

RUNDBRIEF



Tübinger Hospizdienste e.V.

Ausgabe 1 / 2019

Wir sind umgezogen!

Seit dem 25. März haben die Tübinger Hospizdienste e.V. und BOJE eine neue Adresse: wir sind ins Haus Albblick gezogen, oberhalb des Paul-Lechler-Krankenhauses und in direkter Nachbarschaft zum zukünftigen stationären Hospiz für Tübingen.



Wir freuen uns über viel Platz in unseren neuen Räumen und über die Nähe zu den Kooperationspartnern im Paul-Lechler-Krankenhaus und Tübinger Projekt. Für die großartige Unterstützung in der Vorbereitung unseres Einzuges ins Haus Albblick bedanken wir uns von Herzen bei Herrn Stäbler und seinem Team – nur so konnten die Räume so schön werden, wie sie es geworden sind.

Ganz herzlich bedanken möchten wir uns an dieser Stelle auch nochmal für viele, viele gute Jahre im Luise-Wetzels-Stift. Die Jahre im Obergeschoß des Fries-Wilhelm-Haus und die letzten drei Jahre im Haus 2 waren uns stets Heimat und ein Zuhause für die Tübinger Hospizdienste. Für die stete Unterstützung, die Nutzung der Räumlichkeiten und die Zusammenarbeit mit dem Team des Luise-Wetzels-Stifts sagen wir von ganzem Herzen



Danke!

Neuer Vorstand der Tübinger Hospizdienste e.V.

Auf der Mitgliederversammlung standen turnusgemäß Wahlen an.
Für die Periode von 2019 – 2021 im Vorstand:

Dr. Eva-Maria Mörike
Erste Vorsitzende



Dr. Wieland Gauß
Zweiter Vorsitzender



Heike Weißer
Kassenwartin



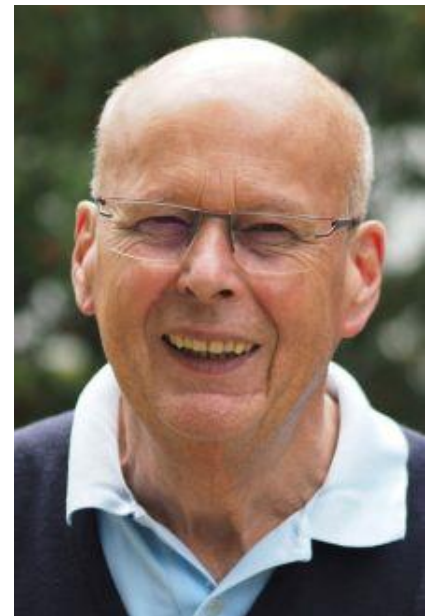
Johannes Huhn
Beisitzer



Diane Godard
Beisitzerin



**Dr. Konstantin
von Puttkamer**
Beisitzer



Neuer Vorstand der Tübinger Hospizdienste e.V. (Fortsetzung)

Edeltraud Ahlert
Beisitzerin



Dr. Martin Böker
Beisitzer



Roland Lau
Beisitzer



Sabine Schacht
Beisitzerin



Für die Bereitschaft, sich ehrenamtlich für die Belange des Vereines einzusetzen und diesen zu führen, wünschen wir allzeit gutes Gelingen und viel Freude an der verantwortungsvollen Aufgabe.

*Gutes Gelingen und ein
herzliches Dankeschön!*

Am Lebensende – begleitet, umsorgt, beschützt

Für jeden Menschen kommt die Zeit, Abschied zu nehmen. Für manche kommt der Tod unerwartet und plötzlich – für andere nach langer Krankheit oder am Ende eines langen Lebens. Der Tod begegnet jedem Menschen auf einzigartige Weise – wie auch jeder Mensch und jede Biographie einzigartig sind.

Das Zugehen auf den Tod kann für die Betroffenen und deren An- und Zugehörige eine Zeit großer Verunsicherung und Angst sein. Es tauchen viele Fragen auf. Was kann ich in diesen Wochen, Tagen und Stunden noch Gutes für den Kranken tun? Was sollte ich eher lassen? Mache ich alles richtig? Gehört die Veränderung, die ich an dem Kranken bemerke, zum „normalen“ Sterbeprozess? Was könnte noch auf mich zukommen? Bin ich den Anforderungen gewachsen? Treffe ich die richtigen Entscheidungen? Für viele dieser Fragen gibt es kein „Richtig“ oder „Falsch“. Es gibt keine allgemein gültigen Antworten oder gar Rezepte. In jeder Begleitung muss die bestmögliche Lösung für die jeweils ganz individuelle Situation gefunden werden. Dabei sind wir uns als Begleitende bewusst, dass wir nie alles wissen und erklären können, und dass jeder Sterbende den letzten Schritt alleine tun muss.

