

Neues aus der Hospizarbeit



Verein
Rummelsberger
Hospizarbeit



Heft 02/2025

In dieser Ausgabe:

Grußwort	2
Märchenabend	3
Depression im Alter	4
Vorstellung neuer Redaktionskollegin	5
Fortbildung Sternenkinder	6
Lebenshilfe Altdorf	9
Ausbildungskurs	10
Hebamme trifft Sterbebegleiterin	11
Eindrücke einer Begleitung	12
Buchtipps	15
Termine	16

Es gibt nur einen Weg zum Glück:
Aufzuhören mit der Sorge um Dinge, die
jenseits unseres Einflussvermögens liegen

(Epiktet, griechischer Philosoph, 50 - 138 n. Chr.)

Grußwort

Liebe ehrenamtliche Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleiter, liebe Leserinnen und Leser,

noch heute kann ich dem Gefühl der Angst und Unsicherheit nachspüren, als ich das erste Mal mit dem Thema Tod und Sterben konfrontiert wurde. Es war kurz nach meinem Schulabschluss 1985 an einem meiner ersten Arbeitstage als Diakonische HelferIn in einem Pflegeheim. Mir wurde aufgetragen, dass ich bei einer sterbenden Frau im Zimmer bleiben sollte. „Damit sie nicht alleine ist“ und „du musst gar nichts machen, nur ihre Hand halten“, waren die Ratschläge des Pflegepersonals, bevor ich allein gelassen wurde. Diese Situation traf mich völlig unvorbereitet.



Die Hospizarbeit in Deutschland steckte damals noch in den Kinderschuhen. Erste Hospizeinrichtungen und Vereine wurden gerade gegründet, das Wissen um die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen war jedoch noch wenig verbreitet. Zum Glück hat sich seit diesen Tagen viel entwickelt.

Für mich persönlich war das damalige Gefühl der Angst und Hilflosigkeit der Anstoß, mich intensiv mit dem Thema zu befassen und seither hat mich die Altenhilfe nicht mehr losgelassen. In den rund 40 Jahren, die ich in der ambulanten Alten- und Krankenpflege tätig war, begleitete ich viele Menschen an ihrem Lebensende. Ich habe die Entstehung der ersten Hospizvereine miterlebt. Dank dem wunderbaren Einsatz ihrer ehrenamtlichen Helfer*innen, weiß ich um die Notwendigkeit dieser seelsorgerlichen Unterstützung.

Unvergessen bleibt mir die gemeinsame Begleitung eines Mannes im Kopf und Herzen. Er hatte keine Angehörigen und kaum soziale Kontakte. Sein größter Wunsch war es, zuhause sterben zu dürfen. Als ambulanter Pflegedienst kamen wir schnell an unsere Grenzen. Doch durch den örtlichen Hospizverein konnten wir eine 24-Stunden-Betreuung auf die Beine stellen, so dass der Mann die letzten Tage zu Hause bleiben konnte.

Es Menschen zu ermöglichen, ihr Lebensende begleitet und in Würde verbringen zu können, dafür ist Ihre Arbeit enorm wichtig. Und sie wird immer wichtiger werden. Pflegekräfte leisten eine sehr gute Pflege - dafür sind sie ausgebildet. Daneben braucht es jedoch auch ein anderes Wissen. Wissen um die Wichtigkeit von Zeit und Da-Sein. Das Wissen und die Kunst des „Mit-Aushalten-“ und des „Gehen-lassen-Könnens“.

All dies, liebe Hospizmitarbeiter*innen bringen Sie mit und jeden Tag in ihre Arbeit ein. Dafür mein herzlichster Dank. Sie und Ihr Engagement sind unendlich wertvoll.

Herzliche Grüße
Diakonin Christine Meyer

Älteste/Leiterin der Diakoninnengemeinschaft Rummelsberg
Vorständin Rummelsberger Diakonie



Märchenabend im Rahmen der Trauerangebote in Nürnberg-Langwasser

Ein Abend voller Hörgenuss mit Märchenerzählerin Marion Degenhardt wurde musikalisch umrahmt von Karin Fielder, Saxophon und Kurt Weißmann, Gitarre.



Zum ersten Mal fand dieser Märchenabend mit Marion Degenhardt statt. Das Angebot, einen Märchenabend für Trauernde zu gestalten, fand sie besonders reizvoll. Eine Herausforderung war die Auswahl der Märchen. Die Märchen sollten die Trauer ansprechen, ohne dabei bedrückend oder schwer zu wirken, sie sollten sich eher „leicht anfühlen“ und Mut für die nächsten Lebensschritte während der Trauerzeit geben.

