

Hospiz-Notiz

Für Neumünster Bordesholm und Kaltenkirchen



Ausgabe sieben | 2012



Alternative Energie



Wenn man unsere ehrenamtliche Arbeit an das Stromnetz anschließen könnte, wären manche Probleme gelöst: Anders als bei Wind und Sonne fließt unsere Energie sehr gleichmäßig und stetig. Durch die Vernetzung untereinander sind wir gleichzeitig auf Belastungsspitzen eingestellt. Anders als beim Wasser, das besonderes Ge-

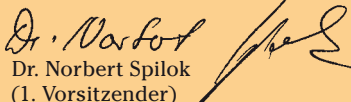
lände braucht, bleiben wir unter ganz verschiedenen Umständen im Fluss.

Und von Atomkraft müssen wir hier nicht sprechen: Auch wenn es bei uns oft um den Kern der Sache geht, entsteht bei uns die Wärme durch Verbindung, nicht durch Spaltung, und ist somit ganz ungefährlich.

 Liebe Leserin,
lieber Leser,

Abschied, Sterben und Trauer gehören zu unserem Leben, nur der Umgang damit ist für jeden ein schwerer Weg. Die Hospizinitiative Neumünster bietet dabei individuelle Begleitung und Hifestellung an. Lesen Sie in der neuesten Ausgabe unserer „Hospiz-Notiz“ über unsere Präsenz im Gezeiten-Cafe und unser Angebot der „Seelenspaziergänge“ auf dem Friedhof. Tatkräftige Unterstützung unserer ehrenamtlichen Arbeit und Ihre Spenden helfen dabei, den Hospizgedanken in Neumünster in eine lebendige Zukunft zu tragen.

Mit herzlichen Grüßen


Dr. Norbert Spilok
(1. Vorsitzender)

Wir sind überzeugt, dass ehrenamtliche Hospiz-Arbeit in Neumünster, Bordesholm und Kaltenkirchen nicht nur den Sterbenden und ihren Angehörigen dient, die wir begleiten – sie sind und bleiben natürlich das erste Ziel unserer Arbeit. Darüber hinaus leistet die Hospiz-Arbeit einen Beitrag zum gesellschaftlichen Leben:





In den letzten 20 Jahren haben Hospiz-Vereine im ganzen Land immer wieder Anstöße gegeben, über die Qualität von Medizin und Pflege nachzudenken, sind Kooperationen mit Institutionen eingegangen und haben sich in Projekten engagiert. Sie haben einen Beitrag geleistet zur spezialisierten ambulanten Palliativversorgung (SAPV), die jetzt gesetz-

lich gesichert ist und waren an der Gründung von stationären Hospizen und Palliativstationen beteiligt.

Beides bleibt notwendig: Die Begleitung der Menschen zu Hause, in einer Pflegeeinrichtung oder im Krankenhaus UND die gesellschaftliche Mitwirkung. Die Ergebnisse der aktuellen bundesweiten Bevölkerungsum-

frage lassen keine andere Folgerung zu (mehr unter www.dhpv.de).

Wenn Sie diese Haltung teilen, unterstützen Sie uns: durch ehrenamtliche Arbeit, Mitgliedschaft im Förderverein oder Fürsprache in Ihrem Umfeld. Wenn Sie unsere Unterstützung brauchen oder gerade Energie übrig haben – schließen Sie sich an unser Netz an!

Seelenspaziergang



Innehalten am Kindergrabfeld

Das neue Projekt unserer Hospiz-Initiative lädt Sie ein zu einem ganz besonderen Spaziergang über den Südfriedhof in Neumünster.

Ein meditatives Spaziergehen in einer Gruppe, begleitet von Hospiz-Mitarbeiterinnen. Wir genießen die schöne Natur und Architektur unseres Friedhofes und lassen dabei die Seele baumeln. An besonderen Grabfeldern machen wir Halt und hören ausgesuchte biblische Texte oder andere Literatur, die in uns noch nachklingen und vielleicht zum Weiterdenken an-

regen, bis wir zu dem nächsten aus- gesuchten Grabfeld kommen.

Wir besuchen die Blumengräber, die älteste Buche auf dem Südfriedhof, die anrührenden Kindergräber, die Kriegsgräber und die verschiedenen Urnengärten, die jeweils nach einem bestimmten Thema einmalig schön gestaltet wurden.

Der Seelenspaziergang findet einmal im Monat statt. Treffpunkt ist das Gezeiten-Café, und hier endet der Spaziergang auch. Wer mag, geht mit uns

ins Café und darf dabei gerne mit uns Hospiz-Mitarbeiterinnen ins Gespräch kommen oder einfach nur gemütlich Kaffee trinken und den Nachmittag ausklingen lassen.

