



LINGENER HOSPIZ e.V.
Hilfe und Begleitung in der letzten Lebensphase

HOSPIZ aktuell

Veranstaltungen:

- **Der Tod ist sicher!**
Philosophie trifft
Pantomime mit Christoph
Gilsbach am So. 30.09. um
15 Uhr im Professorenhaus
- **Workshop Musik in der
Sterbebegleitung** mit Ilse
von der Beck am Sa. 6.10.
von 10 - 16 Uhr im
Calvinhaus
- **Kunst- und Kreativmarkt
Winterzauber** vom
7.-9.12.18 (hier werden
noch freiwillige Helfer
gesucht)

Trauer-Café:

- 1. Mi. im Monat 15 - 17 Uhr

Trauer-Frühstück:

- 1x im Monat Sa. 10 - 12 Uhr

Trauergruppe Windstille:

- Geschlossene
Trauergruppe startet ab
06.11.18 unter der Leitung
von Michael Arndt.
Vorgespräch notwendig.
Anmeldung im Hospizbüro
unter 0591 831647

Nähere Informationen finden
Sie auf unserer homepage
unter: www.lingener-hospiz.de



Die neuen ehrenamtlichen Hospizbegleiter(innen) des Kurses 2017/2018.
Herzlichen Glückwunsch!

Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter erfolgreich absolviert

Am 23. Juni 2018 endete der 5. Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleiter unter der gemeinsamen Regie der Hospizvereine „Lingener Hospiz e.V.“, „Hospiz-Team Abendstern e.V. - Salzbergen“ und der „Hospiz-Gruppe Spelle e.V.“. 15 Menschen wurden in über 120 Unterrichtseinheiten auf die Begleitung schwersterkrankter und sterbender Menschen sowie deren Angehörige vorbereitet. Dabei setzten sich die Teilnehmer persönlich mit den Themen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer auseinander und wurden in folgenden Bereichen geschult:

- Persönliche Auseinandersetzung mit Krankheit, Sterben, Tod und Trauer sowie Arbeit an der eigenen Person
- Kenntnisse zum Sterbeprozess und zur Sterbebegleitung



Ganz persönlich:

Dr. Walter Höltermann

JR: Was hat Dich damals bewogen, den 2. Vorsitz zu übernehmen?

WH: Ich bin von Jugend an damit aufgewachsen, dass es zu einem sinnvollen Dasein gehört Verantwortung zu übernehmen. Deshalb habe ich mich - da von der Notwendigkeit der Hospizarbeit total überzeugt - nicht verweigert, als ich gefragt wurde, ob ich bereit bin das Amt des 2. Vorsitzenden zu übernehmen.

JR: Was gefällt Dir an der Hospizarbeit besonders?

WH: An der Hospizarbeit gefällt mir einerseits deren absolute Notwendigkeit, da es zwischen den Professionen und den Angehörigen in einem Sterbeprozess, bzw. in der Biografie eines zu Ende gehenden Lebens und auch in der Trauer so viel Freiräume gibt, die niemand besetzt. Diese professionell zu füllen und einfach da zu sein, ist dreifach „Z“: Zeit haben, Zuhören können und Zuwendung geben! Andererseits faszinieren mich die Ehrenamtlichen, die dieses alltäglich umsetzen und die mich in ihrer bescheidenen und doch so wirksamen Art immer wieder in Erstaunen versetzen („das es so etwas noch gibt!“).

Lieblingszitat: „Wir wollen keine Menschen, die etwas werden wollen, sondern Menschen, die etwas sein wollen, nämlich Menschen eigener Verantwortung.“ (Theodor Heuss)

- Grundkenntnisse zur medizinisch-pflegerischen Palliativversorgung
- Spirituelle und seelsorgliche Elemente in der Sterbebegleitung
- Selbstverständnis und Selbstsorge der Begleiter
- Psychosoziale und systemische Aspekte einer hospizlichen Begleitung
- Trauer und Trauerbegleitung
- Grundregeln der Kommunikation insbesondere mit schwersterkrankten und sterbenden Menschen sowie deren Angehörigen
- Rechte und Pflichten eines Hospizbegleiters
- Nähe und Distanz - System Familie
- Resilienz, Rituale, Abschieds- und Loslösungsprozesse

Der nächste Vorbereitungskurs startet am 12. Oktober 2018 und ist leider schon wieder ausgebucht. Es gibt aber eine Warteliste. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei einer der Koordinatorinnen unter 0591 831647 oder schreiben Sie uns eine E-Mail an mail@lingener-hospiz.de. Wir führen gerne ein erstes Kennenlerngespräch mit Ihnen und informieren Sie über unsere Arbeit.



(von li. nach re.: I. Lucas, H. Krieger-Friedrich, J. Richter)

Sie wollen Spenden? Vielen Dank!

Sparkasse Emsland
DE31 2665 0001 0053 0030 59
NOLADE21EMS



Kinderhospizbegleitung

Unsere Kinderhospizbegleiter unterstützen Familien mit einem schwer oder unheilbar erkrankten Kind und wissen um die großen Herausforderungen in dieser Krisenzeit. Sie leisten oft ganz praktische Hilfe im Alltag und betreuen die Familie, solange Bedarf besteht. Ziel ist Hilfe zur Selbsthilfe.

