

WEGBEGLEITER

HOSPIZVEREIN WIESBADEN AUXILIUM E.V. | NR. 35 | HERBST 2023

TITELTHEMA

**Caring Community:
Sorgekultur im
Wohnquartier**

AUS DEM VEREIN

**Rückblick:
Wiesbadener Hospiztag
Termine
Erfahrungsbericht**

TITELTHEMA: CARING COMMUNITY

4

Wiesbadener Hospiztag 2023

Michael Strauß

6

Sorgende GemeinschaftDr. Ruth Reinhard Vatter,
Wolfgang Kunath, Michael Strauß

8

Sorgekultur im Wohnquartier

Gerhard Helm, Karl-Georg Mages

10

Ältere Menschen in Wiesbaden

Matthias Riedmann

12

Konkrete Quartiersprojekte

Michael Strauß

14

Pflegestützpunkt Wiesbaden

Jörg Bracke

15

Filmtipp: Alles steht Kopf

Sabine Storm

AUS DEM VEREIN

16

Der Lauf des Lebens

Susanne Kucklei

18

Ehrenamtstag**Edith Ruppert: Zehn Jahre
ehrenamtliches Engagement**

19

**Verabschiedung unseres
Geschäftsführers Ralf Michels****Ortrud Müller:
Verstärkung unseres Teams**

20

Hospiz im Dialog – 2023/2024

21

**Unterstützerinnen im Portrait:
Edeltraud Minor**

22

Von daheim – wohin?

Edeltraud Minor

24

**Kurzgefasst: Die Arbeit des
Hospizvereins AUXILIUM****Hospiz macht Schule**

AUXILIUM

mit Unterstützung der
AUXILIUM Stiftung Marianne Kahn**IMPRESSUM****Herausgeber:** Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V. · Der Wegbegleiter erscheint zweimal jährlich. · **V. i. S. d. P.:** Vorstand · **Redaktion:** Herbert Breinich, Gerhard Helm, Wolfgang Kunath, Karl Georg Mages, Gudrun Pfundt, Ruth Reinhart-Vatter, Sabine Storm · **Lektorat:** Elisabeth von Debschitz · **Gestaltung und Produktion:** Q, Wiesbaden, www.q-gmbh.de**KONTAKT**Hospizverein Wiesbaden Auxilium e. V.
Luisenstraße 26 · 65185 Wiesbaden
Telefon 06 11-40 80 80 · www.hvwa.de
info@hospizverein-auxilium.de
facebook.com/auxiliumwiesbaden

Liebe Mitglieder, Freund*innen und Unterstützer*innen von AUXILIUM!

Hospizarbeit ist und bleibt ein wichtiges Thema. Das zeigt sich auch an der wieder steigenden Anzahl an Anfragen für ehrenamtliche Begleitungen.

AUXILIUM kann auf über 35 Jahre Hospizarbeit zurückblicken. Darauf können wir mit Recht stolz sein. In Zeiten des gesellschaftlichen Wandels müssen wir uns aber mit Fragen hinsichtlich der zukünftigen Ausrichtung auseinandersetzen. Lesen Sie dazu mehr in dieser Ausgabe des Wegbegleiters.

„Heute stehe ich anders da und bin froh für diese Lebensreise!“ Dieses Fazit zieht eine Teilnehmerin des diesjährigen Qualifizierungskurses in ihrem sehr persönlichen Bericht über die acht Monate ihrer Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin.

Insgesamt 37 Qualifizierungskurse fanden seit der Gründung des Vereins im Jahre 1987 statt. Die meisten der Teilnehmer*innen entschlossen sich in Begleitungen zu gehen, einige unterstützen AUXILIUM in anderen Bereichen. Vielen Dank dafür!



An dieser Stelle möchte ich auch allen Referent*innen danken. Ihr Wissen und ihre Erfahrung sind,

zum Teil schon seit vielen Jahren, die Basis für die hohe Qualität der Ausbildung.

Erinnern Sie sich an die ersten Ausgaben des Wegbegleiters? Interessantes zu dessen Anfängen und der Entwicklung zum heutigen Format finden Sie in der Rubrik „Mitglieder im Portrait“.

All dies zeigt: Es sind die Menschen, die AUXILIUM ausmachen. Daher möchte ich noch über zwei Veränderungen in der Geschäftsstelle berichten:

Wir danken Herrn Ralf Michels, der als Geschäftsführer acht Jahre lang mit seinem Wissen und großen Engagement AUXILIUM gestärkt und weiterentwickelt hat und wünschen ihm alles Gute. Wir freuen uns, dass wir Frau Ortrud Müller als Fachkraft für Büromanagement gewinnen konnten. Sie wird in erster Linie administrative Aufgaben übernehmen.

Zum Schluss möchte ich Ihnen für Ihr Engagement, Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen, die Sie bei AUXILIUM einbringen und gebracht haben, danken. Durch Sie ist AUXILIUM vielfältig und bunt!

Birgit Menne

Ihre
Birgit Menne
Vorstandsvorsitzende

EDITORIAL

Auf Plakaten vor der Landtagswahl konnte man lesen: „Zeit für 20.000 neue Pflegekräfte“. Meine spontane Reaktion darauf war: Wie soll das gehen? Woher sollen Tausende neuer Pflegekräfte kommen? Wie kann das gelingen? Allerdings stand auf den Plakaten auch nur: Zeit für ... Ein Versprechen, den Pflegenotstand zu beenden, war es nicht.

Der Mangel an Pflegepersonal ist für alle Verantwortlichen in den Ämtern, Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen

mehr als sichtbar. Er hat ein erschreckendes Ausmaß erreicht. Es liegt deshalb nahe, Alternativen zu entwickeln.

Wie aber könnten alternative Konzepte in der Versorgung alter, pflegebedürftiger Menschen also aussehen? Dieser Frage sind wir in der Ausgabe des Wegbegleiters nachgegangen. Haben zusammengetragen wie Ämter, Verbände und private Initiativen mit kreativen Ideen neue Wege gehen.

Gudrun Pfundt

Wiesbadener Hospiztag 2023

Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre

Am 17. Juni 2023 war es endlich wieder so weit: Der 25. Wiesbadener Hospiztag fand unter regem Publikumszuspruch im Roncallihaus in Wiesbaden statt.

Unter Federführung von AUXILIUM und Beteiligung der Caritas, von EVIM und Hospizium widmete sich die hybride Veranstaltung dem Thema *Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre*.

Die Veranstaltung begann mit einem kurzen Film des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes für hospizliche Begleitung im Ehrenamt. Der Film greift Szenen einer konkreten Begleitung zuhause auf, die Ausgangspunkt sein können für die Frage nach der Bedeutung und Wirkweise einer „Sorgenden Gemeinschaft“. Michael Strauß, Koordinator bei AUXILIUM, eröffnete die Veranstaltung. Wir zitieren in diesem Beitrag aus seiner Eröffnungsrede.