Märchen eignen sich besonders durch ihre Symbolsprache und ihre sinnbildhafte Verwandlung, das Erleben von Trauernden in einer besonderen Form und Atmosphäre zum Ausdruck zu bringen. Zusammenfassend erzählen die ausgewählten Märchen vom Umgang mit Abschied, Verwandlung und dem Zurückfinden in ein „neues“ Leben.



Der Raum füllte sich zusehends und weitere Stühle mussten schnell herbeigeschafft werden. Zahlreiche Menschen unterschiedlichen Alters, nicht nur Trauernde, waren der Einladung gefolgt. Von der Besucheranzahl waren wir überrascht und beeindruckt.

Durch die zugewandte und lebendige Art und Weise, wie Marion Degenhardt die Märchen vorgetragen und erzählt hat, gelang es ihr schnell, die Zuhörernden zu fesseln und zu beeindrucken. Die musikalische Untermalung von Karin Fielder und Kurt Weißmann war ein Hörgenuss zwischen den einzelnen Geschichten und rundete den Rahmen sehr passend ab.

Während der Pause entstanden zwischen den Anwesenden interessante und anregende Gespräche.

Resümee: Es war ein gelungener Abend, der alle Sinne der Anwesenden berührte.

Helga Schlegel und Angela Barth



Depression im Alter

Depression ist eine ernstzunehmende psychische Erkrankung mit hohem Leidensdruck, der alle menschlichen Bereiche umfasst: das Denken, das Fühlen, körperliche Vorgänge, das Verhalten und dadurch auch die zwischenmenschlichen Beziehungen. In der Gesamtbevölkerung erkrankt im Laufe des Lebens jeder Fünfte an Depression, aktuell ist schätzungsweise jeder 20. davon betroffen.

Das Denken umkreist oft Themen wie versagt zu haben, bedeutungslos und wertlos zu sein, bzgl. der Zukunft herrschen pessimistische Gedanken vor wie z.B. Verarmungsideen oder die Vorstellung, krank zu werden. Gefühlt wird oft nur noch Angst, Verzweiflung, Trostlosigkeit, schuldig sein, manchmal auch gar nichts. Diese innere Leere oder Dumpfheit wird dabei besonders unangenehm erlebt. Daraus resultiert zwangsläufig Interessenlosigkeit an Dingen und Menschen. Das auffallendste Merkmal ist wohl aber diese große Dauermüdigkeit und Antriebslosigkeit. Kleine Alltagstätigkeiten werden zu großen Kraftanstrengungen oder zur Überforderung. Trotz dieser Erschöpfung fühlen sich depressive Menschen zugleich innerlich unruhig, angespannt und gereizt. Diese Ambivalenz spiegelt sich in Schlafstörungen wieder. Man ist sehr müde und kann dennoch nicht schlafen.

"Altersdepression":

Es ist die häufigste psychische Erkrankung im Alter ab 65 Jahren. In der Gerontopsychiatrie geht man davon aus, dass es eine spezielle Altersdepression nicht gibt. Im Alter kommen alle Arten und Schweregrade von depressiven Syndromen vor. Es ist daher angebracht, von 'Depressionen im Alter' zu sprechen.

In der Gesamtbevölkerung leiden ca. 5 % der Menschen an depressiven Symptomen, bei den über 65-jährigen ca. 20 %. In Pflegeheimen sind es schätzungsweise 40%, bei Demenzerkrankten ebenfalls um die 40%. Es werden aber nur bei 10% der älteren Menschen eine Depression diagnostiziert und davon noch weniger behandelt, weil bei vielen Symptome die körperlichen Beschwerden dominieren, obwohl auch diese zur Erscheinungsform von Depression gehören. Ein weiterer Grund ist, dass dementielle Erkrankungen und Depression viele Überschneidungen aufweisen und nicht selten verwechselt werden. Sozialer Rückzug, Konzentrationsprobleme können schnell als Demenz gedeutet werden. In diesem Fall spricht man von depressiver Pseudodemenz. Was psychosoziale Ursachen und Auslöser angeht, gibt es jedoch erhebliche Unterschiede zu Erkrankungen in früheren Lebensjahren. Auslöser können sein:

Einsamkeit: Die Teilnahme am sozialen Leben ist reduziert z.B. durch eingeschränkte Mobilität. Hören und Sehen wird schlechter, evtl. begrenzt auch Altersarmut gesellschaftliche Aktivitäten.

