Türen nach mir zu,  
manchmal ist mir kalt und manchmal heiß,  
manchmal weiß ich nicht mehr, was ich weiß,  
manchmal bin ich schon am Morgen müd  
und dann such ich Trost in einem Lied.

Über sieben Brücken musst du geh'n, sieben dunkle Jahre übersteh'n,  
siebenmal mal wirst du die Asche sein, aber einmal auch der helle Schein.

Manchmal scheint die Uhr des Lebens still zu steh'n,  
manchmal scheint man immer nur im Kreis zu geh'n,  
manchmal ist man wie von Fernweh krank,  
manchmal sitzt man still auf einer Bank,  
manchmal greift man nach der ganzen Welt,  
manchmal meint man, dass der Glücksstern fällt,  
manchmal nimmt man, wo man lieber gibt,  
manchmal hasst man das, was man doch liebt.

Über sieben Brücken musst du geh'n, sieben dunkle Jahre übersteh'n,  
siebenmal wirst du die Asche sein, aber einmal auch der helle Schein.

Ob im Leben, im Sterben, in der Trauer ...  
„... über sieben Brücken musst du geh´n ...“

# Gedenkfeier

**23. Oktober 2019, 18 Uhr**

Katholisches Gemeindezentrum „Edith Stein“

Wolfen-Nord, Dessauer Allee

mit anschließendem **Zusammensein bei einem kleinen Imbiss**

## Ausbildungskurs

Der Ambulante Hospizdienst Wolfen e.V. ist unter anderem auch Ausbilder. So haben sich im vergangenen Jahr 11 Damen aus unterschiedlichen Wirkungskreisen zu einer ehrenamtlichen Tätigkeit ausbilden lassen. Im Kurs „Sterbende begleiten lernen“ wurden sie geschult, Menschen in ihrer letzten Lebensphase beizustehen. Das Richtige zur richtigen Zeit tun und die starken Pfeiler „Zuhören, Schweigen, Wünsche erfüllen und Beistehen“ wurde den Kursteilnehmerinnen in Theorie und Praxis anschaulich gelehrt. Auch muss man in diese Aufgabe hineinwachsen, nur die Bereitschaft reicht nicht aus. Eigenes inneres Gleichgewicht und die Bereitschaft, sich mit Sterben, Sterbephasen oder auch mit Leben bis zum Schluss auseinanderzusetzen, ist wichtig. Alle Teilnehmerinnen haben den Kurs erfolgreich absolviert und können jetzt eine Begleitung übernehmen.

Denn niemand sollte alleine sterben. Es gibt die Möglichkeit, dass ehrenamtliche Hospizhelfer Zeit schenken, die für die zu Begleitenden und deren Angehörigen kostenfrei ist.

Die Kraft für diese Begleitung kommt durch die Bereitschaft zu solch einem Ehrenamt, durch den Rückhalt in der Familie und nicht zuletzt von dem Zusammenhalt in der Hospizgemeinschaft. Gemeinsam können wir viel bewegen.

*Elisabeth Zückmantel*

## Trauercafé „Lichtblick“

**„Die besten Entdeckungsreisen macht man nicht in fremden Ländern, sondern indem man die Welt mit neuen Augen betrachtet.“** (*Marcel Proust, franz. Schriftsteller und Sozialkritiker*).

Das Leben aus einem anderen Blickwinkel zu sehen, öffnet **neue Perspektiven** (Motto dieser Ausgabe siehe Seite 2). Wenn man einen Angehörigen verloren hat, muss das Leben ohne ihn weitergehen. Das kostet viel Kraft, auch Mut und Überwindung. In unserem **Trauercafé „Lichtblick“** sind Ehrenamtliche für Sie da, um Hilfe und Unterstützung zur Trauerbewältigung zu geben.

*Birgit Emmrich*

## Musik ist auch woanders schön

Junge Leute haben keine Lust, über den Tod zu sprechen - müssen sie auch nicht, aber sie können darüber singen. So geschehen in der Sekundarschule I in Wolfen-Nord während ihres Projektes zum Thema „Sterben und Tod“.

Nachdem die Schüler sich in Workshops und Diskussionen mit dem Thema vertraut gemacht hatten, lernten sie Herrn Lapschansky - Trauerredner und Musiker - kennen. Er erzählte ihnen, wie man mit Musik Trauer erleben und verarbeiten kann und welche Rolle Musik übernehmen kann, um Abschied zu nehmen. Er erzählte den 15-Jährigen von seinen Erfahrungen, Gedanken der Erinnerung in Texte zu verpacken und zu singen. Er sprach davon, Trauerfeiern moderner sowie zeitgemäßer zu gestalten, sich etwas Neues zu trauen, etwas anders zu machen und alte Zöpfe abzuschneiden, dass Abschiednehmen etwas Persönliches, Individuelles ist - traurig zwar, aber auch immer einen Blick auf die Zukunft zulässt.



## Musik ist auch woanders schön

Die jungen Leute waren sehr interessiert und aufgeschlossen, hatten Fragen, Ideen und dann doch Lust, über das Thema „Sterben und Tod“ zu sprechen. So haben wir die Tradition unserer Schule fortgesetzt, Neuntklässler mit Hospizarbeit und dem Umgang mit einem etwas anderen Thema bekannt zu machen. Einige von ihnen konnten über eigene Erfahrungen berichten und haben sich ernsthafte, sehr emotionale Gedanken gemacht.