Im Bewusstsein dieser Tatsache haben die Tübinger Hospizdienste e.V. im letzten Jahr eine Broschüre zusammengestellt. Sie wendet sich an An- und Zugehörige, aber auch an Betroffene selbst. Wir möchten die Erkenntnisse, die wir haben, und unsere Erfahrungen in der Begleitung Schwerstkranker und Sterbender mit Ihnen teilen. In der Broschüre geben wir Ihnen Anregungen und Hinweise für die Begleitung und vermitteln Ihnen einen Einblick, was bei einem schwerkranken oder sterbenden Menschen geschieht, wie körperliches, psychisches, soziales und spirituelles Leiden am Lebensende gelindert werden kann. Darüber hinaus stellen wir Ihnen Angebote vor, wie Sie als An- und Zugehörige Unterstützung erfahren können. Auch nach dem Tod Ihres Angehörigen sind Sie nicht allein gelassen. Trauer ist ein wichtiger Prozess. In dieser Situation geht jeder seinen ganz eigenen Weg. Sofern dies gewünscht wird, kann der Prozess von Trauerbegleitern unterstützt werden.

Wir freuen uns, wenn diese Broschüre möglichst viele Menschen, für die sie von Nutzen sein könnte, erreicht. Sie kann gegen eine geringe Schutzgebühr über die Tübinger Hospizdienste e.V. bestellt werden.



Rückblick auf das Jahr 2018

Auf der jährlichen Mitgliederversammlung, die am 11. März 2019 stattgefunden hat, berichteten Vorstand und Hospizteam aus ihren Tätigkeiten und gaben einen Überblick über das letzte Jahr. Hier werden die Berichte kurz zusammengefasst:

In der **Erwachsenenhospizarbeit** wurden 2018 insgesamt rund 150 Menschen in Kliniken, Alten- und Pflegeheimen und Privathaushalten begleitet. In der **BOJE** wurden 19 Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden Krankheiten von den Ehrenamtlichen begleitet, sowie etwa 30 trauernde Kinder und Jugendliche. Bei den **Trauertreffs**, die seit 2014 regelmäßig stattfinden, nehmen konstant zwischen 15 und 20 Kinder und Jugendliche teil. BOJE begleitete im letzten Jahr auch drei Familien, in denen ein Elternteil schwer erkrankt ist.

2018 arbeiteten bei den Tübinger Hospizdiensten und der BOJE insgesamt 102 Menschen ehrenamtlich mit. Ein neuer **Vorbereitungskurs** mit 17 TeilnehmerInnen begann im Frühjahr 2019 und wird bis Februar 2020 laufen. Ein neuer Kurs zur Kommunikation mit Menschen mit fortgeschrittener Demenzerkrankung wird im Herbst 2019 beginnen.

Für den **Palliativgeriatrischen Beratungsdienst** der Tübinger Hospizdienste hat Tanja Frank für die Pflegekräfte der Tübinger Heime kollegiale Beratung und Vernetzungstreffen mit Fortbildungseinheiten, beispielsweise zu Themen wie „Aromapflege“ oder „Freiwilliger Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit“ angeboten. Auch Angehörige können sich an den Palliativegeriatrischen Beratungsdienst wenden, sei es bei pflegerischen, ethischen oder rechtlichen Fragen (z.B. zum Thema Patientenverfügung). Erstmals gab es ein Treffen mit Vertretern der Ambulanten Pflegedienste in Tübingen.

Der **Letzte-Hilfe-Kurs** der Tübinger Hospizdienste wurde im Jahr 2018 wieder an der Volkshochschule Tübingen angeboten. Diese Kurse sind immer gut besucht und werden auch in Zukunft einen festen Platz in unserem Terminkalender haben.

Auch im Jahr 2018 wurden die **Angebote für Trauernde** der Tübinger Hospizdienste gut angenommen: zahlreiche **Einzelgespräche** wurden geführt; in der Christophstraße findet in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis Leben e.V. einmal monatlich unser **Trauercafé** statt.