Chronische Erkrankungen: Bei Krebserkrankten liegt die Depressionsrate bei 50%, bei Schlaganfallpatienten um die 75%.

Soziale Verluste: Partner und Freunde versterben oder sind krank, Umzug in ein Heim bedeutet auch Verlust der Nachbarschaftsbeziehungen.

Sinnlosigkeit und Bedeutungsverlust: Ein schneller Übergang vom Gebrauchtwerden zu Zur-Last-werden.

Schuld und Versäumnisse: Es ist schwer, seinen inneren Frieden zu finden, wenn man vergangene Fehler und Versäumnisse aus früheren Zeiten nicht mehr korrigieren kann, weil es zu spät ist.

Walter Kolb

Wie können Menschen mit Depression unterstützt werden? Auf der sehr lesenswerten Internet-Seite des **Bündnisses gegen Depression** (<https://buendnisgegendepression-nbgland.de/>) finden sich viele hilfreiche Anregungen, die uns aus der Hospizbegleitung nicht unbekannt sind: Einfach da sein, in den Arm nehmen, Geduld aufbringen und haben. Immer wieder anbieten, gemeinsam etwas zu unternehmen, Mut zusprechen, keinen Druck ausüben. Zuhören, ein offenes Ohr haben. Die Erkrankung ernstnehmen. Weiter finden sich auf der Seite medizinische und psychologische Unterstützungsangebote aus dem Nürnberger Land. Niemand muss sich davor scheuen, Unterstützung anzunehmen.

Unsere neue Redaktionskollegin stellt sich vor

Mein Name ist Helga Schlegel, ich bin verwitwet und lebe in Nürnberg. Über mehrere Jahrzehnte war ich als Heilpädagogin im Blindeninstitut Rückersdorf tätig, anfangs im Begleitenden Fachdienst, später in der mobilen Frühförderung.

Schon länger hatte ich mich für die Hospizarbeit interessiert und durch die neu gewonnene freie Zeit nach Berufsende konnte ich im September 2020 den Ausbildungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen beginnen. Ab Kursende durfte ich über ein Jahr lang einen Herrn im Rummelsberger Stift St. Lorenz begleiten.



Sowohl die Kursinhalte als auch die Erfahrungen bei der Begleitung waren für mich sehr bereichernd und eine wertvolle Ergänzung zu meinen vorherigen Tätigkeiten.

Nach einer längeren Pause möchte ich mich nun wieder aktiv im Hospizverein einbringen, vorerst z. B. durch Unterstützung bei Veranstaltungen und im Redaktionsteam.

Ich freue mich auf die neue Zusammenarbeit sowie auf all die vielfältigen Erlebnisse und Begegnungen.

Sternenkinder. Eine Fortbildung

Vorfreude vs. Realität

Die Vorfreude kann riesig sein - der positive Schwangerschaftstest ist endlich da. Doch dann hat man plötzlich das Gefühl, die Welt geht unter – Schocknachricht Fehlgeburt. Leider gibt es viel zu oft kein Happyend, sondern Sternenkindereltern. Paare, die sich schon lange ein Kind wünschen, Eltern, die unbedarft und sorgenlos mit ihrer Schwangerschaft umgehen, Mütter, die schon angstbesetzt ihren positiven Schwangerschaftstest in den Händen halten: Viel zu viele Familien bekommen Sternenkinder und mindestens ebenso viele Angehörige und Freunde wissen nicht, wie sie ihre Trauer ausdrücken und mit den Betroffenen umgehen können.

Doch, was sind Sternenkinder überhaupt, wie kann man seine Trauer ausdrücken, mit Betroffenen umgehen, was gibt es zu beachten? Wie und warum man darüber sprechen sollte, könnt ihr hier nachlesen.

Was sind Sternenkinder?

Als Sternenkinder werden Kinder bezeichnet, die vor, während oder nach der Geburt verstorben sind. Sofern das Kind bei der Geburt keine Lebenszeichen zeigt, unter 500 Gramm wiegt oder die 24. Schwangerschaftswoche nicht erreicht, spricht man von Fehlgeburten. Wenn ein Kind bei der Geburt keine Lebenszeichen zeigt, ab 500 Gramm wiegt oder die 24. Schwangerschaftswoche erreicht hat, handelt es sich um eine Totgeburt.

Lebend geborene, aber in den darauffolgenden Stunden, Tage, Wochen gestorbene sind ebenso Sternenkinder. Dazu zählen Fälle von plötzlichem Kindstod. Sternenkinder sind auch durch Schwangerschaftsabbrüche gestorbene Kinder, wie beispielsweise nach einer pränatalen Diagnose.