Michael Strauß stellte zu Beginn die Frage: „Als was könnte man den Film anschauen?“

- Als Besuch eines Freundes, der ohne ein „Amt“ oder einen bestimmten „Auftrag“ kommt,
- als Besuch eines Nachbarn, vielleicht auch von nebenan oder der nächsten Straße,
- als Besuch eines Studien- oder Arbeitskollegen,
- oder Besuch aus dem gemeinsamen Sportverein, dem Fitnessstudio, einer Kirchengemeinde, dem Chor,
- oder aus einem evt. gemeinsamen, früheren politischen oder kulturellen Engagement oder – oder – oder ...

Man könnte es also auch verstehen als den Besuch eines Menschen, der

mit offenen Augen in seiner Umgebung und bei seinen Mitmenschen ist und noch dazu den Mut hat, vorbeizukommen, zu klingeln und zu fragen:

- „Wie geht es Ihnen/dir heute?“
 - „Darf ich reinkommen?“
 - „Brauchst du etwas?“
 - „Hast du Lust auf ...?“
- oder
- „Kann ich sonst etwas für dich tun?“ – mal was kochen, mal spazieren gehen, mal miteinkaufen, Frühstücksbrötchen mitbringen, mal zusammen einen Wein trinken, mal einfach nur zuhören, mal, mal, mal ... und diese „mals“ werden sich entwickeln

Das sind oftmals kleine Gesten, aber sie bedeuten eine große Unterstützung und Hilfe, ein „nicht vergessen sein“, ein „in Beziehung bleiben“, ein „den Anderen mitdenken“, ein „sich kümmern“. Nicht umsonst taucht in aktuellen Diskussionen um Sorgeskultur immer wieder der Begriff des „Kümmerers“ oder der „Kümmerin“ als Haltung von Nachbarn, Freunden, Mitmenschen auf, die gut tut. Der oder die aber auch merkt, wenn es möglicherweise gerade nicht passt, und nicht eingeschnappt resümiert „dann halt nicht“ – sondern trotzdem an einem der nächsten Tage wiederkommt – ohne Amt und ohne Auftrag, einfach so, weil es vielleicht dann gut tut!

Und genau das ist unser Thema heute:

Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre.

DANKE!



Nach zwölf Jahren maßgeblicher Organisation des Wiesbadener Hospiztages übergeben **Ilse Groth-Geier** und **Gerhard Helm** den Stab an ihre Nachfolger*innen. Mit großem Engagement und gestalterischer Kraft ist es ihnen gelungen, den Hospiztag zu einem jährlichen Höhepunkt der Wiesbadener Hospiz- und Palliativbewegung zu formen. Wir sagen Danke!





Um es gleich vorwegzunehmen, es geht nicht darum, einen Gegensatz zu konstruieren zu einem etablierten professionellen System der Hilfe am Lebensende, das wir auch hier in Wiesbaden (in doch gut ausgebauter Form) haben. Es geht darum, neben der professionellen Struktur eine mitbürgerliche, nachbarschaftliche Unterstützung im Quartier oder Stadtteil, in Freundeskreisen zu initiieren oder auszubauen, damit mehr Menschen am Lebensende da bleiben können, wo sie oft schon Jahrzehnte gelebt haben.

Unsere Frage heute also ist: Wie kann das gelingen, ein „möglichst gutes Leben bis zuletzt da, wo ich hingehöre“? Was braucht es dazu, und welche Schritte sollten wir tun. Aber auch: Welche hilfreichen Strukturen, welche konkrete Praxis gibt es denn schon in Wiesbaden?

Es geht um Möglichkeiten gesellschaftlicher Teilhabe am Lebensende an dem Ort, wo ich lebe, und um die Entwicklung oder Weiterentwicklung einer „Sorgekultur am Lebensende“ in unserer Stadtgesellschaft, in unseren Quartieren und Nachbarschaften.

Und das ist nicht nur eine private Aufgabe, sondern auch eine poli-

tische Herausforderung, geht es doch darum Rahmenbedingungen zu schaffen, Möglichkeiten aufzuzeigen, das Thema zur Sprache zu bringen, Sozialraummodelle zu entwickeln und Wohnräume zu planen. Damit wir uns richtig verstehen: Es ist kein gesundheitspolitisches Sparmodell, sondern die Frage, wie und mit welchem nachhaltigen Ziel Mittel eingesetzt werden sollten.

Allan Kellehear, ein Soziologe und Pionier hospizlicher Stadtteil- und Quartiersarbeit stellt fest, dass in einem Prozess zum Lebensende hin ungefähr 5% der Lebenszeit mit dem Profisystem verbracht wird und ca. 95% entweder noch in beruflichen Zusammenhängen, in familiären, evtl. nachbarschaftlichen oder in Freundeskreisen oder viel öfter eben auch in Einsamkeit. Das heißt, es gibt viel Zeit und Raum, wo gesellschaftliches Miteinander stattfinden könnte und müsste und vielleicht immer wieder auch schon tut.

Und immer noch ist das Krankenhaus der Ort, wo am meisten gestorben wird – wobei das kaum jemand möchte. Nach einer AOK-Studie von 2022 ist jede dritte Aufnahme ins Krankenhaus am Lebensende medizinisch nicht nötig. Ich

freue mich auf die Gedanken, Diskussionen, auf die praktischen Beispiele und vielleicht auch Visionen für die Zukunft und dass Sie sich für dieses Thema interessieren und es dann – und das würde ich uns wünschen – auch nach außen tragen“.

... Weil, es wird uns sicher alle betreffen – irgendwann – und wir schaffen heute schon Bedingungen auch für uns selbst. ■

Michael Strauß

Einen sehr eindrücklichen Beitrag steuerte Matthias Riedmann, Altersplaner des Amtes für Soziale Arbeit in Wiesbaden, auf dem Hospiztag bei. Er referierte über die soziale Lage der älteren Bevölkerung in Wiesbaden, die demografische Entwicklung und die großen Herausforderungen der Zukunft der Stadt. Er hat uns die Sachlage im Bericht auf Seite 10 zusammengefasst.

ZUR PERSON

Michael Strauß
Koordinator
Hospizverein
AUXILIUM,
Palliative-Care-
Fachkraft



Sorgende Gemeinschaft

Alternatives Wohnprojekt in Wiesbaden

Im Wohnprojekt Blücherstraße 17 leben Jung und Alt zusammen. Zur Pflege von Schwerkranken wären sie zwar grundsätzlich bereit, aber über Tod und Trauer haben sie bisher nie groß geredet.

Könnten alte Menschen in alternativen Wohnprojekten besser betreut werden, wenn es ans Sterben geht? Wir haben darüber mit einigen der 45 Bewohnerinnen und Bewohnern des Projektes „Gemeinschaftlich Wohnen“ gesprochen, das vor gut 17 Jahren in der Blücherstraße 17 in Wiesbaden gegründet wurde.

Seit einem halben Jahrhundert schon ist in Deutschland die Rede vom Pflegenotstand, und trotzdem wird das Problem immer drängender. Ganz abgesehen von den

Kosten – die Menschen werden immer älter, bis 2055 werden nicht wie jetzt rund fünf, sondern 6,8 Millionen Menschen pflegebedürftig sein, so das Statistische Bundesamt. Und die Personallücke von heute 120.000 Pflegekräfte könnte sich in der gleichen Zeit auf zwischen 350.000 bis eine halbe Million weiten.

