



HOSPIZARBEIT
HELMSTEDT E.V.

Max-Planck-Weg 1
38350 Helmstedt
Tel.: 05351 5448349
info@hospizarbeit-helmstedt.de
www.hospizarbeit-helmstedt.de

Vorsitzender:
Dr. Joachim Scherrieble
Tel.: 05351 537546
Mobil: 0172 4040560

Begleitet. Und Mehr.

**Mehr Würde –
für Einzelne und für die Gesellschaft.
Bis zuletzt.**

Projekt

LETZTE HILFE – Kursleiter-Schulung

**Antrag auf Förderung der Hospizarbeit e.V.
durch die PSD Bank Braunschweig eG**

Hintergrundinformationen

www.hospizarbeit-helmstedt.de

Eines Tages bemerkte der König, dass er alt geworden war. Er rief seine Söhne in die große Halle. „Bis zum Abend habt ihr Zeit, diesen Saal zu füllen.“ Er gab ihnen einen Silberling. Das war nicht viel. „Wer es schafft, soll mein Nachfolger werden.“

Die beiden zogen los. Der Ältere kam an ein Feld, auf dem Leute gerade Weizen droschen. „Ich gebe Euch einen Silberling für die Spreu!“ Die Bauern waren froh, die Spreu los zu sein und brachten sie sogar ins Schloss. „Du kannst mich zum König machen“, rief der Ältere seinem Vater zu, „ich habe den Saal gefüllt.“

Aber der Vater wollte noch warten. Als es dämmerte, kam schließlich der Jüngere. „Räumt dieses nutzlose Zeug hier raus“, sagte er. Dann stellte er eine Kerze in die Mitte des Saales. Er zündete sie an. Warmes Licht füllte den ganzen Raum und ließ die Gesichter des Königs und der Söhne, der Diener und Mägde leuchten.

Der alte König lächelte: „Du wirst mein Nachfolger.“

Hospizliche Begleiterinnen und Begleiter im Landkreis Helmstedt sind seit über fünfzehn Jahren wie Laternen auf langen, dunklen Wegen – sie machen ihn nicht kürzer, aber ein wenig heller.

Am 25.08.2005 gründeten einige engagierte Menschen die Hospizarbeit Helmstedt e.V. Geprägt ist das segensreiche Wirken in den vergangenen gut 15 Jahren vom guten Miteinander, von der guten Zusammenarbeit der Haupt- und Ehrenamtlichen.

Die etwa 100-120 Menschen, die wir Jahr für Jahr auf ihrem letzten Stück Lebensweg begleiten dürfen, und die vielen An- und Zugehörigen, die wir in ihrem Schmerz und in ihrer Trauer vor, während und nach dem Sterben eines lieben Menschen nicht alleine lassen, zeugen von unser aller segensreichem Wirken. Möglich ist das der Hospizarbeit Helmstedt nur durch das Engagement, die Professionalität, die Empathie und die Liebe und Warmherzigkeit der Aktiven.

1. AMBULANTE STERBEBEGLEITUNG

Die **Hospizarbeit Helmstedt e.V.** hat sich zunächst die ambulante Begleitung von Schwerstkranken, Sterbenden und ihren Angehörigen zur Aufgabe gemacht. Dabei spielen Alter, Krankheit, Religion und Staatsangehörigkeit keine Rolle.

Eine schwere Krankheit oder das nahende Sterben lassen unser Leben oft bis in die Grundmauern erschüttern. Betroffene und Angehörige fühlen sich überfordert, isoliert, unverstanden.