In der Begegnungsstätte Hirsch gab es wieder jeweils im Frühjahr und im Herbst für Menschen in Trauer die Möglichkeit, sich im Rahmen eines **Trauergesprächskreises** in einer festen Gruppe auszutauschen. Nach 10 Jahren des Engagements in der Trauerbegleitung haben Sigrid Goth-Zeck und Sigrun Engelmann die Gruppe im Frühjahr 2018 zum letzten Mal geleitet. Der zweite Trauergesprächskreis des Jahres fand im Herbst unter der Leitung von Ulrike Stöhrer und Karin Räth statt.

Zwei **Trauerwanderungen** wurden im vergangenen Jahr zusammen mit dem Arbeitskreis Leben e.V. angeboten. Sie haben sich als gute Gelegenheit erwiesen, Menschen in Trauer ungezwungenen Kontakt und Austausch zu ermöglichen.

In der **Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus** bieten wir in Kooperation mit der Palliativstation zweimal wöchentlich feste Begegnungszeiten für die Patienten und ihre Angehörigen an, mit der Möglichkeit zu Gesprächen mit den ehrenamtlichen Begleitern.

Derzeit gibt es Gespräche und Planungen, um auch auf der Palliativstation der CRONA-Kliniken ein solches Angebot einzurichten.

Nachdem die Baupläne für das **stationäre Hospiz** zur Genehmigung eingereicht wurden, gilt es nun auf den Startschuss für den Beginn der Bauarbeiten zu warten. Nicht nur die großzügigen Spenden aus der Weihnachtsaktion des Schwäbischen

Tagblatts werden dazu beitragen, dass ein Baubeginn nach Erteilung der Genehmigung zügig aufgenommen werden kann. Alle Beteiligten gehen davon aus, dass dies noch in diesem Jahr erfolgen wird. Derweilen werden in Gesprächen die ersten Grundsteine zu einer künftigen Zusammenarbeit von DlfÄM e.V., dem Förderverein „Ein Hospiz für Tübingen“ und den Tübinger Hospizdiensten e.V. gelegt.

Im letzten Jahr haben sich 17 Menschen dazu entschieden, unsere Arbeit als **fördernde Mitglieder** zu unterstützen. Für die ideelle und finanzielle Unterstützung bedanken wir uns bei Ihnen – ohne Sie wäre unsere Arbeit in vielen Bereichen nicht möglich. Ebenso gilt unser Dank an alle unsere **Spender** für Ihre großzügige Unterstützung.

Im vergangenen Jahr verstarben drei unserer langjährigen Mitglieder. Nach langen Jahren der Zugehörigkeit zum Verein ist es ein Abschied, der uns sehr berührt. Im Gedenken an sie bedanken wir uns für die Mitarbeit und Unterstützung.

Das Leben

Das Leben ist wie eine Fahrt mit der U-Bahn
Irgendwann, wenn er die Zeit für richtig hält,
Öffnet dir der Zugführer die Türen und du steigst ein
Anfangs bist du überfordert, du weißt nicht, wie du dich verhalten sollst
Doch du bist nicht alleine
Du beginnst, dich an deinen Mitfahrern zu orientieren
Wie sie stehen, wie sie gehen, wie sie sich verhalten
Und immer wieder öffnen sich die Türen und neue Menschen steigen ein
Manche setzen sich zu dir, erzählen dir ihre Geschichte
Sie helfen dir und sind für dich da
Andere beachten dich nicht, beleidigen dich, stellen dir ein Bein
Doch jeder von ihnen hilft dir, dich selbst zu finden
Jeder von ihnen gibt dir eine Vorlage, wie du sein willst und wie nicht
Du lernst Menschen kennen, die dir das Abteil aus einer anderen Perspektive zeigen
Sie teilen ihr Essen mit dir, trösten dich, wenn du weinst
Und dann gibt es Menschen, die dich verletzen
Sie nehmen dir deinen Sitzplatz weg
Sie treten dich, wenn du stolperst und am Boden liegst
Doch du weißt auch
Alle diese Menschen steigen wieder aus
Einige früher, manche später
Manchmal kannst du es kaum erwarten, dass die Station deines Nebensitzers kommt
Doch auch Freunde und Menschen die du lieb gewonnen hast steigen aus
Es gibt Abschnitte auf deiner Fahrt, da sitzt du ganz alleine in deinem Abteil
Du beginnst dich zu fragen, warum du hier sitzt
Und in anderen Teilen feiert der ganze Zug eine Party, jeder lacht und ist glücklich
Es ist Abend geworden, du siehst die letzten Menschen aussteigen
Und der Zug wird immer langsamer und langsamer, bis er schließlich anhält
Du den Türknopf drückst
Und aussteigst.