Ab wann spricht man von einem Sternenkind?

Ein Sternenkind ist unabhängig von einer bestimmten Schwangerschaftswoche. Aber: Mit einem positiven Schwangerschaftstest ist man Mutter und Vater. Sobald dann jedoch das Herz aufhört zu schlagen, wird man unvermittelt zu Sternenkindereltern und hat ein sogenanntes Sternenkind. Ab diesem Zeitpunkt ist es notwendig, sich Gedanken zu machen über Geburt, Trauer, Erinnerung und Umgang mit dem Sternenkind und dem Umgang mit der betroffenen Familie. Ebenfalls ab diesem Zeitpunkt kann einen das schwarze Loch umfassen, welches den vermeintlichen Boden unter den Füßen wegzieht. Es gibt keine Grenze, ab der man erst starten darf, zu trauern!

Ist eine Fehlgeburt ein Sternenkind?

Ja! Ein Sternenkind ist unabhängig von einer bestimmten Schwangerschaftswoche. Sobald man über seine Schwangerschaft Bescheid weiß, das Kind dann

aber verstirbt, hat man ein Sternenkind. Wer sich mit dieser Bezeichnung unwohl fühlt, nutzt sie nicht. Aber kein Elternpaar, keine Sternenmama muss seine Erfahrung kleiner halten, als es sich anfühlt. Man darf um sein Kind, um die Situation, um die verlorene Seele und die Vorstellung einer Zukunft, die man schon hatte, trauern. Ganz gleich, in welcher Schwangerschaftswoche das eigene Kind gestorben ist. Denn einer Sache kann man sich ganz sicher sein, kein Kind wird mehr wie das eben gestorbene sein. Man wird nie wissen, wem das Kind wohl ähnlich gesehen hätte. Was es als Leibspeise gehabt hätte oder ob es eine Sportskanone, Kreativkind oder Träumer geworden wäre.

Schocknachricht Fehlgeburt – was geschieht jetzt?

Sofern der/die Gynäkologe/in die Schocknachricht Fehlgeburt ausgesprochen hat, haben Eltern Zeit. Für gewöhnlich besteht kein Grund zur Eile. Man darf also nach Hause gehen, die Nachricht sacken und die Trauer auf sich zukommen lassen. Eine Fehlgeburt bedeutet nicht automatisch, dass man in ein Krankenhaus und operiert werden muss. In Rücksprache mit der behandelnden Ärztin, einer Hebamme, Doula oder Sternenkindbegleiterin kann man zu Hause eine kleine Geburt erleben. Ein Prozess, in dem Körper Zeit und Raum gelassen wird, das Kind auf die Welt zu bringen. Sicher gibt es hier Dinge zu beachten. Während im ersten Schwangerschaftstrimester nichts gegen eine kleine Geburt zu Hause spricht, sollte man die Geburt im zweiten Trimester ins Krankenhaus verlagern. In diesem Trimester ist der Körper ans „Festhalten“ ausgerichtet, die Plazenta löst sich daher (kaum) von allein.

Wie kann ich von meinem Sternenkind Abschied nehmen?

Man kann von seinem Sternenkind unterschiedlich Abschied nehmen. Zum Teil kommt es darauf an, wie das Sternenkind geboren wird. Bei einer Fehlgeburt kann man mittels der kleinen Geburt sein Baby auffangen und es entsprechend der Länderbestimmung beerdigen. Nach einer Ausschabung kommt es häufig zu Sammelbestattungen. Wichtig: Alle Sternenkindeltern haben ein Bestattungsrecht. Ab einem Geburtsgewicht von 500 Gramm haben Eltern darüber hinaus eine Bestattungspflicht. Wichtig ist, dass sich Betroffene nicht überrumpeln lassen müssen. Sie müssen für gewöhnlich nicht am nächsten Tag im Operationsaal liegen. Außerdem ist die Zeit nach der Geburt wesentlich. Möglich ist fast alles: Berührungen, Fotos, je nach Größe auch Finger-, Hand- und Fußabdrücke. Greifbare Erinnerungen können Geburtskarten, Traueranzeigen, Namensentragungen beim Standesamt, Figuren, Kleidungsstücke, Kerzen, Steine, Haarsträhnen und Muttermilch sein. Hier zählt nicht die Masse an „erledigten“ Dingen. Aber Erinnerungen schaffen hilft definitiv auch dabei, sich der Situation bewusst zu werden und Abschied zu nehmen.