Gerade in solch schweren Zeiten fällt es nicht leicht, Kontakt zu suchen und um Unterstützung zu bitten. In der Region Helmstedt stehen den Menschen in dieser schweren Lebensphase einfühlsame und gut ausgebildete ehrenamtliche Mitarbeiter der Hospizarbeit zur Seite. Sie vermitteln den Kranken und Angehörigen ein Stück Normalität – ein Stück Lebensfreude. Der Verein engagiert sich dafür, die letzte Lebensphase in der gewohnten Umgebung zu ermöglichen, ungewollter Isolation entgegenzuwirken, die Angehörigen zu stützen, Trauernde nicht allein zu lassen, das Sterben in unser Leben einzubeziehen, frühzeitig als Gesprächspartner zu dienen sowie das öffentliche Bewusstsein im Hinblick auf das Sterben zu verändern.

Schwerstkranken, sterbende und trauernde Kinder werden von zusätzlich speziell ausgebildeten Kinder-Sterbebegleitern einfühlsam und professionell begleitet. Wir werden nachher mehr hierzu hören.

Oberstes Ziel ist das *Wahren oder Schaffen von Lebensqualität*, wobei medizinische, pflegerische, psychosoziale und spirituelle Fürsorge gleichberechtigt gesehen werden. Es geht uns um ein **würdiges Leben** bis zum Schluss.

Pro Jahr begleiten wir auf diese Weise etwa 120 Menschen „auf ihrem letzten Weg“. **Aktuell gerade 21** Schwerstkranken.



2. ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE

„Der Trennungsschmerz ist der schlimmste Schmerz überhaupt. Trauerarbeit ist in mancherlei Hinsicht schwieriger als das Sterben.“
- formulierte *Cicely Saunders*, die „Urmutter“ der Hospizbewegung.

Für unterschiedliche Bedürfnisse Trauernder bietet die Hospizarbeit ein differenziertes Angebot zur Begleitung und Stärkung – alle begleitet durch geschulte und erfahrene Trauerbegleiterinnen.

a) Individuelle Trauerbegleitung

In Einzelgesprächen werden Trauernde individuell begleitet. Den Trauernden zur Seite zu stehen, ist uns ein wichtiges Anliegen. Persönliche Fragen werden erörtert, Trauer, Wut, Angst können sich äußern. Mit dem Verstorbenen im Herzen soll der Weg zurück ins Leben – ins eigene, schöne und einmalige Leben – gefunden werden.

b) Geschlossene Trauerkreise

Diese Trauergruppen eröffnen Trauernden Möglichkeiten zur intensiven und vertrauensvollen Trauerarbeit in der Geborgenheit einer Gruppe. Im geschützten Kreise vertrauter Menschen können sie unverstellt „Ich“ sein, eigene Gefühle äußern sowie gemeinsam Weinen und Lachen. Das eigens hierfür entwickelte Konzept ist auf elf Monate angelegt. Parallel finden jeweils zwei getrennte Trauerkreise statt. Im Herbst beginnen zum 7. Mal zwei neue Trauerkreise.

c) Hospiz-Café

Beim Hospiz-Café handelt es sich um ein offenes, unverbindliches Angebot für alle Trauernden und Interessierten. Ziel ist es, in Kontakt mit Menschen in einer ähnlichen Situation zu kommen, Möglichkeiten zu finden für gemeinsame Gespräche, gemeinsames Weinen, gemeinsames Lachen.

d) Trauer in Bewegung

Das Projekt Trauer in Bewegung bietet die Möglichkeit, der Trauer bei gemeinsamen Spaziergängen zu begegnen.

3. STÄRKUNG DES HOSPIZGEDANKENS

Neben der Begleitung der Schwerstkranken und der Trauernden bilden die Information zur Hospizarbeit sowie Kommunikation und Stärkung des Hospizgedankens in der Region eine dritte Säule. Hierzu gehören ein professionelles Erscheinungsbild mit eigenem Logo, Faltblättern und Aufstellern, Infoständen und Artikeln ebenso wie die zeitgemäße Internetpräsenz mit der Webseite www.hospizarbeit-helmstedt.de.