Jule Reuß, 16 Jahre

Aus den Hospizbegleitungen

Dankbarkeit

Es war eine dieser ganz besonderen Begegnungen, die noch lange nachklingen. Ich begleitete auf der Palliativstation einen alten Herrn, der trotz großer Schwäche und Sprechschwierigkeiten gut ansprechbar und sehr mitteilsam war. Mit strahlenden Augen berichtete er mir in den drei Stunden meines Besuches von den vielen Glücksmomenten in seinem oft auch schwierigen Leben und der großen Dankbarkeit, die ihn erfüllte. Er sprach von der Dankbarkeit gegenüber seiner Frau, seiner Familie, seinen Enkeln, den Freunden, den Nachbarn, den vielen anderen Menschen, denen er in seinen 87 Jahren begegnet war und jetzt von der Dankbarkeit gegenüber den Pflegenden.

Zwei Tage später war der alte Herr ruhig eingeschlafen. Ein „Zufall“ spielte mir ein Gedicht in die Hände, das mit schönen Worten das ausdrückt, was mir der alte Herr so freudig mitgeteilt hatte.

Selig

Selig, die Verständnis zeigen für meinen stolpernden Fuß und meine lahme Hand.

Selig, die begreifen, daß mein Ohr sich anstrengen muß, um alles aufzunehmen was man zu mir spricht.

Selig, die zu wissen scheinen, daß meine Augen trüb und meine Gedanken träge geworden sind.

Selig, die mit freundlichem Lächeln verweilen, um ein wenig mit mir zu plaudern.

Selig, die niemals sagen: „Diese Geschichte haben Sie mir heute schon zweimal erzählt“.

Selig, die es verstehen, Erinnerungen an frühere Zeiten in mir wachzurufen.

Selig, die mich erfahren lassen, daß ich geliebt, geachtet und nicht allein gelassen bin.

Selig, die in ihrer Güte die Tage, die mir noch bleiben auf dem Weg in die Heimat, erleichtern.

Johannes Huhn (Autor des Gedichts: anonym, aus Afrika?)

Information aus dem Vorstand

Nach nunmehr zehneinhalb Jahren bei den ambulanten Tübinger Hospizdiensten e.V. hat sich unsere Kollegin Ulrike Stöhrer entschlossen, sich neuen beruflichen Aufgaben zu stellen. Nachdem sie neben ihrer Tätigkeit für die Tübinger Hospizdienste e.V. nebenberuflich ein Studium und verschiedene Weiterbildungen durchlaufen hat, wird sie künftig anderen Aufgaben nachgehen und sich in einem anderen Umfeld beruflich engagieren.

Für die sehr gute Zusammenarbeit in den vergangenen Jahren bedanken wir uns von Herzen bei Frau Stöhrer. Mit ihren Qualifikationen und Lebenserfahrungen, die sie in die Arbeit und in den Austausch mit dem Team, den Ehrenamtlichen und dem Vorstand einbringen konnte, hat sie die hospizliche Arbeit in Tübingen bereichert und wird in der Tübinger Hospizarbeit stets ihren Platz haben.

Wir wünschen Frau Stöhrer auf ihrem weiteren beruflichen und privaten Weg alles Gute und viel Erfolg. Sicherlich werden sich ihre Wege auch künftig mit denen der Hospizdienste kreuzen!

Für den Verein,



Constanze Scholzgart
Geschäftsführung



Impressum

Herausgeber: Tübinger Hospizdienste e.V.
Redaktion: C. Scholzgart, K. Sahlmüller

Tübinger Hospizdienste e.V.

Begleitung Schwerkranker, Sterbender
und ihrer Angehörigen
Paul-Lechler-Straße 20
72076 Tübingen
Telefon: 07071 / 76 09 49
Fax: 07071 / 96 44 78
info@tuebinger-hospizdienste.de
www.tuebinger-hospizdienste.de

Bankverbindung:

Kreissparkasse Tübingen
IBAN DE05 6415 0020 0001 7385 84
BIC SOLADES1TUB

Wir danken für die vielen kleinen und größeren Spenden, mit denen Sie uns die Fortsetzung und den Ausbau unserer Arbeit ermöglichen.