Als wir in einer kleinen Arbeitsgruppe den „Spaziergang für die Seele“ vorbereiteten, spürte ich sofort, dass dies eine Herzensangelegenheit für mich sein wird. Gerne wollte ich den ersten Seelenspaziergang machen, ohne zu wissen, ob sich überhaupt Menschen darauf einlassen werden. Zu meiner großen Freude waren wir dann doch eine größere Gruppe, und am Ende gab es eine positive Rückmeldung. Zitat aus der Gruppe: „Das fehlte schon lange in Neumünster! Schön, dass es diesen Spaziergang jetzt gibt, denn er ist unendlich tröstlich.“

Inzwischen hat es den zweiten Seelenspaziergang gegeben, der von anderen Hospiz-Mitarbeiterinnen gestaltet wurde. Auch dieser Spaziergang wurde sehr gut angenommen, selbst bei einigen Regenschauern. Das lässt uns hoffen, dass sich auch weiterhin Menschen mit uns auf den Weg machen, um einen Spaziergang für die Seele zu erleben.

Die nächsten Termine erfahren Sie im Hospiz-Büro (Tel. 04321-333767) oder im Internet (www.hospiz-neumuenster.de).

Brigitte Lemke, Hospiz-Mitarbeiterin

Step by Step

Im Folgenden möchte ich Ihnen die Entwicklung des Beratungsangebotes im Gezeiten-Café von Anfang an erzählen, und wie aus einer Gruppe Einzelner eine Gruppe wurde, getragen von Akzeptanz, Kontinuität und Toleranz.

Noch ehe das Gezeiten-Café seine Tore öffnete, trafen sich einige Mitarbeiterinnen der Hospiz-Initiative um ihr Angebot in den Räumen des Gezeiten Cafés zu planen und zu gestalten.

Unterschiedliche Erwartungen, Wünsche, Gedanken wurden vorgetragen, gesammelt, erörtert, wieder verworfen und erneut aufgenommen.

Die Frage, was ist unser Anliegen, was ist uns wichtig, stand immer im Vordergrund.

Durch unsere Arbeit mit Sterbenden, Trauernden aber auch durch eigenes Erleben der Trauer haben wir erfahren, dass das Reden über den Tod, die Trauer und den Verlust, nach wie vor in unserer Gesellschaft oftmals ein Tabu-Thema ist.

Das anfängliche Verständnis, die Gesprächsbereitschaft der Angehörigen, der Freunde, ist manchmal zeitliche begrenzt. Bald kehrt die Routine in den Alltag zurück und die Bereitschaft sich dem Trauernden zuzuwenden, Zeit zu Haben, sinkt.

Die Erwartung auch er möge sich wieder dem Leben zuwenden steigt!

Oftmals wird unterschätzt, dass die Verarbeitung der Trauer eine riesen-große Kraftanstrengung sein kann.

Das Heute zu gestalten, ist ein wandelndes Geschehen, ist keine Selbstverständlichkeit, sondern eine Entscheidung, die immer wieder neu getroffen werden muss.



Diese Gespräche, Erkenntnisse führten uns immer klarer vor Augen was wir wollten

- ~ ZEIT schenken!
- ~ ZEIT zu haben für Menschen mit und ohne Probleme
- ~ ZEIT zu haben zum zuhören
- ~ ZEIT zu haben sich auf unterschiedliche Themen einzulassen, einfach absichtslos da zu sein

Doch welchen Namen sollte unser Beratungs-, Gesprächsangebot haben? Auch hier wurde im Austausch klar,

dass ein sich wieder dem Leben zuwenden nicht in Riesenschritten, sondern in kleinen Schritten erfolgt!

Schritt für Schritt und Tag für Tag – Step by Step der Name war gefunden. Wir wollten für die Fragen, die das Leben nach dem Tode eines geliebten Menschen aufwirft, gut aufgestellt sein, diesen einen Raum geben.

Um auf viele Fragen eine Antwort geben zu können, wurde ein Ordner angelegt, in dem Broschüren über soziale Institutionen gesammelt werden. Ein Flyer wurde entworfen, gedruckt und verteilt. Die Kirchengemeinden, Friedhofsverwaltung, die Zeitungen und Bestatter wurden von unserem Angebot informiert.

Ab April waren und sind wir jeden Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr im Gezeiten-Café anzutreffen. Jetzt nach einem halben Jahr können wir zusammenfassend sagen, die Arbeit hat sich gelohnt.