Diesem Versorgungssystem, das schon jetzt immer wieder an seine Grenzen stößt, steht das Modell der Caring Community gegenüber, dass seit den Neunzigern, zunächst vor allem in der angelsächsischen Welt,



diskutiert wird. Gemeinschaften, in denen Menschen füreinander sorgen und sich gegenseitig unterstützen, die gemeinsam Verantwortung für soziale Aufgaben übernehmen, wobei Vielfalt, Offenheit und Teilhabe beachtet und gestaltet werden – so lautet die Definition für Caring Community. Für einander sorgen, das geht viel weiter als nur Versorgung: Könnte man das Konzept auch auf die Betreuung alter Menschen in ihrer letzten Lebensphase anwenden?

Das Haus Blücherstraße 17 wurde 1905 gebaut, ein Jahrhundert später beherbergt es ein für Wiesbaden eher ungewöhnliches Projekt. „Wir wollten nicht jeder in seinem Reihenhäuschen wohnen und einzeln alt werden und uns selber um unsere Krankheiten kümmern“, so umreißt Udo Schläfer, einer der Gründer, bei dem Gespräch in einem der Gemeinschaftsräume die Ur-

Was AUXILIUM anbieten kann

Um über ein selbstbestimmtes und selbstverantwortliches Leben bis zuletzt und ein Sterben in Geborgenheit ins Gespräch zu kommen, bietet sich der Hospizverein AUXILIUM als Gesprächspartner an. Wir sehen es als unsere Aufgabe, uns mit bestehenden Einrichtungen sorgender Gemeinschaften zu vernetzen, über die Fragen zum Lebensende miteinander zu sprechen, zu informieren und zu unterstützen. Dabei kann es auch um einen Prozess der Klärung gehen, welche Wünsche bei den Einzelnen in der Gemeinschaft für ein gutes Leben am Lebensende bestehen, welche Unterstützung und welche Versorgungs- und Betreuungsmöglichkeiten von außen kommen können und was die Gemeinschaft selbst dazu tun kann und will. Gern gestaltet AUXILIUM ein Themen-Treffen, um ein solches Gespräch anzustoßen, zu begleiten und damit zur Klärung beizutragen. Unserer Erfahrung nach bewirkt ein Gesprächsprozess über ein solch existenzielles Thema auch eine Intensivierung des eigenen Lebens lange vor dem Lebensende.

sprungsidee. Ein Mehr-Generatio-
nen-Haus war 2003, bei Gründung
der Genossenschaft, das Ziel. Heute
leben 45 Menschen in den über die
verschiedenen Trakte verteilten 22
Wohnungen: Ältere, Migranten,
junge Familien – „elf Kinder unter
zehn und mindestens genauso viele
Rentner“, wie eine Bewohnerin im
Rentenalter amüsiert sagt. Die
Lebensqualität ist hoch, es gibt be-
grünte Innenhöfe, diverse Gemein-
schaftsräume, eine Dachterrasse.

Die Kinder wissen, dass sie jederzeit klingeln dürfen

Die Bewohnerinnen und Bewohner,
so geben die Interviewten zu Pro-
tokoll, kennen sich gut, sind teil-
weise seit Jahren befreundet, schon
wegen des gemeinschaftlichen
Abendessens einmal die Woche und
der Projektversammlung einmal im
Monat. Die Älteren saßen nicht
einsam auf dem Sofa und beklagten
ihre Krankheiten, sondern erführen,
dass sie gebraucht und geschätzt
würden: „Die Kinder wissen, dass
sie jederzeit überall klingeln dürfen“.

Dennoch, so klingt in dem Ge-
spräch an, sind die Vorstellungen,
wie viel Nähe erwünscht ist, durch-
aus unterschiedlich: Manche be-
schieden sich mit der Nachbar-
schaftshilfe etwa beim Einbau der
neuen Küche, andere wünschten
engeres emotionales Zusammen-
rücken. Wie auch immer, das
Projekt sei seit zwanzig Jahren eine
funktionierende sorgende Gemein-
schaft. Sie habe sich der Nachbar-
schaft geöffnet und sei im Viertel
aktiv, die Gemeinschaftsräume
der Blücherstraße 17 stünden für
kulturelle Veranstaltungen, Feiern
oder etwa für Deutsch-für-Aus-
länder-Kurse zur Verfügung. Im
Vorderhaus gibt es ein Café und
einen Laden.

Und wenn jemand krank wird?
Wenn sich sein Lebensende ab-
zeichnet? Einmal ist es bisher
vorgekommen, dass eine Bewoh-



nerin schwer erkrankte. Sie starb
wenig später – aber im Kranken-
haus. Die Zeit für eine hospizliche
Begleitung sei zu kurz gewesen,
sagen die Interviewten, aber
grundsätzlich seien sie dazu bereit
gewesen. Der häuslichen Versor-
gung eines schwerkranken Men-
schen im Wohnprojekt seien aller-
dings Grenzen gesetzt. „Wenn
jemand wirklich pflegebedürftig ist,
also zum Beispiel alle halbe Stunde
gedreht werden muss – das geht
nicht, das können wir nicht leisten“,
sagt eine von ihnen.

„Wir kriegen es mit, wenn jemand zusammenklappt“

Aber ob eine Art Pflegestation
eingrichtet werden könnte, habe
die Blücherstraße durchaus schon
einmal diskutiert. Jedenfalls biete
die spezielle Wohnform allen Be-
wohnerinnen und Bewohnern – und
speziell den älteren – eine besondere
Sicherheit: „Wir kriegen es mit,
wenn jemand zusammenklappt“,
sagt Udo Schläfer, „wir nehmen uns
gegenseitig wahr und agieren, wenn
irgendetwas ist. Das wäre in ande-
ren Wohnverhältnissen gar nicht
möglich!“

Im Gespräch wird deutlich, dass die
älteren Bewohnerinnen und Bewoh-
ner durchaus für das Lebensende
vorgesorgt haben. Patientenverfü-
gungen und Vorsorgevollmachten
sind vorhanden, und in der Blücher-
straße steht ein Ordner, in dem die
nächsten Verwandten, die Kontakt-
personen und Zugehörigen der
Älteren verzeichnet sind. Denn
die Vorsorgevollmachten haben sie
doch Familienangehörigen oder
nicht in der Blücherstraße lebenden
Freunden anvertraut. Und von
denen – auch wenn sie nicht in der
Nähe wohnen – würden sie sich
auch betreuen lassen wollen. Sollte
eine Versorgung auch mit externen
Hilfsdiensten in den eigenen vier
Wänden nicht möglich sein, dann
stünde der Umzug in ein stationäres
Hospiz an.