Eine unserer Kinderhospizbegleiter Maria Tihen sagt hierzu:

„Im gemeinsamen Tun sind unsere Ohren weit geöffnet, um auf nicht ausgesprochenen Fragen oder Ängste sensibel zu reagieren. Die Eltern können diese Zeit für sich nutzen, um in Ruhe einzukaufen oder einen Besuch erledigen oder was gerade für sie ansteht.“

Oft haben Eltern das Gefühl, nur sie verstehen ihr „krankes“ Kind. Es bestehen wenige Gelegenheiten mit anderen Menschen über ihre Sorgen und Ängste zu sprechen. Mit uns können Eltern und Kinder ins Gespräch kommen, denn wir sind mit der Thematik Abschied nehmen und Loslassen vertraut.

Hierzu arbeiten wir auch in enger Kooperation mit dem Kinderhospiz-Stützpunkt Löwenherz in Lingen zusammen und unterstützen uns gegenseitig in der Begleitung der betroffenen Familien.

Weitere Informationen zu dieser Zusammenarbeit erhalten Sie in der nächsten Ausgabe der „HOSPIZ aktuell“ im 1. Halbjahr 2019.

Gut zu wissen:

Nahtoderfahrungen - NTE

Als eine NTE bezeichnet man die besondere Erfahrung eines Menschen am Rande des Lebens. NTE verändern einen Menschen innerlich grundlegend. Jede NTE ist anders. Es gibt nicht „die“ NTE. Mögliche Elemente einer NTE nach Raimond Moody:

- Die NTE sind kaum beschreibbar, man findet nur schwer Worte dafür
- Verlassen des Körpers, Schweben an der Zimmerdecke
- Die zunächst verwirrende Erkenntnis des Todes
- Die Schmerzen verschwinden, tiefer Friede tritt ein
- Durch einen dunklen Tunnel bewegt der "Tote" sich zu einem fernen Licht hin
- Geräusche, oft unangenehm, wie Brausen oder Rauschen
- Eintritt in eine lichterfüllte andere Welt
- Der Nahtod-Erlebende wird von vorher verstorbenen Freunden und Verwandten empfangen
- Begegnung mit einem Liebe und Verständnis ausstrahlenden höheren Lichtwesen
- Lebensrückblick: In dieser Rückschau beurteilt der "Verstorbene" oft die Taten seines Lebens
- Die Zeit ist stark gerafft
- Aufforderung, oft durch das Lichtwesen, zur Umkehr ins irdische Leben
- Widerwillige Rückkehr ins irdische Leben
- Die NTE ändert die Person und deren Sicht auf die Welt völlig.
- Die Angst vor dem Tod verschwindet.



Trittsteine in der Trauerbegleitung mit Christine Stockstrom

Die wichtige Zeit zwischen Eintritt des Todes und Bestattung - Aufgaben und Handlungsmöglichkeiten in der Hospizbegleitung

Der Verlust eines nahen Angehörigen ruft meist heftige, vielleicht auch widersprüchliche Gefühle hervor:

Schmerz, Enttäuschung, Wut - aber auch Sehnsucht und Hoffnung. Trauernde werden in ihrer Person und ihrem Lebensalltag von Grund auf erschüttert. Es wird zwar oft behauptet, doch Zeit allein heilt diese Wunden nicht. Sterbebegleiter und Sterbebegleiterinnen haben eine wichtige Rolle und Funktion in der Zeit kurz vor Eintritt des Todes bis zur Bestattung. Sie fungieren oft als eine Art „Schleusenwärter“ und können dafür sorgen, dass stabile Trittsteine für den Trauerprozess gelegt werden.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Immer wieder diese Abschiede: Auseinandersetzung mit eigenen Verlust- und Trauererfahrungen
- Ausdrucksformen gesunder und erschwerter Trauer
- Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Bestattungsformen und Abschiedsritualen
- Trösten - aber wie?
- Die eigene Rolle als „SchleusenwärterIn“ bedenken

Christine Stockstrom sagt: „...Obwohl jeder um die Endlichkeit des Lebens weiß, fällt uns der Umgang mit Tod und Trauer schwer, denn der Tod macht uns Angst. Die Hospizbewegung hat wichtige Anstöße gegeben, unsere Haltung Sterbenden und ihren Angehörigen gegenüber zu überdenken.(...) Ein anderer, bewussterer Umgang mit dem Thema „Tod und Sterben“ setzt auch bei der Pädagogik an. Abschiede, Verlust und Sterben gehören auch für Kinder zum Lebensalltag. Kinder zur Trauer zu befähigen ist ein pädagogischer Auftrag an die Kindertageseinrichtungen und Schulen. Die Pädagogen für diesen Bereich zu sensibilisieren und zu Qualifizieren ist der Ansatz weiterer Bildungsmaßnahmen.“

Weitere Infos zu Christine Stockstrom unter www.stockstrom.info

Termine für Ehrenamtliche:

Gruppentreffen:

- jeden 2. Donnerstag von 9 - 11 Uhr
- jeden 3. Donnerstag von 19 - 21 Uhr

Nächste Supervision:

Sterbebegleiter:

- 16. oder 18.10.2018

Trauerbegleiter:

- Termine mit neuer/neuem Supervisor(in) stehen noch nicht fest!

Ehrenamtswochenende:

- 27. - 28.10.18 in Stapelfeld mit Alexander Rolfes - Die Kraft der Sprache

WWW.CHARTA-FUER-STERBENDE.DE

Wir
unterstützen
die Charta

Impressum

Herausgeber
Lingener Hospiz e.V.
Dr. Birgit Stoßberg
Universitätsplatz 1 - 49808 Lingener
Tel.: 0591 831647
Mobil: 0160 6864303
Fax: 0591 9119650
mail@lingener-hospiz.de
www.lingener-hospiz.de
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10 - 12 Uhr
und nach telefonischer
Vereinbarung

Redaktion

Jeanette Richter und
Stefanie Köhler