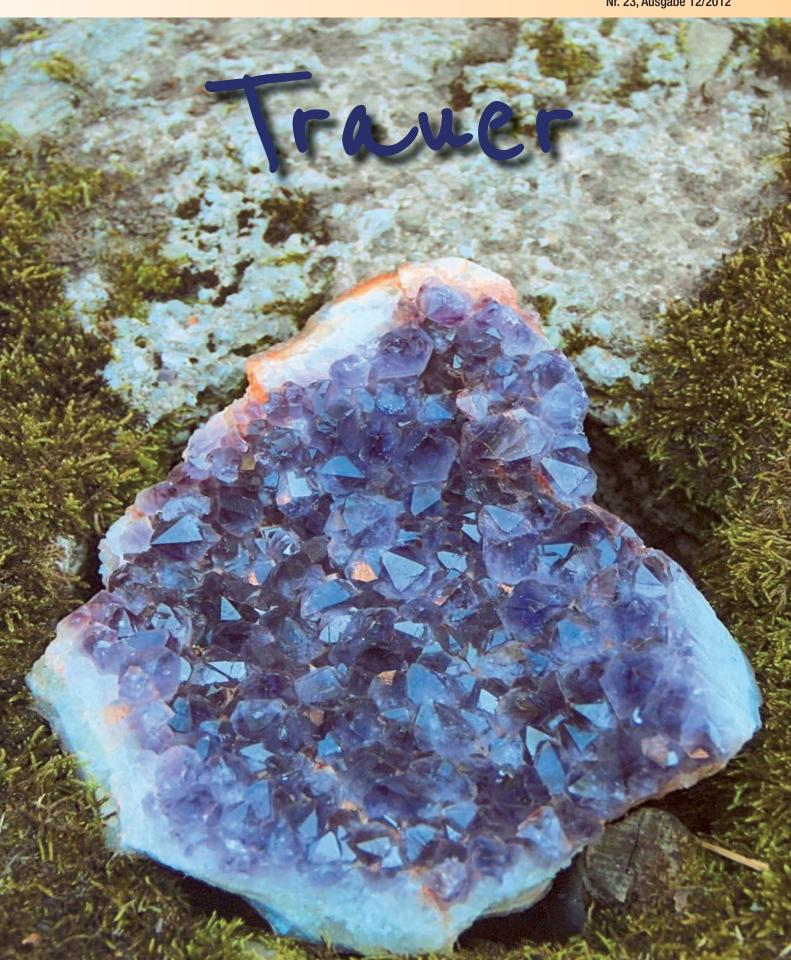


Hospizzeitung

Anna Hospizverein im Landkreis Mühldorf e.V.

Nr. 23, Ausgabe 12/2012



In eigener Sache

Liebe Leserinnen und Leser,

Schwerpunkt dieses Heftes sind die vielfältigen Aspekte der Trauer.

Wir informieren Sie über unsere Angebote zur Begleitung von Hinterbliebenen.

In offenen Trauergruppen begleitet der Anna Hospizverein im Landkreis Mühldorf e.V. Menschen in Trauersituationen. Hier finden Sie Zeit und Raum, um über Ihre Gefühle und Gedanken in Zeiten der Trauer zu sprechen und sich mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, auszutauschen.

Wir haben auch Trauergruppen für Kinder und, wo nötig, bieten wir Einzelbegleitung an.

Wir geben Eltern von Kindern, die vor oder gleich nach der Geburt gestorben sind, auf den Friedhöfen von Mühldorf und Waldkraiburg einen Ort des Gedenkens.

Das nächste Heft im Mai 2013 wird den Schwerpunkt "Vorsorge" haben.

Wir haben uns über Beiträge von Ihnen gefreut, die wir in diesem Heft abdrucken und möchten Sie ermuntern, uns weiter zu unterstützen.

Für die Redaktion Rolf Emmerich



Inhaltsverzeichnis

- Seite 3 Vorwort des 1. Vorsitzenden
- Seite 4 Kein Leben ist ohne Trauer
- Seite 6 Trauerhilfe; Buchtipp
- Seite 7 Leere Wiege
- Seite 8 Grab- und Gedenkstätten
- Seite 9 Gedanken einer Mutter
- Seite 10 Trauerbewältigung
- Seite 11 Impressum
- Seite 12 In der Kindertrauergruppe
- Seite 13 Männer reden über Tod und Sterben
- Seite 14 Gedenkfeier -

Der Weg geschieht

- Seite 15 2000. Mitglied Einladung zur Mitgliederversammlung
- Seite 16 Jeder Mensch hat das Recht...
- Seite 17 Aus dem Verein
- Seite 18 Der Versehgang Danke
- Seite 19 Terminvorschau

Liebe Mitglieder und Freunde des Anna Hospizvereins!

Schon wieder geht ein Jahr dahin...
Wir - das sind der Anna Hospizverein, die "Ambulante Hospiz- und PalliativBeratung" (AHPB) und die "Spezialisierte Ambulante PalliativVersorgung"(SAPV) - haben uns im neuen Hospiztreff längst eingelebt. Unser Treffpunkt ist ein "Begegnungszentrum" geworden, das sogar manchmal überzuquellen droht.

In diesem Jahr konnten wir unsere Arbeitsbereiche stabilisieren und besonders das Hospizangebot und die SAPV weiter ausbauen. An einer gemeinsamen, stabilen Palliativversorgung für die Landkreise Mühldorf, Altötting und Rottal-Inn wird intensiv gearbeitet.

Ich möchte vor allem dankbar feststellen, dass die Hospizidee von den Bürgern unseres Landkreises immer mehr angenommen wird, was sich sowohl an den steigenden Mitgliederzahlen - mehr als 2000! –als auch an den vielen Kontakten zeigt, die wir mit Menschen "in schwerer Lebenszeit" haben.

Viele Bürger haben uns wieder finanziell unterstützt und der Erlös etlicher (Benefiz-) Veranstaltungen wurde uns gewidmet. Dafür sei nochmals allen Spendern aufrichtig gedankt!

In diesem Jahr konnten unsere Mitarbeiter wieder vieles in Angriff nehmen. So wurde erneut ein Kurs zur Ausbildung als Hospizbegleiter erfolgreich durchgeführt. Vierzehn neue BegleiterInnen haben sich für die ehrenamtliche Hospizarbeit ausbilden lassen und sie konnten bereits eingesetzt werden. Alle Hospizbegleiter sind eingebunden in die regelmäßigen Supervisionen, Einkehr- und Strukturtage. Viele beteiligten sich bei der landkreisweiten Aktion zur Verbreitung der "Charta für Schwerkranke und Sterbende" am 13. Oktober, dem Welthospiztag, der insgesamt recht gut angenommen wurde.