Hohes Engagement, lange Diskus-
sionen, viel Geduld und mitunter
große Konflikttoleranz – ohne die
Bereitschaft, das alles mitzubringen
und auszuhalten, funktionieren
alternative Wohnprojekte sicher
nicht. Im Vordergrund steht die
Gegenwart und wie ein gemein-
schaftliches gutes Leben aussehen
könnte – wie dagegen das Lebens-
ende sein sollte und was dafür
bedacht und besprochen werden
muss, das kommt darüber oft zu
kurz. Das ist in der Blücherstraße
17 nicht anders: „Wir als Gemein-
schaft haben uns über solche Fragen
noch gar nicht so intensiv ausge-
tauscht“, räumen sie ein. Sterben,
Trauer, Tod seien bei den Projekt-
versammlungen bisher nie Thema
gewesen. ■

MITWIRKENDE

**Dr. Ruth Reinhart-
Vatter und Wolf-
gang Kunath**,
Mitglieder der
Redaktion, sowie
Michael Strauß
(s. S. 5)



Sorgekultur im Wohnquartier

Welchen neuen Anforderungen und Aufgaben sich AUXILIUM stellen muss

Der demografische Wandel in unserer Gesellschaft ist bereits voll da, hat aber seinen Höhepunkt noch nicht erreicht. Vielen Älteren stehen zu wenig junge Menschen gegenüber.

Wissen wir um die demografische Entwicklung bereits seit vielen Jahren, so werden die Herausforderungen um ein Vielfaches größer, wenn weitere Probleme hinzutreten. Leider ist dies die Realität. Pandemien wie Corona forderten auf allen Ebenen heraus. Die Einkommensschere öffnet sich weiter. In der Gesundheitsversorgung, in der Pflege und im sozialen Bereich fehlen immer mehr Arbeitskräfte. Eine Trendänderung ist nicht in Sicht – im Gegenteil.

Das hat erhebliche Auswirkungen auf die Versorgung der Menschen, die auf eben diese Unterstützung angewiesen sind. Immer weniger werden in unserem Sozialsystem das in einem langen solidarischen gesellschaftlichen und politischen Prozess errungene Versorgungsniveau aufrechterhalten können. Es wird nicht finanzierbar bleiben, und für viele bislang professionell erledigte Aufgaben fehlen schlicht die Menschen.

Gleichzeitig gibt es gerade bei älteren Menschen das Bedürfnis nach sozialen Kontakten und einer guten Versorgung am Wohnort, ein

Thema mit vielen Facetten. Gute Versorgung soll auch in schwerer Krankheit und im Sterbeprozess ein Bleiben im Wohnquartier möglich machen. Der AUXILIUM-Hospiztag 2023 (siehe S. 4) griff diese Fragestellung mit dem Thema „Gemeinsam Sorge tragen – Leben und Sterben da, wo ich hingehöre“ auf.

Was meint Sorgekultur im engen Zusammenhang mit Hospizarbeit? Unter Sorgekultur verstehen wir hier die Rund-um-Versorgung eines schwerkranken sterbenden Menschen und seiner Zugehörigen, die im besten Fall ein Leben im häuslichen Umfeld bis zum Tod ermöglicht. Vernetzte Sorgekultur umfasst die Bereiche Medizin, Pflege, Sterbe- und Trauerbegleitung, Seelsorge, aber auch soziale und Alltags-Versorgung.

Was heißt Wohnquartier, und was geschieht dort?

Wenn man Menschen im Quartier zuhört, lässt sich mehr als nur erahnen, was ein Stück mehr Sicherheit für Situationen und Phasen gibt, die weder planbar noch völlig auflösbar sind: ein von Vertrauen geprägtes Beziehungsgefüge, sozial und emotional vermittelte Sicher-

heit. Existenzielle Unsicherheiten lassen sich besser aushalten, wenn diese gemeinsam getragen werden. Menschen sind soziale Wesen, die auf andere angewiesen sind.

Gleichzeitig haben Menschen den Wunsch nach Selbstbestimmung als Teil menschlicher Würde. Beides, Sicherheit und Autonomie, kann durch sogenannte Quartiersarbeit verschiedener Akteure gefördert werden. Man kann Quartiersarbeit auch mit dem bekannteren Begriff der Nachbarschaftshilfe – jetzt aber strukturell organisiert in einem ganzen Wohnquartier – beschreiben. In Bielefeld wurde dies bereits modellhaft entwickelt, Wiesbaden hat mit ersten Ansätzen begonnen.

Ansatzpunkte für hospizliche Begleitung in der Quartiersarbeit

Hospizarbeit ist in der Quartiersarbeit bildlich gesprochen ein Stück eines Kuchens. Die Schnittmenge bildet der gesellschaftspolitische Ansatz, d.h. die Entwicklung, Erweiterung und Etablierung von unterstützenden Strukturen, die die Wünsche Einzelner oder Gruppen im sozialen Raum, besonders aber in schwierigen individuellen Situationen ernstnimmt und ausbalanciert. Hospizarbeit und der weit umfassenderen Quartiersarbeit gemeinsam ist der Wunsch nach einem würdevollen Miteinander, ein Leben (Quartiersarbeit) und Sterben (Hospizarbeit), das eben nicht unausweichlich in stationären Einrichtungen stattfinden muss.

Konsequenzen für AUXILIUM

Unsere Hospizarbeit ist bisher am konkreten Einzelfall der Begleitung von Schwerstkranken und Sterbenden sowie den Zugehörigen orientiert, zu Hause, in Einrichtungen und auf Palliativ-Stationen, und wird dies auch weiterhin sein. Der ehrenamtliche und hauptamtliche Einsatz leistet dabei ungeheuer Wertvolles für Menschen, aber auch für unsere Stadtgesellschaft. Die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Veränderungen erfordern aber zusätzlichen verstärkten Einsatz in Wohnquartieren, sozusagen in der – vielerorts erst noch aufzubauenden – netzwerkartigen Struktur vor Ort.

Die Aufgaben von Haupt- und Ehrenamt bei AUXILIUM erweitern sich

Es muss mehr und mehr gelingen, die Versorgung von Schwerstkranken und sterbenden Menschen in einem Netz von sozialen Bezügen in deren eigenem Wohnumfeld zu integrieren. Zu dieser umfassenden Betreuung gehören z. B. Hilfen im Haushalt, beim Einkauf, bei vielerlei Erledigungen und Besorgungen schon weit vor einer etwaigen hospizlichen Begleitung. Aufgabe von in der Hospizarbeit von AUXILIUM Engagierten wird es zunehmend sein, sich an solche Netze vor Ort anzugliedern und damit früh vertrauensvolle Kontakte im jeweiligen Quartier herzustellen. Die soziale Quartiersarbeit kann hierbei nicht von AUXILIUM selbst organisiert werden. AUXILIUM sollte sich aktiv an diese von anderen Akteuren organisierte Arbeit andocken, sollte damit ein wichtiges Stück des bildhaft beschriebenen Kuchens werden. Auf Basis solcher Beziehungen werden die hospiz-



liche Arbeit und das Wissen vor Ort eingebracht.

Das kann aufgrund der vielen Orte und der aufzubauenden und zu pflegenden Kontakte nicht von Hauptamtlichen geleistet werden, sondern auch hier ist ehrenamtliches Engagement gefragt. Die Zusammenarbeit im Netzwerk eines Wohnquartiers – idealerweise des jeweils eigenen Wohnquartiers – beginnt also wesentlich früher als bei der individuellen hospizlichen Begleitung, indem soziale Kontakte aufgebaut und gepflegt werden und man als Ansprechpartner für unsere hospizliche Tätigkeit erlebt wird.