Ein Schüler hat ein Gedicht geschrieben, das mit der richtigen Melodie auch zum Lied werden könnte. Er möchte seinen Namen nicht nennen, wir dürfen trotzdem an seiner Trauer teilhaben:

**Leider!**

*Meine Seele schreit nach dir -  
wünsch mir so, du wärst bei mir!*

**Leider!**

*Tagein, Tagaus denk ich an dich -  
doch dein Herz schlägt nicht mehr für mich.*

**Leider!**

*Du warst für mich immer so greifbar nah -  
bist für mich nun nicht mehr da.*

**Leider!**

*Meine Einsicht kam viel zu spät -  
hör nie darauf, was dein Verstand dir rät!*

**Leider!**

*Noch mehr Trauer ertrag ich nicht -  
ich kann fühlen, wie mein Herz zerbricht.*

**Leider**

*konnten wir das Virus nicht überlisten.*

Kerstin Lepie

## Segen



*Zeichen der Liebe will ich hinterlassen,  
gestern, heute, morgen.  
Zeichen der Liebe will ich hinterlassen,  
wenn ich spreche mit meinem Nächsten,  
wenn ich die Hand nehme eines Trauernden,  
wenn ich zuhöre einem Leidtragenden,  
wenn ich lache mit einem, der sich freut.  
Zeichen der Liebe sind oft sehr klein:  
ein Lächeln, ein Händedruck,  
ein aufmerksames Ohr, ein mitfühlendes Herz.  
Zeichen der Liebe sind mir gegeben  
durch eine Liebe, die mein Denken weiter macht,  
die durch mich spricht,  
wenn ich Zeichen der Liebe hinterlasse.  
Zeichen der Liebe kann ich hinterlassen,  
weil ich selbst im Segen der Liebe Gottes getragen bin.*

Quelle: "Aufbruch für die Seele - Der Kalender für die Fasten- und Osterzeit" Vivat



### **Ambulanter Hospizdienst Wolfen e.V.**

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten, können Sie gerne bei uns Mitglied werden.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Straße, Haus-Nr.: \_\_\_\_\_ PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich erkläre meinen Beitritt zum Ambulanten Hospizdienst Wolfen e. V.  
Mein Jahresbeitrag beträgt 20,00 Euro (steuerlich absetzbar).

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

## Wir sagen Danke!

*Danke allen Spendern, Förderern und ehrenamtlichen Helfern, die uns - jeder auf seine Art und Weise - unterstützen! Nur durch sie alle ist es uns möglich, Sterbenden und ihren Angehörigen zu helfen, sich auf das Lebensende einzustellen und den Tod anzunehmen. Ein Sterben in Würde in vertrauter Umgebung - möglichst zu Hause - ist das vorrangige Ziel unserer Begleitungen. Dank jedem, der uns mit seiner Spende - einmalig oder regelmäßig - bedenkt! Wir freuen uns sehr über diese Unterstützung.*



*Sehr geehrtes Team des Hospizdienstes Wolfen e.V.,*

*ich danke Ihnen herzlich für Ihre jahrelange Unterstützung bei der Betreuung unserer Mutter Ruth Horn.*

*In Person von Frau Rämisch hatten wir als Familie eine fachkundige Ansprechpartnerin für alle Belange, aber auch unsere Mutter Ruth Horn eine einfühlsame externe Bezugsperson. Sie hat die wöchentlichen Treffen, die Spaziergänge und Gespräche mit Frau Rämisch immer sehr gemocht und wertgeschätzt.*

*Das war mir und meiner Familie eine große Hilfe und Unterstützung zur Bewältigung der oft schwierigen Lebenssituation in ihren letzten 5 Lebensjahren mit zahlreichen Hochs und Tiefs.*

*Bitte nehmen als Dank eine Geldspende im Wert von 250 EURO für Ihren Verein entgegen!*

*Wir wünschen dem gesamten Team bei ihrer wertvollen Tätigkeit Gesundheit und Schaffenskraft.*

*Hartmut Horn im Namen der Familie  
Raguhn, Juni 2019*

## Kontakt

### Adresse:

OT Wolfen  
Mehrgenerationenhaus Bitterfeld-Wolfen  
Straße der Jugend 16  
06766 Bitterfeld-Wolfen

### Koordinatorin:

Elisabeth Krause-Scholz

### Sprechzeiten:

Montag	geschlossen
Dienstag	09 bis 12 Uhr
Mittwoch	15 bis 18 Uhr
Donnerstag	09 bis 12 Uhr
Freitag	09 bis 12 Uhr

und nach Vereinbarung

<b>Handy:</b>	0177-5 46 96 67
<b>Telefon:</b>	03494-7 20 75 11
<b>Telefax:</b>	03494-7 20 75 12
<b>Mail:</b>	info@Hospiz-Wolfen.de
<b>Homepage:</b>	www.hospiz-wolfen.de

<b>Herausgeber:</b>	Ambulanter Hospizdienst Wolfen e.V.
<b>Druck:</b>	Wolfener Werkstätten. Anerkannte Werkstatt für behinderte Menschen.
<b>Redaktionsschluss:</b>	16. August 2019
<b>Bildnachweis:</b>	Ambulanter Hospizdienst Wolfen e.V., Familie Starost, Kerstin Patzkowski, Familie Horn
<b>Auflage:</b>	400 Stück

Der Verein finanziert sich durch Fördergelder der Stadt Bitterfeld-Wolfen, durch Spenden und Mitgliedsbeiträge. Auf Wunsch werden Spendenquittungen erstellt.

<b>Spendenkonto:</b>	Kreissparkasse Anhalt-Bitterfeld
	Kontonummer: 38 160 284
	BLZ: 800 537 22
	IBAN: DE25800537220038160284
	BIC: NOLADE21BTF
	Betreff: Spende Hospiz Wolfen

**Nächster Erscheinungstermin:** 1. Dezember 2019