In den vergangenen Jahren haben mittlerweile fünf **Helmstedter Hospiztage**, eine Veranstaltungsreihe in den Wochen vor der Passionszeit, weit über die Region hinaus Anerkennung gefunden. Durch eine Vielzahl von hochkarätigen und gut besuchten Veranstaltungen konnten wir unter dem Spruch von Rainer Maria Rilke „Und doch ist einer, welcher dieses Fallen unendlich sanft in seinen Händen hält“ vielfältige Initiativen und Anregungen geben - und viele Menschen für den Hospizgedanken sensibilisieren.

Parallel hierzu und zu internen Schulungen erfüllen wir seit knapp zwölf Jahren vermehrt Wünsche nach Informationsveranstaltungen bei Vereinen und Einrichtungen sowie nach Kurzseminaren für Pflegekräfte im Landkreis.

Im fünften Jahr führen wir erfolgreich das Projekt **Hospiz macht Schule** durch, eine Woche intensivsten Arbeitens mit Grundschulern, deren Lehrkräften und Eltern.

Wir stärken hierdurch den Hospizgedanken in der Region.

4. VORBEREITUNGSKURS UND SUPERVISION

Eine warmherzige, offene und kompetente Begleitung der Sterbenden ist uns Herzenssache. Das Wichtigste, was Ehrenamtliche anbieten, ist **Zeit** - Zeit zum Zuhören, Zeit für Gespräche, Zeit zum Vorlesen. Sie geben Zu- und Angehörigen die Möglichkeit, Besorgungen zu machen oder Kraft zu tanken.

Um auf diese Aufgabe vorbereitet zu sein, bietet der Verein interessierten Menschen einen **Vorbereitungskurs** für ehrenamtliche Sterbebegleitung an.

In den Jahren 2008 bis 2017 haben wir sechs Vorbereitungsgruppen für Sterbebegleiter mit jeweils über hundert Unterrichtsstunden konzipiert und realisiert. Aktuell sind von 40 ausgebildeten Sterbebegleitenden 27 einsetzbar und ein neuer Kurs seit April 2018 bis März 2019.

Der Kurs gibt den Teilnehmenden elf Monate Raum für eigene Reflexion über die Themenbereiche Sterben, Tod und Trauer; er vermittelt zudem fachliche Kenntnisse wie Umgang mit dem Ich, mit Sterbenden und deren Angehörigen (Prozesse und Sprache von Sterbenden und Angehörigen), medizinisches und pflegerisches Hintergrundwissen, Informationen zu Hospizbewegung, Schmerztherapie, Sterbehilfe, zur Helferpersönlichkeit und zu eigenen Kraftquellen.

Unsere Sterbegleiterinnen und Sterbegleiter verpflichten sich, an einer regelmäßigen Supervision sowie an kontinuierlichen internen Fort- und Weiterbildungen teilzunehmen.

5. LETZTE HILFE

- LETZTE HILFE KURSE ALLGEMEIN
- LETZTE HILFE KIDS KURSE
- LETZTE HILFE PROFESSIONELL

Letzte Hilfe Kurse vermitteln einfach, kurz und knackig Wissen zum Vorsorgen, Unterstützen, Sterben und Trauer. Die Hospizarbeit Helmstedt e.V. hat Anfang 2021 begonnen, letzte Hilfe Kurse kostenlos anzubieten. Seitdem wurden zehn letzte Hilfe Kurse kostenlos abgehalten. Je nach pandemischer Lage online oder in Präsenz.

Wie wertvoll der Kurs ist, wurde uns durch die Rückmeldungen von Teilnehmenden bewusst. Eine Frau berichtete, nie mit ihrem todkranken Vater übers dessen Sterben reden zu können. Der Kurs hat ihr eine Tür geöffnet, mutig alles anzusprechen. Sie tat dies und ihr Vater fing erleichtert an ebenfalls zu reden. Er ist dann gestorben. Beide sind „im Reinen“ auseinander gegangen.

Letzte Hilfe Kids Kurse bieten wir für Kinder und Jugendliche an - gerne demnächst mehr Kurse.