In diesem Zusammenhang werden vor Ort Beratungsangebote für hospizliche Begleitung, Palliativ Care, Letzte-Hilfe-Kurse, Patientenvollmacht und Trauerbegleitung ausgebaut. Möglich ist also, dass

neben dem bekannten Ehrenamt der Hospizbegleitung neue Ehrenamtsbilder entstehen, in die teilweise andere Fähigkeiten eingebracht werden können. Hauptamtlich muss die Qualifizierung zu diesem neuen zusätzlichen ehrenamtlichen Aufgabenfeld erfolgen und ein „Backup“ für die hier ehrenamtlich Aktiven gesichert sein.

Es wird nichts bleiben, wie es war

Und das betrifft nicht zuletzt die notwendigen finanziellen Mittel. Sich erweiternde Aufgaben kosten Geld. In einer Welt, in der eine Katastrophe die andere jagt, wird auch der Wettbewerb um Mittel und Spenden härter als wir es je kannten. Was tun? Es wird ganz wesentlich darauf ankommen, mehr noch als bisher zu betonen, dass unsere Hospizarbeit bei AUXILIUM unmittelbar vor Ort, den Menschen unserer Stadt Wiesbaden, in unserer Nachbarschaft und letztlich auch für uns selbst ein Gewinn für würdevolles Leben bis zuletzt ist und bleiben muss. Dann kann es gelingen.

Wird alles so kommen? Ist Hospizarbeit als Bestandteil von Quartiersarbeit ein kleiner Gegenpol zu den eingangs kurz aufgezeigten negativen Entwicklungen im gesundheitlichen, sozialen oder pflegerischen Bereich? Wir wissen es schlicht nicht. Aber konstruktiv und optimistisch an neuen Wegen zu arbeiten kann so falsch nicht sein. Denn nur so wird es manchmal besser, als man denkt. ■

ZU DEN PERSONEN

Gerhard Helm und **Karl-Georg Mages** sind ehrenamtliche Mitarbeiter von AUXILIUM und Redaktionsmitglieder des „Wegbegleiter“.



Ältere Menschen in Wiesbaden

Herausforderungen und Lösungen

Die palliativen Strukturen in Wiesbaden sind einzigartig und leben vor allem vom großartigen Engagement einzelner Akteure. Als Altenhilfeplaner des Amtes für Soziale Arbeit schaue ich auch auf die vielen anderen Angebote für Ältere in unserer Stadt. Die dort vor uns liegenden Herausforderungen und vor allem die angedachten Lösungsansätze ähneln denen im palliativen Bereich. Es lohnt sich also ein genauer Blick.

Die Bevölkerung ab dem Alter von 65 Jahren ist die am schnellsten wachsende Altersgruppe dieser Stadt. Sie wird laut der aktuellen Prognose des Amtes für Statistik und Stadtforschung bis 2040 von 58.000 auf 72.000 Personen anwachsen. Einerseits gehen die großen Jahrgänge der fünfziger und sechziger Jahre in Rente. Das führt zu einem Anstieg der Anzahl der sogenannten „Jungen Alten“. Andererseits werden die Wiesbadener*innen immer älter. Das führt zu einem Anstieg der Anzahl der „Hochaltrigen“ (85+). Beides sind gesellschaftlich sehr erfreuliche Entwicklungen, sozialpolitisch allerdings eine Herausforderung.

Wir werden in den kommenden Jahren so viele hoch gebildete Senior*innen sehen wie noch nie, und zur gleichen Zeit wird die Altersarmut in bisher unbekannte Höhen steigen. Wir werden stark alternde Stadtteile sehen und Stadtteile, die davon kaum betroffen sind. Wir werden zunehmend ältere Menschen haben, die nicht in Wies-

baden geboren sind, sondern in anderen Regionen Hessens, Deutschlands, Europas, der Welt. Wir werden noch weiter zunehmende Vereinsamungspotenziale beobachten, denn die neuen Älteren sind häufiger umgezogen, haben seltener Kinder und sind häufiger geschieden als früher. Diese Entwicklungen werden zu einem Stresstest der bestehenden Altenhilfestrukturen und der pflegerischen Strukturen Wiesbadens.

Stationäre Pflegeplätze

In Wiesbaden waren 1999 etwa 5.510 Personen pflegebedürftig im Sinne der Pflegeversicherung. Im Jahr 2021 waren es zweieinhalb Mal so viele (13.769). Allein innerhalb der letzten zwei Jahre konnten wir ein Wachstum um fast 2.000 Personen beobachten. Ein Ende dieser Entwicklung ist nicht in Sicht. Bemerkenswert ist, dass die Anzahl der stationären Pflegeplätze in Wiesbaden seit 1999 nicht nennenswert gestiegen ist. Sie liegt bei etwa 2.300 Plätzen. Genaugenommen sinkt sogar die Anzahl der Pflegeplätze, weil immer mehr stationäre

Einrichtungen aufgrund von Personalmangel Häuser nicht mehr voll belegen können.

Pflege in der eigenen Wohnung

Ein Großteil der pflegebedürftigen Menschen lebt also in der eigenen Wohnung und wird zu zwei Dritteln ausschließlich von Angehörigen und zu einem Drittel von ambulanten Pflegediensten versorgt. In den letzten 15 Jahren schossen ambulante Pflegedienste aus dem Boden. Aktuell gibt es in Wiesbaden etwa 70 Dienste, vorher lag die Anzahl im einstelligen Bereich. Allerdings kommt das Wachstum trotz steigender Nachfrage auch bei den ambulanten Pflegediensten an seine Grenzen. Eine wesentliche Ursache dafür sind der Fachkräftemangel und die steigenden Kosten in der Pflege.

Die Menschen in Wiesbaden werden also in aller Regel zu Hause und von ihren Angehörigen versorgt. Diese Entwicklung ist im Sinne der Betroffenen und des Gesetzgebers. Wir wissen aus vielen Untersuchungen, dass die Menschen so lange wie möglich zu Hause leben wollen, und auch das Gesetz verfolgt den Grundsatz „ambulant vor stationär“.

Wir beobachten einen weiterhin rasanten Anstieg der Hilfe- und Pflegebedürftigkeit bei gleichzeitig sinkenden professionellen und familiären Pflegepotenzialen. Wichtig wird daher einerseits, die vielen

engagierten Verwandten, Bekannten und Nachbar*innen mehr zu unterstützen und präventiv zu denken.

Vernetzte Angebote

Die wichtigste Frage für die Altenhilfeplanung ist daher, was kann vor Ort dafür getan werden, dass die Personen möglichst lange in ihrem zu Hause bleiben können. Schauen wir also auf die wichtigsten Angebote für ältere hilfsbedürftige Menschen und ihre Angehörigen:

Sozio-kulturelle Angebote

Die Angebote schaffen Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen und zu erhalten, sich zu engagieren und neue Erfahrungen zu sammeln, kurzum: am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. In vielen Stadtteilen bestehen entsprechende Mitmachangebote, Veranstaltungen, Mittags-



tische, die weiter ausgebaut und an den sich verändernden Bedarf angepasst werden müssen. Außerdem gibt es das stadtweite Freizeit- und Kulturprogramm der Abteilung Altenarbeit des Amtes für Soziale Arbeit. Wichtig sind aber auch Angebote zur Gesunderhaltung, um Herz-Kreislauf und den Kopf in Schwung zu bringen, die Ernährung zu verbessern und so wichtige Dinge wie Sturzprophylaxen zu machen.