In diesem Jahr haben wir die Begleitung von Menschen in Trauer vermehrt angeboten und wir wollen dieses Angebot in Zukunft noch intensivieren. Ebenso soll die in den fünf großen Gemeinden des Landkreises angebotene Vorsorgeberatung, die immer mehr be-



sucht wird, noch weiter ausgebaut werden.

Seit diesem Jahr können wir eine voll anerkannte Ausbildung zur Palliativfachkraft anbieten! Ein Großteil Ihrer Spenden ist auch in diesem Jahr für die Fort-, Weiter- und Ausbildung unserer Mitarbeiter verwendet worden.

Ich möchte an dieser Stelle allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitern, den Koordinatorinnen, den Leiterinnen der Trauergruppen, den Leitern der Vorsorgeberatung, den KollegInnen im Vorstand und nicht zuletzt den Damen im Büro und den anderen Bereichen für die einvernehmliche Zusammenarbeit, für den persönlichen Einsatz und die Treue zum Verein danken!

Am Montag, 25. Februar 2013, findet die nächste Mitgliederversammlung des Anna Hospizvereins mit Neuwahlen zum Vorstand statt. Bitte beachten Sie die Einladung auf Seite 15.

Seit dem Wechsel des Redaktionsteams ist dies die dritte Ausgabe unserer Hospizzeitung. Dem Team möchte ich für sein Engagement vielmals danken.

All unseren Lesern möchte ich von Herzen ein friedliches Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr 2013 in Gesundheit wünschen!

H. Norah

1.Vorsitzender

Kein Leben ist ohne Trauer

Wir wissen alle um die Endlichkeit des Lebens. In unserer Gesellschaft sind die Themen Tod und Trauer jedoch weitgehend aus unserem Leben verbannt. Wir tun alles, um uns nicht damit befassen zu müssen, da sie uns Angst machen.

In Deutschland sterben jedes Jahr mehr als 800.000 Menschen. Der Tod entreißt den Angehörigen einen geliebten Menschen.

Für uns ist es eine dramatische Erfahrung: Wir werden in unserer gesamten Existenz erschüttert. Es ist der Augenblick, der das Leben für viele in ein Davor und ein Danach teilt. Der Alltag gerät aus den Fugen.



Das Gefühl, das uns hilft, diese schmerzhaften Erfahrungen zu bewältigen, ist die Trauer.

Trauer ist keine Krankheit; sie ist eine intensive, schmerzhafte, normale und natürliche Reaktion. Die Trauer ist die Antwort der Seele auf den Verlust eines geliebten Menschen.

Trauer ist lebensnotwendig und heilend zugleich.

Neben dem Tod gibt es noch viele andere Verlusterfahrungen, die Menschen trauern lassen: Scheidung, Verlust von Heimat oder von körperlicher Unversehrtheit, Tod eines geliebten Haustieres usw.

Der Tod eines geliebten Menschen wird subjektiv sehr unterschiedlich erlebt und verarbeitet.

Das hängt von verschiedenen Faktoren ab, z.B. von der Intensität der Beziehung zum Verstorbenen, von der Todesart, von der Persönlichkeit der Trauernden und ihren bisherigen Verlusterfahrungen.

Die Schweizer Psychologin Verena Kast, entwickelte durch die Beobachtung Trauernder ein Modell von Trauerphasen. Nahezu alle Menschen durchlaufen in ihrer Trauer diese vier verschiedenen Phasen:

Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens

(Todesnachricht)

Schock, Verzweiflung, Hilf- u. Ratlosigkeit stellt sich ein, das Geschehene wird verleugnet oder noch nicht erfasst.

Phase der aufbrechenden Emotionen

(Trauerschmerz)

Ein Wechselbad an Gefühlen wird erlebt wie Schmerz, Wut, Angst, Verzweiflung, Schuldgefühle, Suche nach Schuldigen, aber auch Dankbarkeit, Erleichterung.

Phase des Suchens und sich Trennens

(Erinnerung und Abschied)

Gefühle tiefer Sehnsucht, Einsamkeit und Verzweiflung entstehen, oft intensive Träume. Der Verstorbene wird in Räumen, in Menschen, die dem Verstorbenen ähnlich sind, gesucht. Erinnerungen und Gedanken kreisen um den Verlust. Allmählich wird der Verlust akzeptiert.

Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs

(Der Weg ins Leben)

Der Trauernde orientiert sich neu und wendet sich wieder der Welt zu. Rückfälle in frühere Phasen sind möglich.

Jedoch kann es in jeder Phase für den Trauernden auch zu Komplikationen kommen.

Der Anna Hospizverein, Kirchen und Soziale Einrichtungen bieten Hinterbliebenen in ihrer Trauer Hilfe und Unterstützung an.

Verluste, die als massiv und sehr schwer erlebt werden und die eventuell auch einer psychotherapeutischen Begleitung bedürfen:

- Tod eines Kindes
- Traumatische Umstände beim Tod eines geliebten Menschen: Unfall, Tod durch Gewalt, Zugunglück, Flugzeugabsturz, usw.
- Suizid
- Trauerfälle innerhalb kurzer Zeit
- Der Verlust eines Elternteils oder beider Eltern im Kindes- und Jugendalter

Ein Schema für den Ablauf der Trauerphasen gibt es nicht. Der Trauernde durchläuft diese Phasen oft mehrfach, wechselhaft, auch oft mit Stillstand und scheinbarer Ausweglosigkeit – wie in einem Labyrinth



Der Hinterbliebene sucht einen Weg, mit dem Verlust leben zu können, ihn als Teil seiner Lebensgeschichte anzuerkennen – einen Weg, der ihn wieder in ein seelisches und körperliches Gleichgewicht gelangen und auch wieder in die Zukunft blicken lässt.

Marianne Hammerath, Antonia Stehr, Trauerbegleiterinnen im Anna Hospizverein

Memento

Vor meinem eignen Tod ist mir nicht bang,
Nur vor dem Tode derer, die mir nah sind.
Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?
Allein im Nebel tast ich todentlang
Und lass mich willig in das Dunkel treiben.
Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.
Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr;
— Und die es trugen, mögen mir vergeben.
Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,
Doch mit dem Tod der andern muss man leben.

(1907 -1975 Mascha Kaléko)

Die Trauer ist der Trauernden einziger Trost

(Robert Hammerling, 1830 - 1889)

Man kann nicht "richtig" oder "falsch" trauern, sondern jeder Mensch trauert so, wie es ihm entspricht. Lassen Sie den Trauernden nicht alleine. Jeder Mensch kann Trost spenden, einem Trauernden zuhören, ihn in den Arm nehmen.