Wie sollen wir mit unserer Trauer umgehen?

Je mehr Zeit man hat und sich auch nimmt, desto eher kann man die Ereignisse setzen lassen, annehmen und damit umgehen lernen. Trauer sieht überall anders aus und ist individuell. Es können die verschiedensten Emotionen auftreten

von Trauer und Wut zu Liebe und Dankbarkeit – alles darf sein. Wichtig ist zu wissen, dass man nicht allein ist. Hilfe und Unterstützung zu suchen und anzunehmen, mit anderen Betroffenen sprechen, eine Trauerbegleitung an der Seite zu haben, eine kreative Arbeit aufnehmen, eine Trauerfeier gestalten – die Möglichkeiten sind immens. Eltern sollten informierte Eltern werden, damit sie auch Jahre später noch an Erinnerungen festhalten können. Oftmals fällt es schwer zu verstehen, dass andere, gerade der eigene Partner, anders trauert. Wenn man hier ins Gespräch geht und die verschiedenen Bedürfnisse bespricht, kann man möglichen Erwartungen und Missverständnissen vorgreifen. Die Trauer um das eigene Kind begleitet einen aber meist ein Leben lang, wenngleich sie sich mit der Zeit verändern kann und wird. Zu wissen, was einem gut tut, ist in jedem Fall hilfreich.

Wie kann der Umgang mit Trauernden aussehen?

Wenn es im Umfeld ein Sternenkind gibt, fragt man sich, wie der Umgang mit den Trauernden aussehen kann. Am wichtigsten ist Einfühlungsvermögen. Sätze wie: „Das war doch noch nichts“, „Ihr seid noch so jung und könnt so viele Kinder bekommen“, „Wer weiß wofür es gut war“, „das passiert so vielen Frauen“ darf man getrost bei sich behalten. Sie sind verletzend, übergriffig und schlicht unangebracht. Hilfreicher ist es, die Betroffenen erzählen zu lassen, Hilfe anzubieten, Essen zu kochen, gemeinsam Erinnerungen zu schaffen und schlicht anwesend statt abwesend zu sein. Häufig kristallisieren sich in solchen schweren Lebensphasen verlässliche Freunde heraus. Möchte man gern helfen, macht man das Angebot lieber ganz konkret. Betroffene möchten niemandem zur Last fallen, die Stimmung senken oder auf den Geist gehen. Ein „Melde dich, wenn du was brauchst“ wird daher eher ungenutzt bleiben.

Allein und ungesehen?

Einer Sternenmama zu begegnen, vielleicht wenn man gerade in seiner eigenen heilen Welt ist, fällt unfassbar schwer. Aber jede Sternenmama, jedes Sternelternpaar sollte wissen, dass sie nicht allein sind und gesehen werden. Eltern können nicht über den Tod ihres Kindes hinwegkommen. Sie können niemals dorthin zurückkehren, wo sie vor diesem Verlust waren. Mit Hilfe guter Begleitung und Verständnis können sie den Weg durch die Trauer aber bestärkt gehen und in dem Wissen, dass Sternenkinder auch Kinder sind und ihr Thema nun hoffentlich bald kein Tabuthema mehr sein wird.

Falls ihr gerade eine Fehlgeburt erlebt, vor einiger Zeit erleben musstet oder in eurem Umfeld aktuell jemand betroffen ist, findet ihr in eurer Umgebung offene Ohren und Unterstützung in Form von speziell ausgebildeten Trauerbegleitungen von Sternenkindern, die euch, euren Bekannten oder möglichen Angehörigen und Geschwistern durch die schwere Trauerzeit zur Seite stehen.

Maike Nagel



Die „Inklusiven Lebenswelten“ der Lebenshilfe in Altdorf

Barbara Grau war mit dabei:

Freundliche Gesichter, Farben, eine rundum interessante Welt und ein kleiner Imbiss erwartete uns bei unserem Besuch der „Inklusiven Lebenswelten“ in Altdorf und hieß uns willkommen.

Wir und auch manche Bewohner waren durchaus neugierig aufeinander, kamen ins Gespräch. Die hellen Räume mit Küche und Platz zum Zusammenkommen in den Wohngruppen gefiel uns sehr, Marvin und Jana, zwei junge Bewohner, nahmen uns sogar gerne mit in ihr persönliches Reich mit eigenem Bad, zeigten uns wie sie leben.