Beratungsangebote

Neben der breiten Beratung durch die vier Beratungsstellen für selbstständiges Leben im Alter gibt es spezialisierte Angebote, z. B. bei Demenz oder eben der Palliativversorgung. Neben den Informationen, die die älteren Menschen oder ihre Angehörigen dort erhalten, ist zentral, dass sie dabei unterstützt werden, Hilfen zu organisieren. Denn häufig entstehen schon lange vor der Pflegebedürftigkeit andere Hilfebedarfe beim Wäschewaschen, Kochen, Einkaufen, Reparieren oder einem Arztbesuch. Diese Tätigkeiten können über Nachbarschaftshilfe, Fahrdienste, Hauswirtschaftliche Dienste, Besuchs- und Begleitedienste geleistet werden. Nur sind die Menschen in der Regel meist nicht mehr in der Lage oder trauen sich nicht, das selbst zu organisieren.

Quartierhäuser

Vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Entwicklungen in den Stadtteilen ist es wichtig, darüber nachzudenken, welche Angebote wo gebraucht werden. Sie müssen in den entsprechenden Quartieren oder Stadtteilen für alle erreichbar und aufeinander abgestimmt sein. Ein wichtiger Schritt in diese Richtung war der „Quartiershaus-Beschluss“ der Wiesbadener Stadtverordnetenversammlung in diesem Juli. Das dort vorgeschlagene Konzept der Quartiershäuser basiert im Wesentlichen auf dem sogenannten „Bielefelder Modell“ (www.bgw-bielefeld.de/mieten/bielefelder-modell) und

dem Ansatz der „KDA-Quartiershäuser“ (KDA: Kuratorium Deutsche Altenhilfe). In den – mittlerweile überall diskutierten – Projekten der gemeinnützigen Bielefelder Gesellschaft für Wohnen sollen alle Menschen unabhängig von ihrem Einkommen und Gesundheitszustand möglichst lange wohnen können. Es gibt ein Wohncafé mit sozio-kulturellen Angeboten und einem Mittagstisch, einen Pflegedienst 24 Stunden vor Ort und weitere Bausteine wie eine Pflegewohnung für Kurzzeitpflege und Palliativversorgung. Es handelt sich um ein integriertes Modell, das sich nicht ausschließlich an ältere Menschen richtet. Im Haus wird in der Regel generationenübergreifend gewohnt und gezielt versucht, die Nachbarschaft zu stärken und umliegende Institutionen mit einzubinden.

Quartiersarbeit in Wiesbaden

Ziel ist es, unter veränderten Rahmenbedingungen die Selbstbestimmung und Teilhabe der älteren Menschen zu stärken und ihre Versorgung sicherzustellen. Mit den Quartiershäusern wird versucht, bezahlbaren barrierefreien Wohnraum mit Gemeinschaft und niedrigschwelligem Hilfs- und Pflegeangeboten zu verknüpfen und das Ganze im Quartier zu denken. Wir beginnen nun, erste Projekte dieser Art mit den Wohnungsgesellschaften und sozialen Trägern in Wiesbaden umzusetzen. ■

Matthias Riedmann

ZUR PERSON

Matthias Riedmann (ein Referent beim Wiesbadener Hospiztag 2023), Diplom-Soziologe und Ungleichheitsforscher, Altenhilfeplaner im Amt für Soziale Arbeit der Stadt Wiesbaden



Konkrete Quartiersprojekte

Welche Leistungen AUXILIUM heute bereits bietet

Die künftigen wie gegenwärtigen Anforderungen an unsere Gesellschaft für eine Sorgeskultur zum Lebensende sind vielfältig, fokussieren sich aber besonders in den Herausforderungen auf die Arbeit eines Hospizvereins/Hospizdienstes wie AUXILIUM. Was ist also der Weg, das „Experimentierfeld“ von AUXILIUM hin zu einer „gemeinschaftlichen Sorge am Lebensende“ bisher?

Raus und Reden heißt ein Motto: möglichst niedrigschwellige Angebote zu Themen des Lebensendes, auch eben dort, wo die Menschen zuhause sind. Wir bieten seit mehreren Jahren „Letzte-Hilfe-Kurse“ an, zunächst über die Volkshochschule in Wiesbaden. Ziel ist die obengenannte Grundkompetenz im Umgang mit sterbenden Menschen: weniger Angst, mehr Sicherheit. Es handelt sich dabei um zertifizierte Kurse, die im deutschsprachigen Raum und in Teilen Skandinaviens angeboten werden. Das Format: zwei Abende zu je zwei Stunden ausgerichtet auf die interessierte Öffentlichkeit, mit dem Ziel: hospizlich-palliatives Erfahrungswissen wieder in die Bürger-schaft „zurückzugeben“. Eine häufig gehörte Reaktion: „Ich hätte das vorher wissen sollen, bevor mein Vater, meine Mutter, Partner*in gestorben ist.“

Seit rund zwei Jahren fädeln wir uns in bestehendes Quartiersmanagement oder Quartiersangebote in Wiesbaden ein, z. B. Eigenheim-/

Komponistenviertel, Gräselberg, Wiesbadener Osten, Nachbarschaftshaus in Biebrich.

Wir bieten Formate an, um Menschen für diese Themen in

Ihrem eigenen Stadtteil zu interessieren:

- Letzte-Hilfe-Kurse
- Sprech- und Zuhörstunden: Wir sind zu festen Terminen in bestimmten Stadtteilen vor Ort und bieten uns zu allen Themen rund um das Lebensende als Gesprächspartner an unter dem Motto: „Manches im Leben braucht Mut, über das Sterben zu reden auch!“
- Präsenz auf Stadtteilstesten
- Erzählen von Begleitgeschichten
- Information zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht



Besuchs- und Begleitdienste Wiesbaden

Das Netzwerk „Besuchs- und Begleitdienste Wiesbaden“ ist ein Verbund von Organisationen, die sich zusammengeschlossen haben, um ehrenamtliche Unterstützungsdienste und Begleitung im Alltag anzubieten. Geschulte Ehrenamtliche treffen sich mit Menschen mit Hilfebedarf, gehen spazieren, schauen Fotobücher an, entlasten Familien, bieten ein Bewegungsprogramm an oder begleiten sie durch schwere Zeiten. Ein Informationsflyer zum Angebot liegt in der AUXILIUM-Geschäftsstelle aus.



Zwei neuere Formate, die wir seit kurzem anbieten

Wir gehen auf „Projekte gemeinschaftlichen Lebens und Wohnens“ in Wiesbaden zu und bieten Letzte-Hilfe-Kurse an (z. B. im „Wohnprojekt Horizonte“, AUXILIUM war bei einem Gespräch im Wohnprojekt Blücherstraße 17, siehe S. 6) und bieten auch eine Gesprächsmoderation zu den Fragen an, was innerhalb dieses gemeinschaftlichen Wohn-Projektes an Begleitung bzw. Unterstützung am Lebensende im

Projekt selbst geleistet werden möchte, kann oder soll, welche Rahmenbedingungen und Absprachen es bräuchte und was externe Unterstützungsmöglichkeiten sein könnten.