Helfen Sie dem Trauernden seinen Tagesrhythmus aufrecht zu erhalten. Übernehmen sie alltägliche Besorgungen und lassen Sie ihn nicht allein.

Lassen sie Gefühlsausbrüche zu und nehmen Sie am Erleben und Erinnern des Trauernden Anteil. Seien Sie geduldig, unterstützen Sie bei Ansätzen der Neuorientierung und begrüßen Sie Veränderungen im Beziehungsnetz des Trauernden ohne die Sensibilität für Rückfälle zu verlieren.

Was ist keine Hilfe für Trauernde – womit sollte man vorsichtig sein:

Trauernde haben oft nicht die Kraft Kontakte aufrecht zu erhalten oder Einladungen anzunehmen. Gehen Sie auf den Trauernden zu.

Weisen Sie den Trauernden nicht zurecht, denn nur der Trauernde weiß um die Schwere seines Verlustes. Werten Sie nicht. Seien Sie vorsichtig mit Sätzen wie "Es hätte schlimmer kommen können …".

"Ich weiß, wie Du dich fühlst…" Sagen Sie nicht, dass Sie den Schmerz des Trauernden kennen, weil jeder Schmerz für den Trauernden einzigartig ist. Keiner kann den Schmerz eines Anderen gänzlich nachvollziehen.

Spenden Sie keinen falschen Trost wie "Sie sind noch jung…, Sie werden wieder heiraten…, Sie können noch weitere Kinder bekommen…" Die Aussicht auf die Zukunft vermag den aktuellen Schmerz nicht zu lindern. Menschen sind nicht austauschbar; der Hinterbliebene trauert um die Person, die gegangen ist. Versuchen Sie nicht, die notwendige Trauer zu verringern durch den Vorschlag, den Verlust auszugleichen.

Antonia Stehr, Trauerbegleitung

Unser Buchtipp



Die Hütte

Vor Jahren ist Mackenzies jüngste Tochter verschwunden. Ihre letzte Spur hat man in einer Schutzhütte im Wald gefunden, nicht weit vom Camping-Ort der Familie. Vier Jahre später, mitten in seiner tiefsten Trauer, erhält Mackenzie eine rätselhafte Einladung in diese Hütte. Ihr Absender ist Gott. Trotz seiner Zweifel lässt Mackenzie sich auf diese Einladung ein. Eine Reise ins Ungewisse beginnt. Was er dort findet, wird Macks Welt für immer verändern.

Leere Wiege - Bericht einer Begleitung

Vor kurzem klingelte bei mir das Telefon. In der Leitung war das Mühldorfer Krankenhaus, die Entbindungsstation.

Mir wurde mitgeteilt, dass auf der Station eine schwangere junge Frau liegt, deren Kind keine Lebenszeichen mehr gibt. Sie war in der 34. Schwangerschaftswoche und sollte einen Buben bekommen. Noch am Vorabend hatte sie die Kindsbewegungen gespürt und nun war auf einmal alles anders. All ihre Hoffnungen, Wünsche, Zukunftspläne zusammen mit ihrem Kind waren von einem Tag auf den anderen zerplatzt.



Michela Süß/pixelio.de

Ich wurde gebeten, die junge Frau zu besuchen, um ihr in diesen schweren Stunden mit Rat beizustehen. In den meisten Fällen wollen die traurigen Eltern von mir wissen, wie es nach der Geburt des toten Babys weiter gehen soll. Für viele Eltern ist es in dieser schwierigen Situation wichtig, sich auch auf einer sachlichen Ebene zu unterhalten.

Die Schwangere hatte bereits Wehenmittel verabreicht bekommen, um eine natürliche Entbindung einzuleiten. Es ist für die werdende Mutter schon eine extreme seelische Belastung, dass das Kind, auf das man sich so sehr gefreut hatte, nun tot im Bauch liegt. Dazu kommt dann noch die körperliche Strapaze, die eine Geburt mit sich bringt.

Der Kindsvater stand seiner Frau in dieser schweren Stunde liebevoll zur Seite.

Auch für mich ist es immer wieder ein emotionaler Besuch, wenn ich die große Traurigkeit und Fassungslosigkeit der Eltern miterlebe. Manchmal kann auch ich meine Tränen nicht zurückhalten, wenn ich die große Betroffenheit der Eltern spüre.

Die Schwestern und Hebammen der Station kennen diese Nöte und versuchen, den Betroffenen sensibel beizustehen.

Ich nannte die Möglichkeiten der Bestattung des Säuglings. In Mühldorf und in Waldkraiburg stehen den verwaisten Eltern Grabstätten für nichtlebensfähige Kinder zur Verfügung.

Diese werden vom Anna Hospizverein betreut. Zu den Fragen zur Bestattung gehört auch, ob die Eltern das Kind mit kirchlichem Beistand bestatten wollen.

Um den Eltern den schmerzhaften Weg zum Bestatter abzunehmen, bot ich an, den Kontakt zum Bestatter herzustellen. Ebenso konnte ich anbieten, dass für das beerdigte Kind dessen Name auf der Gedenktafel an der Mühldorfer Grabstätte angebracht werden kann.

So haben die verwaisten Eltern die Möglichkeit, ihr Kind würdevoll bestattet zu wissen und haben einen Ort, an dem sie ihm nahe sein können.

Nachdem ich alle notwendigen Fragen geklärt hatte, habe ich mich von den Eltern verabschiedet. Ich konnte ihnen nur noch viel Kraft für den bevorstehenden Weg wünschen.

Mir wird nach einem solchen Besuch immer wieder deutlich, dass es keine Selbstverständlichkeit ist, gesunde Kinder zur Welt bringen zu dürfen.

Johanna Unterreithmeier, Hospizbegleiterin

Wenn der Tod am Anfang steht

Ein Kind vor oder kurz nach der Geburt zu verlieren, ist eines der schwersten Schicksale, das Eltern treffen kann.

Mit dem Beginn einer Schwangerschaft sind Vorfreude, Wünsche und Lebenspläne verknüpft, die sich mit dem Verlust des Kindes in Trauer, Schmerz und Ohnmacht verwandeln.

Der Umgang und die Verarbeitung dieser Gefühle sind etwas sehr Persönliches. Jeder trauert anders.

Wir möchten Ihnen beim Abschied von dem jungen Leben beistehen und Ihnen in Ihrer Trauer Unterstützung anbieten.