Platz für alle wichtigen Dinge gibt es, jederzeit einen Rückzug. Einige Gestaltungsmöglichkeiten und auch eigene kreative Werke, die dort, aber auch in den gemeinschaftlich genutzten Räumen zu bewundern waren, verstärkten unseren rundum positiven Eindruck.

Alltag gemeinsam leben, neben der Arbeit in der Werkstatt, nach Hause kommen, den Feierabend einläuten, sich auf eine Tasse Kaffee treffen, mal zusammen kochen, etwas unternehmen, unterstützt und betreut sein nach Bedarf, aber auch eigene Wege gehen, all das ermöglicht dieses Wohnkonzept.

Vielen Dank, dass wir einen Blick in diese „Lebenswelt“ werfen und auch gegenseitig Kontakte knüpfen durften!

Bild:
Hospiz-
verein



Auf der nächsten Seite beschreibt eine weitere Kollegin ihre Eindrücke:

Ein schönes, helles und freundliches Haus, ein Zuhause mit allem, was dazu gehört. Die gute Atmosphäre konnte ich gleich spüren. Wir wurden herzlich willkommen geheißen von Frau Voigt.

In den Wohngruppen bekamen wir viele Informationen und jede Frage wurde kompetent beantwortet. Sehr beeindruckt hat mich die Tatsache, dass die Bewohner auch im „Ruhestand“ hier weiter wohnen und leben dürfen.

Als die Bewohner spätnachmittags aus ihren Werkstätten kamen, wurde es lebhafter im Haus - es war jetzt „bewohnt“. Ein Mann konnte unseren Besuch gar nicht fassen. Immer wieder kam er zum uns und fragte: „Was is`n da los?“

Herrlich! Hier hätte ich auch gern mein Ehrenamt eingebracht.

Helga Landgraf



Ausbildungskurs erfolgreich abgeschlossen

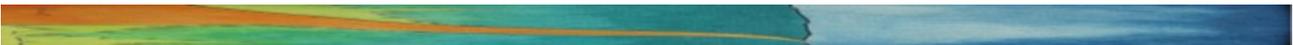
Gut 100 Unterrichtseinheiten besuchten acht Kursteilnehmer*innen, um sich zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin bzw. Hospizbegleiter ausbilden zu lassen.

Besonders wertvoll erlebten die Absolventen die unterschiedlichen Herangehensweisen zu den Themen, die vor allem persönliche Einblicke in Gedanken und Gefühle zum jeweiligen Thema zuließen.



In einem Pflegepraktikum in den Häusern der Altenhilfe konnten viele wertvolle praktische Erfahrungen gesammelt werden. Durch die Beschäftigung mit existenziellen Fragestellungen blieb es nicht aus, dass die Gruppe durch die persönlichen Beiträge vertrauensvoll zusammengewachsen ist.

Johannes Deyerl



Wenn sich eine Hebamme und eine Sterbebegleiterin treffen ...

..... könnte man meinen, es gibt keine Gemeinsamkeiten. Weit gefehlt.

Als ich dem Redakteur der Nürnberger Nachrichten, Hans Böller, Anfang des Jahres unbekannterweise ein Mail schickte und mich für einen ausführlichen Artikel über Trauer bedankte, ergab sich unser Kontakt. Als wir feststellten, dass wir einen gemeinsamen, leider verstorbenen, Freund hatten, waren wir auf einer gemeinsamen Wellenlänge.

So kam es, dass Hans Böller mich im Februar fragte, ob ich Interesse daran hätte, ein gemeinsames Interview mit einer Hebamme zu machen. Das war keine Frage, natürlich sehr gerne.

Wir trafen uns an einem Vormittag im März in einem Café in Erlangen. Ich war gespannt darauf, was sich ergeben würde. Als die freiberufliche Hebamme Ricarda Luschtinetz an unseren kleinen Tisch kam, fühlte ich eine bemerkenswerte Harmonie zwischen uns drei Gesprächspartnern. Dies sollte die kommenden mehr als zwei Stunden anhalten.

Wer nun glaubt, unser Gespräch sei nur ein ernstes Austausch von Erfahrungen gewesen, täuscht sich. Wir sprachen fröhlich über Geburt und Sterben, über Leben und Tod. Niemals hätte ich gedacht, dass es so viele Gemeinsamkeiten in unserer Arbeit gibt. Wir begleiten Menschen, die am Anfang oder am Ende des Lebens stehen.