Wir gehen seit kurzem auf Besuchsdienste mit einem Vortragsangebot zu. Wir möchte informieren, damit die Einzelnen die Unterstützungsmöglichkeiten am Lebensende bei Bedarf bei ihren Besuchen weitergeben können. Wir lassen uns einladen in Gesprächskreise, zu Firmen, privaten Treffen, und wir versichern auch immer: „Sie müssen nicht gleich sterben, wenn Sie darüber reden, sich informieren und einen Letzte-Hilfe-Kurs besuchen“.

Tatsächlich ergeben sich oft genau die umgekehrten Reaktionen. So wird nach Ausbildungskursen zur Hospizbegleitung oft gesagt: „Die Beschäftigung mit den Themen von Sterben, Tod und Trauer hat dazu geführt, dass ich mich intensiver mit dem Leben, meinem eigenen Leben und der Frage beschäftigt habe, was ich denn wirklich will und ob ich gerade das tue, was ich eigentlich will.“

Wo wollen wir hin, was sind die Ziele von AUXILIUM?

Wir möchten dazu beitragen, dass es alltäglicher, normaler, angstfreier wird, über diese Themen zu sprechen – dazu ermuntern, Angehörige,

Freunde, Menschen der eigenen Umgebung anzusprechen, zu signalisieren, dass man auch sich selbst zur Verfügung stellt, um auf dieses Thema angesprochen zu werden.

Konkret vor Ort braucht es einen intelligenten Mix aus:

- der Präsenz von bedeutsamen Menschen aus Familie, Zugehörigen und Freundeskreis,
- nachbarschaftlicher, quartierlicher, hilfreicher Aufmerksamkeit
- professioneller Unterstützung (von Medizin, Pflege, Sozialarbeit = Beratungsleistungen – bürokratische Unterstützung),
- ehrenamtlicher Unterstützung.

Was bedeutet quartierliche Aufmerksamkeit?

Es wäre eine Überforderung, die Sorgeleistungen den Menschen des Quartiers übertragen zu wollen. Und jetzt komme ich auf unseren Film zurück, den wir beim Hospiztag gezeigt haben: Hier spielt das Wörtchen „mit“ eine entscheidende Rolle. Es geht um Mit-Sorge, den/ die andere mitdenken, mit-einkaufen, eine Suppe mit-kochen, Frühstücksbrötchen am Wochenende mit-bringen, sich nach den eigenen Möglichkeiten mit-kümmern. Und das fängt sehr klein an: Kenne ich die Menschen in meinem Wohnblock, in der Nachbarschaft? Bemerke ich, wenn auf dem Balkon gegenüber die Blumen vertrocknen, der Rollladen nicht mehr hochgezogen wird usw.?
Es bedarf neuer, sozialraumorientierter Sorgemodelle, Beziehungs- und Hilfsnetzwerke und der Ermöglichung von Kommunikationsräumen zu Fragen der gemeinsamen Sorge füreinander – nicht nur, aber auch am Lebensende.

Denn: die Bedingungen guten Lebens sind auch Bedingungen für gutes Sterben. ■

Michael Stauß (Bild siehe S. 5)



Auch mit kleinen Aufmerksamkeiten und aktiver Hilfe wie dem Mit-Einkaufen für die Nachbarschaft drückt sich gemeinsame Sorge füreinander aus.



Pflegestützpunkt Wiesbaden

Beratung zu Leistungen der Pflege- und Krankenversicherung, bei Behinderung sowie bei Fragen zu hauswirtschaftlicher Versorgung

Ein Augenblick kann alles ändern! Pflegebedürftigkeit tritt in allen Lebensabschnitten auf, nicht nur im fortgeschrittenen Alter. Nach der gesetzlichen Definition gelten Personen als pflegebedürftig, wenn sie gesundheitlich bedingte Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten aufweisen, die nicht mehr selbständig kompensiert werden können und deshalb ein Hilfebedarf durch andere besteht.

Wir helfen Betroffenen und Angehörigen weiter bei Fragen zu:

- Neu- und Höherstufungsanträgen bei Pflegebedürftigkeit und Schwerbehinderung,
- Hilfebedarf bei Körperpflege, Ernährung und Mobilität,
- Ambulanter und stationärer Pflege,
- Tages-, Kurzzeit- und Verhinderungspflege,
- Heil- und Hilfsmittelversorgung,
- Rehabilitationsmöglichkeiten.

Bei der Beratung ist uns Folgendes besonders wichtig:

- Wir beraten und informieren trägerneutral, unabhängig und kostenfrei.
- Die Beratungen finden telefonisch, persönlich bei uns im Büro oder auf Wunsch bzw., wenn die jeweilige Situation es erfordert, auch im Rahmen von Hausbesuchen statt.
- Wir stehen den Betroffenen sowie Angehörigen und Bezugspersonen mit Rat und Tat zur Seite und kümmern uns nachhaltig um die Anliegen.
- Im Rahmen der Netzwerkarbeit arbeiten wir mit vielen Einrichtungen und Diensten zusammen, die sich mit Fragen der Prävention, Rehabilitation, Pflege und Hilfen zur Lebensgestaltung befassen.

Der Pflegestützpunkt basiert auf einer gemeinsamen Trägerschaft der gesetzlichen Pflege- und Krankenkassen und dem Amt für Soziale Arbeit der Stadt Wiesbaden.

Ergänzend zu dem Angebot der Beratungsstellen für selbstständiges Leben im Alter liegt beim Pflegestützpunkt Wiesbaden der Schwerpunkt in der Beratung von jüngeren, unter 60-jährigen Menschen, mit Pflegebedarf und/oder Behinderung, die gesetzlich versichert sind.

Die privaten Kranken- und Pflegeversicherer bieten mit COMPASS Private Pflegeberatung eine eigene Pflegeberatung an. ■

Jörg Bracke

Kontaktdaten

Pflegestützpunkt Wiesbaden
Kreuzberger Ring 7
65205 Wiesbaden

Jörg Bracke
Telefon: 0611 31-3648
Monika Dernbach
Telefon: 0611 31-3590
pflegestuetzpunkt@wiesbaden.de

ZUR PERSON

Jörg Bracke

ist Krankenkassenbetriebswirt und Pflegeberater. Er berät Ratsuchende im Pflegestützpunkt Wiesbaden.



Filmtipp

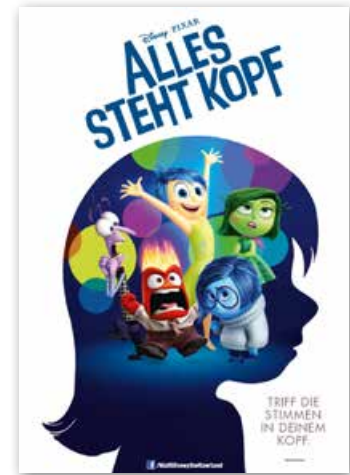
Alles steht Kopf

In diesem Animationsfilm dreht sich alles um die Abenteuer der Emotionen im Inneren eines jungen Mädchens.