Mühldorf

Waldkraiburg

Leere Wiege

Uns ist es ein besonderes Anliegen, die Würde des verstorbenen Kindes zu achten und zu erhalten.

Wir möchten Sie ermutigen, von Ihrem Kind bewusst Abschied zu nehmen und es unabhängig von seiner Entwicklung an einem würdevollen Ort zu beerdigen.

Wir bieten auf dem Mühldorfer Nordfriedhof oder dem Waldkraiburger Waldfriedhof eine besondere Gedenk- und Grabstätte an. Es können dort auch kleine Namensschilder angebracht werden.

Für einen familiären Rückzugs- und Ruheort steht das Wohnzimmer der Palliativeinheit auf der Station 3.1 der Mühldorfer Klinik zur Verfügung.

Des Weiteren versuchen wir Ihnen in dieser schweren Zeit durch Gespräche, Trauerbegleitung und Kontaktaufnahme mit Kirchengemeinden und Bestattungsinstituten zur Seite zu stehen.

Beratung und Hilfe

Klinikseelsorger Martin Kuhn

Tel: 08631 613-4774

Familientherapeutin Irmgard Eichler

Tel: 08631 613-4772

Donum Vitae

Weißgerberstr. 7 • 84453 Mühldorf

Tel: 08631 130 55

www.donum-vitae-muehldorf.de

Selbsthilfegruppe

Leere Wiege im Hospizverein in Altötting

Barbara und Peter Ehnes Kettelerstr. 26 • 84503 Altötting

Tel: 08671 4173

Verwaiste Eltern München e.V.

St. Wolfgangs-Platz 9 • 81669 München

Tel: 089 48088990

www.verwaiste-eltern-muenchen.de

www.veid.de

Du warst ein Kind der Hoffnung.
Unsere Liebe umhüllte dich,
unsere Phantasie schmückte dein Leben aus.

Du warst ein Kind der Freude.
Wie eine Blüte ging unser Herz auf,
denn wir erwarteten dich voll Sehnsucht.

Du warst ein Kind des Lebens. Wir wollten Liebe weitergeben und uns selbst beschenken lassen.

Du bleibst unser Kind.

Doch du bist ein Kind der Sehnsucht,
das zu einem Kind der Trauer wurde.

Du hast sie nicht gesehen, den Sonnenglanz und die Mondsichel. Du hast nicht in unsere leuchtenden Augen geschaut.

Nun aber siehst du das Licht, das strahlende, wärmende Licht der Liebe Gottes. Auch du wohnst im Hause Gottes, wo viele Wohnungen sind.

Du bist gesegnet, du Kind der Hoffnung, der Freude des Lebens. Und mit dir ist gesegnet unsere Trauer um dich, du Kind bei Gott.

(Gedanken einer verwaisten Mutter)

Trauerbewältigung nach unvorbereiteten Todesfällen

Seit sechs Jahren arbeite ich als Diplom-Sozialpädagogin und Familientherapeutin beim Anna Hospizverein in Mühldorf.

In diesen Jahren durfte ich vielen Familien mit schwerstkranken Angehörigen dabei helfen, in Würde und möglichst in Frieden voneinander Abschied zu nehmen. Diese Art von Abschied ist – wie jeder - immer auch schmerzhaft, aber vorbereitet.

Im Gegensatz dazu gibt es Todesfälle, die die Angehörigen völlig unvorbereitet treffen: Suizid, tödliche Verkehrs- oder Berufsunfälle, Mord, Sekundentod, Tod eines ungeborenen Kindes usw.

Wer mit so einem plötzlichen, unerwarteten Todesfall konfrontiert ist, hat immer das Gefühl, etwas versäumt zu haben: ein letztes liebes Wort, eine liebevolle Geste, ein Dank, ein Verzeihen, eine Frage.

Diejenigen, die das Glück hatten, in ihrem ersten Schock von einem Kriseninterventionsteam betreut worden zu sein, wurden zumindest darin unterstützt, sich von ihrem toten Angehörigen bewusst zu verabschieden – im wahrsten Sinne des Wortes den Tod zu begreifen, indem sie den Toten anschauen, ihn in den Arm nehmen, ihm etwas sagen, was ihnen am Herzen liegt.

Wie hilfreich das für die Trauerbewältigung ist, habe ich immer wieder erfahren. Es sollte bei allen plötzlichen Todesfällen die Regel sein, dass die Krisenintervention hinzugezogen wird.

In meiner Arbeit mit Angehörigen, die einen geliebten Menschen völlig unvorbereitet nicht mehr haben, stellt sich vor allem die Frage:

"Was ist veränderbar, um das Unveränderbare zu ertragen?"

Als Erstes ist es notwendig, zuzuhören, den Betroffenen die Gelegenheit zu geben, all das auszusprechen, was sie beschäftigt. Viele befinden sich in einem Schockzustand, in dem sie wie erstarrt sind.

Es ist meine Aufgabe, dazu beizutragen, diese Erstarrung behutsam zu lösen.

Beim Suizid eines Angehörigen treten ganz oft Schuldgefühle in den Vordergrund: "Was habe ich übersehen? Wie hätte ich es verhindern können?" Es ist zwar Tatsache, dass es auch mit der größten Aufmerksamkeit und Anstrengung nicht gelingen kann, jemanden, der entschlossen ist, aus dem Leben zu scheiden, daran zu hindern, aber ein wirklicher Trost ist es dennoch nicht.

Und darum kann es in einer Beratung auch nicht gehen. Ich kann jemanden, der einen geliebten Menschen verloren hat, nicht trösten. Ich kann ihm nur dabei helfen, Wege zu finden, mit dieser Trostlosigkeit umzugehen – in seinem eigenen Tempo, mit seinen Möglichkeiten, auf seine ganz individuelle Art. Dabei gibt es kein "richtig" oder "falsch", kein "man muss" oder "man kann doch nicht…" Nur das, was dem Betroffenen gut tut, zählt.

Es kann hilfreich sein, nach einem geeigneten Abschiedsritual zu suchen, einen Gedenkplatz in der Wohnung einzurichten, eigene Kraftquellen zu finden, sich die eigenen Ressourcen bewusst zu machen und zu schauen, wer im Bekanntenkreis unterstützen und helfen kann, ohne damit überfordert zu sein.

Viele Menschen fühlen sich ganz unsicher, wenn sie Trauernden begegnen und flüchten in ihrer Hilf- und Ratlosigkeit auf die andere Straßenseite. Trauernde fühlen sich dadurch "wie Aussätzige", denen man aus dem Weg geht.