Natürlich gibt es dabei auch schwierige Momente. Ricarda berichtete von dem Besuch bei einer Frau, die zum zweiten Mal schwanger war und sehr viel weinte. Ihr erstes Kind war tot zur Welt gekommen. Das war dann so ein Moment, in dem unser Austausch sehr ernst wurde. Nicht nur das Sterben, auch Geburten können mit Schmerz, Angst und Tod einhergehen.

Da Ricarda und ich neben einander saßen, ergab sich bei unserem Gespräch noch viel mehr Gemeinsames.

Als Sterbebegleiterin lese ich den Menschen gerne Fantasiereisen vor. Erst vor kurzem war ich bei einem Mann, der bereits seine Reise angetreten hatte. Ich wusste, dass er in seinem Leben gerne ans Meer gefahren war. So entführte ich ihn mit leiser Musik von Wellen, Meeresrauschen und Möwen ans Meer. Beschrieb ihm, was es dort zu sehen gab. Und wer weiß, vielleicht war er ebenso dort, mit mir, und konnte mich hören. Wenige Stunden später verstarb er.

Ricarda macht es genauso bei den Vorbereitungskursen für die Geburt. Und sie erzählte, dass sogar mal eine der Frauen darüber sogar eingeschlafen war.

Ich darf hier einen kurzen Text aus dem Artikel von Hans Böller wiedergeben:

In Gegenwart des Todes, meint Christiane Andresen, „sind die Sterbenden in einer anderen Sphäre“. Sphäre, dasselbe Wort sagt Richarda Luschtinetz. „Frauen sind während der Wehen total woanders“, viele, erzählt sie, „sagen später, sie hätten das Gefühl gehabt, zu sterben, nicht unbedingt wegen der Schmerzen – dann lassen sie los“. Christiane Andresen nickt.

Genau so geht es mir, wenn ich Sterbende begleite. Sie sind bereits in einer anderen Sphäre, besser kann man es nicht ausdrücken.

Die gemeinsame Zeit in Erlangen ging überaus schnell vorbei. Wir ließen Hans Böller nicht oft zu Wort kommen. Seine Fragen beantworteten wir auch so.

Entstanden ist daraus ein wunderbarer Artikel von Hans Böller, der am 9. April auf Seite 3 der Nürnberger Nachrichten erschien mit Verbreitung im gesamten Raum des VNP.

Ich gebe es zu, dieser Artikel bewirkte, dass ich den ganzen Tag mit einem glücklichen Grinsen im Gesicht herumlief und mich freute „wie Bolle“ – wie man im Norden sagt.

Unsere ehrenamtliche Hospizarbeit ist so wichtig und ich bin glücklich, dass ich ein Teil davon sein darf.

Christiane Birte Andresen



Ist- und Soll- Zustand - Nachhall einer beeindruckenden Begleitung

Die Brille auf dem Nachttisch, eine Uhr am Handgelenk, Pantoffeln unterm Bett – noch immer da.

Die geschlossenen Augen sehen vielleicht bereits weiter, die Zeit verliert an Bedeutung, für neue Wege passen andere Schuhe – alles wird leicht.

Der Abdruck eines lange getragenen Rings am Finger – eine Verbindung, die bleibt, sichtbar und unsichtbar.



Text und Bild: Barbara Grau



Wenn Engel reisen, dann lacht der Himmel - Hospizausflug 2025

Bei strahlendem Sonnenschein starteten die Mitglieder des Vereins Rummelsberger und Nürnberger Hospizarbeit zum gemeinsamen Ausflug an den Brombachsee.

Perfekt organisiert von den fleißigen Menschen in Rummelsberg und Nürnberg erwartete uns das beeindruckende Rundfahrtschiff zu Kaffee und Kuchen und faszinierenden Ausblicken auf Strände und wunderbare Landschaften. Hier konnten die Teilnehmer*innen an Deck flanieren, sich begegnen, kennenlernen und einfach genießen.



Wieder an Land konnten die Teilnehmer*innen sich entscheiden zwischen dem Barfußpfad oder im Strandsessel bei einem Drink zu chillen.



Die Schätze der Kirche von Kaltensteinberg wurden uns von einem leidenschaftlichen Historiker in allen Einzelheiten nahe gebracht.

Zum Abschluss stärkten wir uns noch im Gasthaus zur frischen Quelle in Hagsbronn. Souverän chauffierten die Fahrer*innen uns wieder nach Hause.

Ein rundum gelungenes Dankeschön für den Einsatz der Begleiter*innen haben sich die Organisatorinnen mit diesem Ausflug einfallen lassen!