Die Kinder und Jugendliche werden gestärkt, auch sie können unterstützen. Dabei geht es um Fragen und Antworten und um Gefühle; alle haben das Recht zu trauern und selbst zu entscheiden, etwa ob sie mit zur Beerdigung möchten. Die Jugendlichen fanden es toll, alles zum Thema Tod und Sterben fragen zu können und auf alles eine Antwort zu bekommen. Und dies ist doch so wichtig.

Letzte Hilfe Professional Kurse richten sich an Menschen, die im Gesundheitswesen tätig sind und keine Palliative Care Weiterbildung haben. Auf einer Palliativ Station und im Hospiz sind die Menschen entsprechend geschult. Aber auch in Pflegeheimen, auf allgemein Stationen und in anderen Einrichtungen sterben Menschen. Durch die Kurse unterstützen wir die Profis und knüpfen das Netzwerk aller Beteiligten zur Unterstützung der Sterbenden und ihrer Zugehöriger enger.

6. EHRENAMT UND PROFESSIONALITÄT – BEGLEITKULTUR

Der **Verein** wurde am **25. August 2006 gegründet** und verzeichnet über **250 Mitglieder**.

Unsere Vereinsarbeit lebt maßgeblich von ehrenamtlichem, **freiwilligem Engagement**. Sowohl der Vorstand als auch die Männer und Frauen, die Sterbebegleitungen übernehmen, die Hospiztage oder „Hospiz macht Schule“ organisieren und betreuen, die Trauergruppen oder das Hospiz-Café begleiten, arbeiten ehrenamtlich.

Der Verein ist von gesetzlichen Krankenkassen anerkannt, beschäftigt drei hauptamtliche Koordinatorinnen, verfügt über eigene Räumlichkeiten und betreibt intensive Öffentlichkeitsarbeit.

Professionelle Begleitung und Stärkung unserer Ehrenamtlichen sowie fortwährende Weiterentwicklung unserer „Kultur des Begleitens“ sind uns hierbei Anliegen und Herzenssache. Hierzu gehören regelmäßige Treffen aller Beteiligten, die Übernahme der Auslagen für das Ehrenamt und vor allem die inhaltliche und methodische Zusrüstung der Ehrenamtlichen.

Alle Leistungen des Vereins werden kostenfrei erbracht. Trotzdem fallen immense Kosten an. Fahrtkosten für die Ehrenamtlichen, Fortbildungen und alle Auslagen der Trauerbegleitung werden nicht bezuschusst. Über 50 Prozent der Aufwendungen müssen Jahr für Jahr über Mitgliedsbeiträge, Zuwendungen und private Spenden getragen werden, um die Vereinsarbeit auf eine solide finanzielle Basis zu stellen.

7. EHRENAMTLICHE SIND ZENTRALE STÜTZEN DER GESELLSCHAFT

Bereits große Staatstheoretiker wie John Locke, Charles Montesquieu oder Alexis de Tocqueville waren überzeugt, dass zwischen Staat und Bürgern noch eine dritte Kraft nötig sei, um eine demokratische Gesellschaft zu schaffen.

Das entstehende Ehrenamt war in Preußen ein Zugeständnis an die Bürger, da der Staat das Überschwappen der Französischen Revolution nach Preußen fürchtete. Um dem vorzubeugen, gab die preußische Regierung 1808 einige kommunale Gestaltungskompetenzen an das Volk ab. Etwa zeitgleich entstanden die ersten Vereinsstrukturen, in denen sich die Menschen nun im Privaten engagieren konnten.

Heutzutage engagieren sich zunehmend mehr Menschen freiwillig: Im Jahr 2014 sind 43,6 % der Wohnbevölkerung ab 14 Jahren freiwillig engagiert – das entspricht 30,9 Millionen Menschen. In den letzten fünfzehn Jahren stieg die Engagementquote um insgesamt knapp zehn Prozentpunkte an. Insbesondere zwischen 2009 und 2014 hat sich dieser Anstieg nochmal dynamisiert (Freiwilligensurvey 2014). Und seither erneut mehr.