Es kamen Menschen zu uns mit unterschiedlichen Fragestellungen, z. B. welches Kinderbuch kaufe ich meiner Enkelin, die ihre Freundin durch eine Krankheit verloren hat, bis zu familiären Problemen. Manchmal haben wir uns einfach zu den Menschen im Café gesetzt und mit ihnen über Gott und die Welt geplaudert – Zeit zu schenken ist unser Ziel.

Und wir haben Geduld bis sich unser Angebot immer mehr herumgesprochen hat.

Wir haben ZEIT!

Angelika Elten-Glöe



Im Gezeiten-Café auf dem Südfriedhof treffen wir uns jeden Montag zum Gespräch



Wir trauern um Regina Wichmann-Roß



die am 8. Juli 2012 bei einem Verkehrsunfall ums Leben kam.

Als Gründungsmitglied war sie wesentlich am Aufbau und der Weiterentwicklung der Hospiz-Arbeit in Neumünster und darüber hinaus beteiligt. Sie hat die Hospiz-Initiative durch jahrelange Mitarbeit im Vorstand geprägt und bis zu ihrem Tod bei der Ausbildung der Ehrenamtlichen mitgewirkt.

Regina hat das Anliegen der Hospizbewegung in das Bewusstsein und in die Herzen der Menschen getragen. Wir haben eine Freundin und Kollegin verloren, eine liebenswerte, hochgeschätzte Persönlichkeit mit großer Empathie für Menschen in Krankheit und Leid. Sie kannte die Schattenseiten des Lebens.

In tiefer Betrübniß, aber auch voller Dankbarkeit haben wir von Regina Abschied genommen. Wir wissen sie jetzt wunderbar geborgen in Gottes Hand.

Gezeiten-Energie im Vorstand

Vom Kommen und Gehen ist auch der Vereinsvorstand betroffen: Die Gründungsmitglieder Irmgard Gillert und Dr. Christa Buchwald haben die operative Verantwortung weitergegeben, bleiben uns aber als Beraterinnen erhalten. Der neue erste Vorsitzende ist **Dr. Norbert Spilok**, als Kassenwart stellt **Peter Dohm** seine Erfahrungen zur Verfügung.

Singwerkstatt

„Der Trauer eine Stimme geben“

Trauer erleben wir in der Hospiz- und Palliativarbeit täglich. Wir begleiten Patienten, Angehörige und Zugehörige in der letzten Lebensphase und darüber hinaus. In der Phase des Abschiednehmens spüren wir selbst unsere Trauer, merken, dass Sie uns als Mitleidende erfasst.

Wie können wir dieser Trauer eine Stimme geben?

In Gesprächen, in Trauergruppen, Supervision versuchen wir uns über die Sprache zu verständigen. Aber auch die Stimme – als Instrument zum Singen – kann uns helfen.

Als einen Workshop zur Selbstfürsorge wollen Felicitas Weyer und Almut Seebeck vom „Trio A Due“ ihre Singwerkstatt verstanden wissen. Lassen Sie uns unsere Stimme entdecken in einer ganztägigen Veranstaltung – auch für „Nichtsänger“

Sonnabend, den 12. Januar 2013

von 10:00 bis 17:00 Uhr

Vicelin-Gemeindehaus, Neumünster,

Unkostenbeitrag: 60,- Euro



Fortbildungen 2013

Im April 2013 beginnt der nächste **Grundkurs** mit den Themen Kommunikation, Sterbebegleitung und Trauerbegleitung und einem **Vertiefungswochenende** im Juni. Der anschließende **Praxiskurs** beginnt im September 2013 und dauert bis Juni 2014. Anmeldung und weitere Informationen im Büro oder im Internet unter www.hospiz-neumuenster.de. Dort finden Sie auch alle aktuellen Veranstaltungen!

Hospiz-Notiz 7 | 2012

Herausgeber:

Förderverein

Hospiz-Initiative Neumünster e.V.

Am Alten Kirchhof 16

24534 Neumünster

Telefon: 4321 / 333 767

info@hospiz-neumuenster.de

Redaktion: Lars Mandelkow

Gestaltung: www.eigenart.biz

Unsere Bankverbindung lautet:

Hospiz-Initiative Neumünster e.V.

Konto: 45 45 45

BLZ: 212 900 16

Volksbank Neumünster

Vorstand:

Dr. Norbert Spilok (Vors.)

Erika Koepsell (stv. Vors.)

Bärbel Böttger, Peter Dohm,

Brigitte Lemke, Lars Mandelkow,

Friedel Tiesmeyer



Hospiz-Initiative
Neumünster e.V.