Eine Mutter, deren Sohn bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen war, empfand es als sehr wohltuend, als sie von einer Nachbarin direkt angesprochen wurde: "Wissen Sie, ich weiß gar nicht wie ich mich Ihnen gegenüber verhalten soll, ich wollte Ihnen nur sagen, dass ich für Sie da bin, wenn Sie es möchten." Mehr braucht es nicht in diesem Moment.

Zu wissen, es gibt Menschen, die einem die Hand reichen und einen mit offenen Armen auffangen, wenn man zu fallen droht, ist so beruhigend, dass dieser Notfall oft gar nicht eintritt.

Respekt, Wertschätzung und Zuneigung, ohne Vorschriften und Vorstellungen, wie "man" zu trauern hat, sind die größte Hilfe.

Eine Mutter, deren Sohn sich erhängt hatte, sagte: "Sie werden mich jetzt für verrückt halten, aber ich bin froh, dass er nicht bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen ist, so weiß ich wenigstens, dass es sein Wunsch war, zu sterben."

Es gibt keine verrückten Bewältigungsstrategien mit unerträglichem Leid umzugehen. Es gibt aber leider Mitmenschen, die glauben, etwas be- oder verurteilen zu können, wovon sie nicht die blasseste Ahnung haben.

Den Wunsch eines geliebten Menschen zu respektieren, auch wenn dessen Erfüllung noch so schmerzlich für einen selbst ist, ist bedingungslose Liebe.

Vor der kann ich mich nur mit größter Hochachtung verneigen.

Irmgard Eichler



Impressum:

Die Hospizzeitung erscheint zweimal jährlich und wird herausgegeben vom Anna Hospizverein im Landkreis Mühldorf e. V. Redaktion: Sabine Brantner, Annegret Braun, Lilo Dworzak, Irmgard Eichler, Antonia Stehr,

Verantwortlich für die Redaktion: Rolf Emmerich

Druck: Lanzinger, Oberbergkirchen,

Fotos: Titel und Rückseite Irmgard Seidl; Seiten 4, 11, 13 Emmerich; Seite 15 Dworzak; Seite 17 Antje Jurek Die nächste Ausgabe der Hospizzeitung ist für Mai 2013 vorgesehen. Redaktionsschluss: 31.03.2013

Anna Hospizverein im Landkreis Mühldorf e. V., Krankenhausstr. 1a, 84453 Mühldorf

Tel.: 08631 / 18 57 - 0; Fax: 08631 / 18 57 - 200; Email: info@annahospiz.de Internet: www.annahospiz.de

Kreissparkasse Mühldorf, Kto.-Nr. 933 093, BLZ 711 510 20; Raiffeisenbank Waldkraiburg, Kto.-Nr. 131 0518, BLZ 710 610 09

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder.

Ein Nachmittag in der Kindertrauergruppe

Eine kleine Gruppe von Mädchen und Jungen im Alter von 6 – 11 Jahren trifft sich in einem geschützten Raum und versucht miteinander Antworten auf ihre Fragen zu finden. Geschulte Kindertrauerbegleiterinnen ermutigen sie, ihre Gefühle durch Malen, Spielen und Singen auszudrücken.

"Schau, schau Oma, was ich heute gebastelt habe. Es ist ein Stein mit Blumen. Den leg ich Mama aufs Grab".

So empfängt Daniel (Name geändert) seine Oma. Sie holt das Geschwisterpaar von der Kindertrauergruppe ab. Im selben Augenblick wischt sich Oma die immer wiederkehrenden Tränen aus dem Gesicht und erfreut sich über den herzlichen Empfang.



Edith (Name geändert) schmiegt sich bei der Oma an und möchte Ihr vom heutigen Nachmittag berichten.

Sie führt Oma zum Stuhlkreis und zeigt Ihr die so liebevoll angelegte Mitte. Sie zeigt Wege mit verschiedenen kleinen Steinchen, Tieren, Bäumen und Sträuchern. Leider noch keine Blumen, die haben wir heute auf große Steine mit einer bestimmten Technik angebracht.

An der Seite steht die Klangschale. Wenn wir im Kreis sitzen und wir hören ihren Klang, dann wissen wir, jetzt geht die Stunde los. Übrigens meistens mit einer Meditation, extra für Kinder.

"Nun, bist Du neugierig, was dieses kleine Holzherz zu bedeuten hat? Es ist ein Handschmeichler. Wer was erzählt in der Gruppe, hat ihn in der Hand, und die anderen hören zu." Hier kommt Oma zu Wort, indem Sie meint: "Das könnten wir zuhause auch ausprobieren".

"Oma komm, ich zeige Dir unser Zeichnungen: Wege nichts als Wege."

Jedes Mal, wenn wir uns trafen, kamen neue Zeichnungen dazu. Das hat richtig Spaß gemacht.

"Schau, Oma", sagt Daniel, " Du siehst hier eine Sonne und viele Strahlen am Boden liegen. Die Strahlen sind aus gelbem Krepppapier geschnitten, das darf ich immer übernehmen. Und weißt Du für wen die kleinen Kerzen brennen? Ich sag's Dir: Jedes Kind, das hier in der Gruppe ist, hat einen ganz lieben und wichtigen Menschen verloren, wir, ich meine Edith und ich die Mama, andere den Papa, wieder andere die Oma.

Und darum die Sonne, die Sonnenstrahlen und die Kerzen. Am schönsten sind unsere Grüsse nach Drüben! Du, das machen wir mit Seifenblasen. Ja so machen wir es in unserer Gruppe.

Es gibt auch eine Brotzeit! Oh, da schmeckt es uns! Immer gibt es Kekse und trinken können wir soviel wir wollen.

Oma, und wenn dann die Stund zu Ende geht, hören wir immer noch eine spannende Geschichte. Da vergeht die Zeit viel zu schnell. Wir helfen noch ein bisschen mit beim Aufräumen und dann werden wir abgeholt.

Ehrlich gesagt, ich freue mich schon auf das nächste Mal, denn hier kann ich sagen, wie mir zu Mute ist."

Daniel und Edith hängen sich bei der Oma ein und sind froh, dass es sie gibt.

Martha Miedl, Trauerbegleiterin

Männer reden über Tod und Sterben

Gesprächskreis für Männer – ein Angebot des Anna Hospizvereins

"Jetzt ist innerhalb von kurzer Zeit ein naher Freund gestorben. Und ich stehe dann da und weiß nicht, was ich sagen soll." Diese oder ähnliche Aussagen eines 52-Jährigen waren es, die mich in den letzten Monaten nachdenklich gemacht haben.

Im Gespräch mit unserem Seelsorger Martin Kuhn ist schließlich die Idee entstanden, gemeinsam einen offenen Gesprächskreis für Männer unter dem Dach des Anna Hospizvereins anzubieten.