Die freiwilligen Helfer sind nicht nur gestaltend und erhaltend, trendsetzend, ... sondern auch „die besten Vorbilder“ (Lisa Srikiow, 28.07.2011 DIE ZEIT Nr. 31/2011)

8. „KOMM, O TOD, DU SCHLAFES BRUDER“ - Gesellschaftliche Veränderungen beim Sterben

Moderne Gesellschaften verzeichnen einen tiefgreifenden Wandel des Sterbens (A. Heller und K. Wegleitner):

Zeitpunkt des Sterbens

früher: **plötzlich und unerwartet** - heute: **spät und vorhersehbar**

Sterbeort

früher: **in der Familie** - heute: **in Institutionen**

Die meisten Menschen möchten heutzutage **ohne Schmerzen** und **nicht alleine sterben** und ein Großteil der Bevölkerung wünscht sich **zu Hause zu sterben**, was die Bedeutung der ambulanten Versorgung am Lebensende unterstreicht.

Deutscher Hospiz- und Palliativverband repräsentiert mehr als 100.000 bürgerschaftlich Engagierte!

Und gerade in einer Gesellschaft, die zunehmend auf Gewinnmaximierung setzt und auf Individualisierung – mit teilweise hässlichen Begleiterscheinungen und mit zunehmender Vereinzelung ...
– leben die Aktiven der Hospizarbeit Helmstedt e.V. die **Kultur des Miteinander, die Kultur der Zuwendung, die Kultur des Begleitens.**

9. KINDER UND JUGENDLICHE

Etwa 50.000 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Deutschland leben mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung, an der sie wahrscheinlich vor dem Erreichen des 40. Lebensjahres sterben werden (B. Zernikow et al.).

Ziel einer Begleitung ist es, Kinder, Jugendliche und ihre Familien darin zu unterstützen, mit dem nahenden Sterben umzugehen und den Tod des nahestehenden Menschen in die Biografie zu integrieren, bei größtmöglicher seelischer Gesundheit.

Seit 2011 betreut die Hospizarbeit Helmstedt e.V. Kinder in der Sterbebegleitung. Fünf ausgebildete Kindersterbebegleiterinnen sind dabei in der Regel zu zweit und mehrere Jahre bei einem Kind im Einsatz – von der ersten Diagnose der tödlichen Krankheit bis zum Ende. Zwei der durch die Hospizarbeit Helmstedt e.V. begleiteten Kinder sind in den vergangenen Jahren verstorben und die Begleitenden mussten Abschied nehmen.

10. ABSCHLIEßEND: DUNKLES ERHELLEN, DEN WEG ERLEUCHTEN...

Hospizliche Begleiter im Landkreis Helmstedt sind seit gut fünfzehn Jahren wie Laternen auf langen, dunklen Wegen – sie machen ihn nicht kürzer, aber ein wenig heller.

Der Verein hat mittlerweile viel Licht in die Region bringen können.

Als Gründungsmitglied und zunächst stellvertretender und dann Vorsitzender der Hospizarbeit Helmstedt freut mich diese Entwicklung ungemein – zumal sie eben Ausdruck des gesellschaftlichen Aspekts ist, dem ehrenamtlichen Wirken und Arbeiten für eine **noch menschlichere Gesellschaft!**

Zusammenfassend lässt sich festhalten:

Die Hospizarbeit Helmstedt e.V. engagiert sich für den Einzelnen **und** für unsere Gesellschaft. Die bereits zitierte „Urmutter“ der *Hospizbewegung* Cicely Saunders schrieb einst:

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

Und ich würde ergänzen:

„... sondern den Tagen mehr Leben in Würde.

Begleitet. Und Mehr. Mehr Würde – für Einzelne und für die Gesellschaft. Bis zuletzt.

Dr. Joachim Scherrieble

(Vorsitzender)