Text: Karina Englmeier-Deeg, Fotos: K. Englmeier-Deeg, C. Ramolla, E. Spiegel



Weitere Eindrücke des Tages finden Sie unter folgendem Internet-Link:

<https://www.rummelsberger-diakonie.de/sites/default/files/2025-05/Wenn%20Engel%20reisen%20...%20Hospizausflug%202025.pdf>





Buchtipp: Märchen für Trauer und Trost - Michaela Brinkmeier (Hg.)

Das Buch ist zum Erzählen und Vorlesen, handelt von Volksmärchen aus aller Welt und ist herausgegeben, erzählt und mit Begleittexten versehen von Michaela Brinkmeier

Passend zu dem Artikel von Seite 3 möchten wir als Buchtipp das Märchenbuch, aus dem Frau Degenhardt einige Märchen erzählt hat, weitergeben.

Im Klappentext ist folgendes über das Märchenbuch zu lesen:

Die Texte in diesem Buch können zu einem Begleiter für den Trauerweg werden.

Wo der Alltagssprache die Worte fehlen, finden die Märchen einen Weg: Für das Unsagbare, das mit dem Tod ins Leben tritt, geben sie uns Sinnbilder und Symbole an die Hand, die etwas in uns berühren und zum Klingen bringen können. Sie erzählen vom Umgang mit Abschied und Verlust, von Vertrauen und Hoffnung, von der Liebe, die alles trägt. Und sie bieten Anregungen und Hilfe, die Trauer auszuhalten, Gedanken und Gefühle zu klären. Sie weisen Wege auf, aus der Trauer herauszufinden, wieder ins Leben zurück.

Die verschiedenen Märchen aus aller Welt sind zu Kapiteln mit verschiedenen Überschriften zusammengefasst, z.B. „Vom Abschied nehmen“, „Von der Traurigkeit“, „Von Hoffnung, Vertrauen und Verwandlung“, „Vom Zurückfinden ins Leben“. Dies erleichtert das Suchen und Finden für die jeweilige eigene persönliche Situation.

Das Buch kann in der Hospizbibliothek in Nürnberg ausgeliehen werden.

Angela Barth

Königsfurt-Urania Verlag GmbH, ISBN 978-3-86826-092-2, Oktober 2020, 192 Seiten, gebundene Ausgabe, 10,00 Euro



Termine

Datum	Uhrzeit	Thema Ort	Referent*innen
8. 07. Di.	16.00 h	Hospiz Xenia	Angela Barth
24.07. Do.	18.00h	Sommerfest - Warum nicht mal im Wald baden? Rummelsberg Stephanushaus	Karin Hacker und Team
09.09. Di.	19.00 h	Kollegiale Beratung / Supervision in Rummelsberg	Karin Hacker
16.09. Di.	18.00 h	Co-Patient*in Zugehörige*r	Monika Helldörfer
30.09. Di.	19.00 h	Co-Patient*in Zugehörige*r	Monika Helldörfer

Impressum:

Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gemeinnützige GmbH
Verein Rummelsberger Hospizarbeit
Ambulanter Hospiz- und palliativer Beratungsdienst

Hospizbüro Rummelsberg
Rummelsberg 46
90592 Schwarzenbruck
Telefon 09128 50 25 13
Mobil 0175 1624514
hospizverein@rummelsberger.net

Hospizbüro Nürnberg
Neusalzer Str. 4
90473 Nürnberg
Telefon 0911/393634390
Mobil:016097942021
hospizdienst-nuernberg@rummelsberger.net

Hospizkoordination
Angela Barth, Diakonin Karin Hacker,
Diakonin Monika Helldörfer, Diakon Johannes Deyerl

Verein Rummelsberger Hospizarbeit
Gisela Ziegler-Graf, Vorsitzende

Internet
www.hospizverein-rummelsberg.de
Trauernetzwerk-nuernbergerland.de

Redaktionsteam:
Angela Barth, Karina Englmeier-Deeg, Helga Schlegel,
Gisela Ziegler-Graf, Erhard Spiegel

Bankverbindung: Rummelsberger Diakonie e.V.
Evangelische Bank, IBAN DE47 5206 0410 0202 501015
Stichwort: Hospiz 448954

Veranstaltungsorte:

Rummelsberg:
Stephanushaus (Andachtsraum)
Rummelsberg 46
90592 Schwarzenbruck

Nürnberg:
Hospizbüro
Neusalzer Straße 4
90473 Nürnberg

Änderungen können aus organi-
satorischen Gründen möglich
werden.



Rummelsberger
Diakonie