Es gibt kaum Räume in unserer Gesellschaft, wo wir uns mit dem notwendigen Schutz dem schwierigen Thema nähern können. Das klassische Rollenverständnis ist auch in der heutigen Zeit tief verwurzelt: Männer sind stark, haben für alles eine Lösung, Hilf- und Ratlosigkeit zuzugeben darf nicht vorkommen. Wenn wir mit dem Tod und Sterben naher Menschen konfrontiert werden, gehen viele biografische Erlebnisse in Resonanz und wir werden unmittelbar mit unserer eigenen Endlichkeit konfrontiert.

Von anderen zu hören, dass sie ähnliche Gedanken haben und ähnliche Gefühle erleben, kann helfen, sich auf eigene Weise dem Thema zu nähern.

Konkrete Erlebnisse von Teilnehmern, Buch- und Filmausschnitte und Erfahrungen aus unserer täglichen Praxis in der Begleitung von schwerkranken Menschen und ihren Familien, sind mögliche Inhalte unserer Treffen.

Mit unserer langjährigen Erfahrung als Klinikseelsorger und Palliativmediziner geben wir den Rahmen für unseren Gedankenaustausch. Durch den offenen Charakter der Gruppe können die Teilnehmer bei den monatlichen Treffen variieren.

Josef Hell

Termine

Mittwoch, 19. Dezember 2012 19.00 – 20.30 Uhr Mittwoch, 16. Januar 2013 19.00 – 20.30 Uhr Mittwoch, 20. Februar 2013 19.00 – 20.30 Uhr Mittwoch, 20. März 2013 19.00 – 20.30 Uhr Mittwoch, 17. April 2013 19.00 – 20.30 Uhr

Leitung Josef Hell, Palliativmediziner, Martin Kuhn, Klinikseelsorger Ort

Anna Hospizverein

Im Ärztehaus an der Kreisklinik Mühldorf

Krankenhausstr. 1a, 3. OG, 84453 Mühldorf

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter:

08631/1857-0

Die Gedenkfeier des Anna Hospiz Mühldorf

Die Mitarbeiter des Hospiz- und Palliativteams begleiten schwerstkranke und sterbende Menschen und ihre Angehörigen. Nach dem Tod der Patienten durchleben die Angehörigen und Nahestehenden eine schwere Zeit des Abschiednehmens, der Trauer, des Gedenkens. Auf Wunsch werden sie dabei von den Mitarbeitern des Anna Hospizvereins unterstützt, in persönlicher Trauerbegleitung und verschiedenen Trauergruppen. Ein wichtiges Ritual des Abschiednehmens ist für die Angehörigen, aber auch für die haupt- und ehrenamtlichen Begleiter, die dreimal jährlich stattfindende Gedenkfeier im Pfarrheim Ampfing.

Diese Feier wird von der Einsatzleitung, dem Klinik-Seelsorger und ehrenamtlichen Begleitern liebevoll vorbereitet und von verschiedenen Seelsorgern des Landkreises spirituell begleitet. Unterschiedliche Musikgruppen und Chöre verleihen unserer Feier einen würdigen Rahmen, wofür ihnen unser großer Dank gebührt.

Im Anschluss an die Feier nehmen Angehörige und Mitarbeiter des Anna Hospizvereins sehr gerne die Gelegenheit wahr, sich in persönlichen Gesprächen an die oft sehr persönlichen Begegnungen mit den Verstorbenen zu erinnern.

Der Weg geschieht

Angst
Kampf und Rebellion
Verzweiflung
Ohnmacht
Schmerz
sind unausweichlich da

sie wollen Schritt für Schritt durchlebt durchlitten und erfahren sein

der Weg geschieht an uns

verbunden in der Not erwachsen Kräfte aus des Himmels Haus

die Hilfe ist gewiss von allen Seiten bietet sie Berührung an empfindet achtet teilt das Leid

und zärtlich, stark von Mensch zu Mensch wächst Liebe über allen Tod hinaus

Almut Haneberg

Der Anna Hospizverein begrüßt sein 2000. Mitglied

Der Anna Hospizverein ist seit 17 Jahren aktiv, um Menschen in schwerer Lebenszeit zu begleiten. Er ist eine Bürgerbewegung und will den Hospizgedanken der Begleitung zu den Menschen tragen. Die Bürger des Landkreises Mühldorf kennen seit Jahren ihren Hospizverein und schätzen seine Tätigkeit: Die Versorgung von Menschen mit schweren, unheilbaren Leiden, die Begleitung von Menschen in großer Trauer, die Beratung bei schweren gesundheitlichen Krisen und Entscheidungen sowie die Vorsorgeberatung.



Nach 12 Jahren, im Jahre 2007, wurde bereits das 1000. Mitglied begrüßt und nur fünf Jahre später konnten jetzt der Vorsitzende Dr. Hans Dworzak und die von Anfang an im Hospizverein aktive Waldkraiburgerin Martha Miedl das 2000. Mitglied, Herrn Günther Beck, Unternehmer aus Waldkraiburg, zur runden Mitgliedschaft beglückwünschen und ihm für seinen Entschluss, dem Verein beizutreten, danken.

Damit dürfte der Anna Hospizverein als ländlicher Hospizverein deutschlandweit die meisten Mitglieder vorweisen.

Dr. Hans Dworzak

Herzliche Einladung zur Mitgliederversammlung mit Neuwahlen am Montag, 25. Februar 2012 um 19.00 Uhr

im Pfarrsaal St. Peter und Paul, Kaiser-Ludwigstr. 15, 84453 Mühldorf am Inn

Tagesordnung:

- 1. Besinnung
- 2. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden, Feststellung der Beschlussfähigkeit
- 3. Bericht des 1. Vorsitzenden
- 4. Berichte des Hospizteams und des Palliativteams (Anna Hospiz GmbH)
- 5. Einrichtung einer "zeitintensiven Pflege"
- 6. Bericht d. Kassiers:

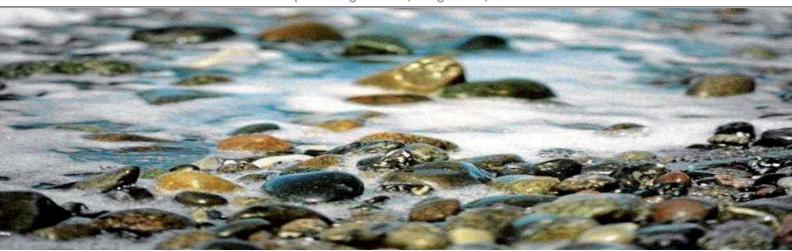
Wirtschaftliche Lage, Jahresrechnung 2012, Haushaltsplan 2013

- 7. Bericht der Revisoren
- 8. Abnahme der Jahresrechnung und Entlastung des Vorstands
- 9. Neuwahlen:
 - a) 1. Vorsitzender, b) 2. Vorsitzender, c) Kassier, d) Schriftführer, e) 3 Beisitzer
 - f) Kassenprüfer
- 10. Verschiedenes, Wünsche und Anträge

Dr. Hans Dworzak, 1. Vorsitzender

Margret Schneider 2. Vorsitzende

Kargnet Schneider



"Jeder Mensch hat das Recht auf ein würdevolles Sterben"

Charta zur Betreuung schwerstkranker Menschen und Welthospiztag 2012

Im Herbst 2010 wurde die "Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland" verabschiedet und der Öffentlichkeit vorgestellt. In der Charta wird der Ist-Zustand in der Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland dargestellt - verbunden mit Handlungsoptionen und einer Selbstverpflichtung für die Zukunft. An dem zwei Jahre währenden Prozess zur Konsensfindung der Charta waren rund 200 Expertinnen und Experten aus 50 gesellschaftlich und gesundheitspolitisch relevanten Institutionen beteiligt.

Träger der Charta sind die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP), der Deutsche Hospiz- und PalliativVerband (DHPV) und die Bundesärztekammer (BÄK).

Zwischen Januar 2012 und Dezember 2013 sollen die in der Charta formulierten Ziele in größeren und kleineren Projekten umgesetzt werden. Unterstützt wird diese Phase zur Realisierung der Charta durch die Robert Bosch Stiftung, das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) sowie die drei Trägerorganisationen.

Der diesjährige Welthospiztag fand am 13.10.2012 statt. In ganz Deutschland wurden in den Tagen um den 13.10. viele Aktionen durchgeführt, die auf die Nöte, Ängste und Bedürfnisse schwerstkranker Menschen und ihrer Angehörigen aufmerksam machen wollten.

Der Anna Hospizverein war mit Ständen in Ampfing, Haag, Kraiburg, Mühldorf, Neumarkt St. Veit, Schwindegg, Waldkraiburg vertreten, um auf den Inhalt dieser Charta aufmerksam zu machen:

Jeder Mensch hat uneingeschränkten Anspruch auf Respektierung seiner Würde und Einzigartigkeit. Menschen, die Hilfe und Pflege benötigen, haben die gleichen Rechte, wie alle anderen Menschen und dürfen in ihrer besonderen Lebenssituation in keiner Weise benachteiligt werden. Da sie sich häufig nicht selbst vertreten können, tragen Staat und Gesellschaft eine besondere Verantwortung für den Schutz der Menschenwürde hilfe- und pflegebedürftiger Menschen.

Ziel der Pflege-Charta ist es, die Rolle und die Rechtsstellung hilfe- und pflegebedürftiger Menschen zu stärken, indem grundlegende und selbstverständliche Rechte von Menschen, die der Unterstützung, Betreuung und Pflege bedürfen, zusammengefasst werden. Diese Rechte sind Ausdruck der Achtung der Menschenwürde.

Aus dem Verein

Neue Hospizbegleiter



Nach einem intensiven Grundkurswochenende im Januar haben sich 14 Menschen gefunden, die gemeinsam den Weg der Ausbildung zum Hospizbegleiter gehen wollten.

Zunächst absolvierten die Teilnehmer ein zehnmaliges Besuchspraktikum in einem Pflegeheim. Gleichzeitig begann die Ausbildung, die sich über fünf Wochenenden von Februar bis Oktober erstreckte. Begleitet wurden sie dabei von den Kursleiterinnen Roswitha Bartesch, Annegret Braun und Carola Kamhuber, die einen Teil der Ausbildung selbst übernommen haben. Außerdem konnten sich die Kursteilnehmer über hochkarätige Referenten aus dem professionellen Team des Anna Hospizvereines freuen.

Am 21.10.2012 war es dann endlich so weit: Die Kursteilnehmer konnten aus der Hand des 1. Vorsitzenden

des AHV, Dr. Hans Dworzak, ihre Zertifikate in Empfang nehmen.

Im Namen der langjährig aktiven Hospizbegleiter begrüßte Rolf Emmerich die Neuen, um mit ihnen gemeinsam im Auftrag des AHV schwerstkranke und sterbende Menschen, ihre Angehörigen und Menschen in Trauer in ihrer schweren Lebenszeit zu begleiten.



Mit unserer Hospizbegleiterin Zita Schlappinger, die am 10.11.2012 verstarb, verliert der Anna Hospizverein einen ganz besonderen Menschen.

Am 4.2.2013 hätten wir gerne mit ihr ihren 80. Geburtstag gefeiert.

Leider erlaubte es ihre schwere Erkrankung nicht. Zita Schlappinger verstarb im Kreise ihrer Familie, in Frieden mit sich und ihren Mitmenschen.

Mit knapp 70 Jahren hatte sie sich noch entschlossen, die Ausbildung zur Hospizbegleiterin zu machen, seit Mai 2002 war sie für den Anna Hospizverein tätig. Alle, die ihr begegnen durften, waren von ihrer Warmherzigkeit, ihrer Achtsamkeit und ihrer großen Bescheidenheit berührt und fasziniert von ihrem schier unstillbaren Wissensdurst, mit dem sie jede Woche zum Seniorenstudium für Philosophie, Theologie und Astronomie an die Universität München fuhr. Es war immer ein Geschenk, wenn sie ihr Wissen und ihre Gedanken mit uns teilte.

Für uns wird sie immer ein ermutigendes Vorbild bleiben, weil wir durch sie erfahren durften, dass man auch im fortgeschrittenen Alter noch lernen und eine Bereicherung für seine Mitmenschen sein kann.

Dafür danken wir Dir, liebe Zita.

Der Versehgang

Es war glei nachem Krieg. Mir ham in oan kloan Kammerl g'wohnt mit am oidn Ofa. Unser Oma is im Eckerl gsessen und hot unsre Strümpf gflickt.

Auf oamoi is vom Stui gfalln, is am Bodn glegn und hat sie nimma grüahrt. Voller Angst und Schreckn san mir zu de Nachbarn um Huilf grennt. De san glei kemma und ham unsa Oma aufs Kanapee glegt. Weil sie se aba immer no net griaht hat und ganz weiß war im Gsicht, hams um an Pfarrer gschickt, dass er ihra die letzte Ölung gibt.

Der Pfarrer is a kemma mit zwoa Ministranten und Weihrauch und dem heiligen Öl. Er hat ihr a Kreiz auf die Stirn gmacht und hat ihr a die Fiaß gesalbt. So war des damals der Brauch.

Aber mit dem Salben auf de Fiaß is unser Oma aufgwacht und hat laut und deitlich gsagt: "Ach Herr Pfarrer, schee, dass Sie a amal zu mir kemma". "Mei, tuats ma doch meine Potschn am Ofa warma, mir is koilt".

Erst hat der Pfarrer gschaugt und dann hat er so lacha miaßn und hat der Oma ihre "Potschn" zum Ofa bracht zum Eiwarma.

Erlebt und erzählt von Roswitha Brandl, Niederndorf



Rainer Sturm / pixelio.de

Danke

Wir danken allen, die uns in diesem Jahr finanziell oder ideell unterstützt haben:

- Den inzwischen über 2000 Mitgliedern
- Den Angehörigen von Begleiteten, die uns mit Spenden und Kranzablösungen bedacht haben
- Den Jubilaren, die Ihre Gäste gebeten haben, statt persönlicher Geschenke an den Hospizverein zu spenden
- Den Vereinen und Organisationen, die unsere Arbeit ebenfalls mit Benefizveranstaltungen und Spenden gewürdigt haben
- Den bildenden Künstlern und allen, die uns Werke zum Verkauf zur Verfügung gestellt haben
- Und nicht zuletzt den Künstlern und Musikern der Konzerte zu Gunsten unseres Vereins, die mit ihrer wunderbaren Musik die Herzen der Zuhörer erfreuten

Ihre Hilfe ermöglicht die vielfältigen Aktivitäten des Anna Hospizvereins

Trauergruppen

in Mühldorf

Leitung: Marianne Hammerath und Antonia Stehr jeden 1. Mittwoch im Monat

von 15:30 - 17:00 Uhr im Anna Hospiz Mühldorf,

Krankenhausstr. 1a

Kontakt: Marianne Hammerath-Tel. 08631/1857-180

in Waldkraiburg

Leitung: Martha Miedl und Renate Egertz jeden 1. Dienstag im Monat von 10:00 - 11:30 Uhr, am 8.1.2013, 5.2., 5.3., 2.4., 7.5. in der Pfarrei Christkönig, Kolpingstüberl, Karlsbaderstr. 1, Waldkraiburg

Kontakt: Martha Miedl - Tel. 08638/81924

Trauergruppe für Kinder in Waldkraiburg

Leitung: Martha Miedl und Brigitte Jaud-Münch Jeden 1. Dienstag im Monat von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr, am 8.1.2013, 5.2., 5.3., 2.4., 7.5.

Kontakt: Martha Miedl - Tel. 08638/81924

Gesprächskreis für Männer

Leitung: Josef Hell, Martin Kuhn Jeweils Mittwoch um 19.00 bis 20.30 Uhr. 19.12.2012, 16.1.2013, 20.2.2013, 20.3.2013, 17.4.2013 Um Anmeldung wird gebeten: 08631/1857-0

Sonntagsfrühstück

Zusätzlich zur Teilnahme an bestehenden Trauergruppen möchten wir Trauernde in den Wintermonaten herzlich einladen, zusammen zu frühstücken und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Jeweils Sonntag von 10.30 – 12.30 Uhr am 16.12.2012, 20.1.2013, 17.2.2013, 17.3.2013

Wir bitten um einen Unkostenbeitrag von jeweils € 3,00

Patientenverfügung - Vorsorgevollmacht

Der Anna Hospizverein bietet Ihnen hierzu regelmäßige Gruppeninformationsgespräche an bei denen Sie auch die entsprechenden Formblätter des bayerischen Justizministerium erhalten. Die Veranstaltungen sind in:

Waldkraiburg

an jedem 1. Montag im Monat, 10.00 Uhr, Karlsbader Str.1, (Pfarrei Christkönig)

Neumarkt St. Veit

an jedem 1. Mittwoch im Monat, 14.00 Uhr, Stift St. Veit (Erkerzimmer)

Haag

an jedem 2. Dienstag im Monat, 17.00 Uhr, Klinik Haag (Speisesaal)

Mühldorf

an jedem 3. Mittwoch im Monat, 14.00 Uhr, Haus der Begegnung, Auf der Wies 18

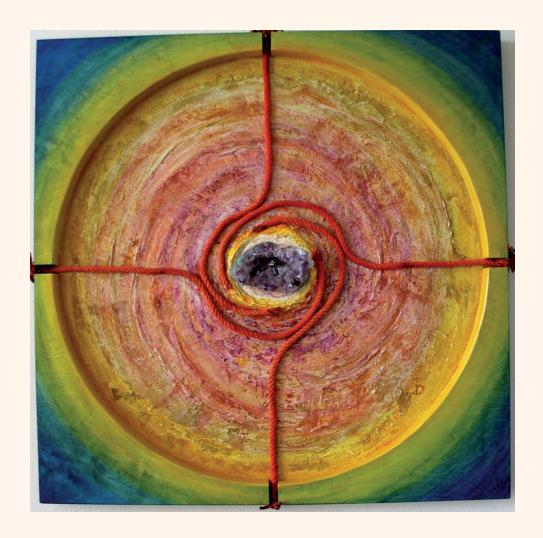
Ampfing

an jedem 4. Donnerstag im Monat, 16.00 Uhr, Rathaus Ampfing (Sitzungssaal)

Um Anmeldung wird gebeten: 08631/1857-0

Wir wünschen Ihnen gesegnete Weihnachten und ein glückliches neues Jahr 2013.





"Kräfte bündeln - Leiden lindern", dieses Bild der Künstlerin Irmgard Seidl in der Palliativeinheit der Klinik Mühldorf ist Sinnbild für die umfassenden Palliativaufgaben. Wie ein schützender Mantel (Pallium) umschließen vier erhöhte Holzsegmente den runden Innenraum.

Ein Amethyst in der Mitte ist Blickfang und Aussage: Amethyst steht in der Steinheilkunde für Trauer und Auflösung der Trauer.

Von den Holzsegmenten zur Mitte hin spannen sich vier Hanfseile, safrangelb eingefärbt. Sie bedeuten die vier Kräfte der Palliativarbeit im medizinischen, sozialen, psychologischen und theologischen Bereich. Die Seile umrunden den Amethyst, die "Kräfte bündeln" sich, um "Leiden lindern" zu können. Das Gelb in den Seilen und rings um den Amethyst ist Symbol für Leben: Helfen das Leben noch lebenswert erleben zu können.