Freude, Kummer, Angst, Wut und Ekel sind die Hauptakteure in einer Geschichte über die Herausforderungen des Erwachsenwerdens und die Vielfalt der menschlichen Emotionen. Auch um solche, die uns in der Trauer beschäftigen.

Der Film beginnt damit, dass die Hauptperson – das Mädchen Riley – in eine neue Stadt zieht, was eine Flut von Emotionen auslöst: Die Freude versucht, die Kontrolle zu behalten, aber Chaos bricht aus, als der Kummer in die Erinnerungen des Mädchens stolpert. Riley beginnt, sich in ihrer neuen Umgebung verloren und traurig zu fühlen, was ihre Beziehung zu ihren Eltern und Freunden belastet.

Die Emotionen begeben sich auf eine spannende, teils sehr lustige Reise durch Rileys Gedanken und Erinnerungen, während sie versucht, die Kontrolle über ihr inneres Gefühlsleben zurückzugewinnen. Und das ist nicht immer leicht! Dabei entdeckt sie die Bedeutung von Kummer und wie er zur Heilung beitragen kann. Der Film zeigt: Alle Gefühle, positive wie negative, haben einen Platz in unserem Leben. Er zeigt, wie sie zusammenarbeiten, um Riley zu helfen, sich an die Veränderungen anzupassen und emotional zu wachsen. „Alles steht Kopf“ ist eine sehenswerte, toll aufbereitete Geschichte darüber, wie wir unsere Gefühle akzeptieren und nutzen können, um mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen. Viele Gefühle zeigen sich auch, wenn wir trauern oder Menschen beim Sterben begleiten. Der Film schildert liebevoll und einfühlsam, warum Gefühle wichtig für uns sind und dass sie uns immer begleiten. Er ist für Jung und Alt geeignet und kann eine gute Basis dafür sein, über Emotionen, Verluste, Trauer und



US-amerikanischer Animationsfilm
Start: Oktober 2015
Regie: Pete Docter
zu sehen bei Amazon Prime

Neuanfang in ein Gespräch zu kommen. Ich habe den Film zum ersten Mal in einer Zeit gesehen, in der ich in tiefer Trauer war. Er hat mir nicht nur geholfen, meine Emotionen besser zu verstehen, sondern auch Leichtigkeit geschenkt und mich zum Lachen gebracht.

Insgesamt bietet „Alles steht Kopf“ eine wichtige Botschaft der Hoffnung und des Verständnisses für trauernde Menschen. Es ermutigt sie, sich mit ihren Emotionen auseinanderzusetzen, Unterstützung zu suchen und ihren eigenen Weg zur Heilung zu finden. Das macht den Film auch zu einem wertvollen Instrument für Trauerbegleiter*innen und Hospizhelfer*innen, die Menschen in schwierigen Lebensphasen unterstützen. ■

Sabine Storm



ZUR PERSON

Sabine Storm ist Trauerbegleiterin, zertifizierte Seelensporttrainerin und Redaktionsmitglied des „Wegbegleiter“.



Der Lauf des Lebens

Gedanken von Susanne Kucklei zu ihrer Hospizausbildung

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

Cicely Saunders. Pionierin der Palliativmedizin und Gründerin der modernen Hospizbewegung (1918–2005)

Ich habe mich die letzten acht Monate auf eine Reise begeben, eine besondere, denn ich wollte mehr wissen über den Tod bzw. das Sterben. Was ich gefunden habe, sind viele neue Eindrücke über das Leben und seinen Sinn. In der Qualifizierung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung wird auch auf das Lebensende geblickt, selbstverständlich. Aber es geht eher darum, das Leben oder vor allem das verbleibende Leben genau zu betrachten.

Viele Menschen, denen ich von meiner Hospizausbildung erzählt habe, waren erstaunt, dass ich mich damit jetzt beschäftige. Sie waren spontan der Meinung, dass sie das nicht könnten. „Das muss doch sehr anstrengend sein und kostet sicher viel Kraft. Oder: „Ich könnte das nicht!“ so lautete die häufige Resonanz auf mein Ansinnen, diese Qualifikation zu machen.

Was ist der Sinn des Lebens?

Sterben werden wir alle, auch wenn viele dieses Thema möglichst ganz weit weg drücken möchten. In ihrem Herzen, dem Verstand und dem Bewusstsein sowieso. Da ich eher dazu neige, mir die Dinge

anzuschauen – als Begleiterin für Menschen in herausfordernden Lebenssituationen ist das auch notwendig – war es für mich irgendwann selbstverständlich, dass ich mir den Tod oder auch das Sterben näher betrachte.

Fünf Kernpunkte

Was ich erfahren habe, lässt sich in fünf Kernpunkten festhalten:

- **Was muss noch gelebt werden? Auf was kann ich aber auch verzichten?**
- **Was braucht es für eine Begegnung, ein Gespräch, damit es eine wertvolle Erfahrung ist?**
In der Begegnung mit schwerstkranken Menschen wird man irgendwie demütigt. Das heißt: Die Essenz eines Lebens wird mir deutlicher, und dann wäge ich auch ab, was und wie ich kommuniziere.
- **Weniger ist mehr.**
In der Phase des Sterbens sind viele Dinge, die (früher) wichtig waren, nicht mehr relevant. Warum sich nicht grundsätzlich damit auseinandersetzen, was ist wesentlich?
- **Die Lebenswelt von Sterbenden betrachten.**

Was heißt es, sich nicht mehr selbst versorgen zu können, hilfloser und auf Hilfe angewiesen zu sein? Welche eigenen Gefühle werden dabei berührt?

■ **Erinnern an das, was in einem Leben wichtig war und ist.**

Ein Lebensrückblick gehört auf jeden Fall dazu. Ein volles Leben zurücklassen, damit man Versöhnung und Frieden finden kann – auch mit den Dingen, die schwer waren.

Die Aufzählung ließe sich noch fortsetzen und ist vielleicht für jeden anders, aber für mich sind das wichtige Punkte für mein Leben im Jetzt.

Begegnungen, die berühren

Ich bin in dieser Fortbildung vielen Menschen begegnet, die uns als Referentinnen und Referenten zur Seite standen und uns an ihrer Erlebniswelt teilhaben ließen. Menschen, die tagtäglich die Botschaft von schwerer Krankheit vermitteln müssen. Wie der Palliativmediziner und Onkologe Dr. med. Bernd-Oliver Maier, der mit einer Klarheit Informationen und Wahrheit überbringen muss, die mich tief beeindruckt haben. In jedem Managementtraining sollte solch ein Impuls gehalten werden, damit das Thema Klarheit fühlbar wird, weil es in jedem Kontakt wichtig ist.

Oder die Gestalttherapeutin und Psychoonkologin, die Unterstützung



Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleiter feiern den Abschluss ihrer Qualifikation am 16. Mai 2023 – kniend: Patricia Fehlbier, Anita Haensel, Regina Hasselbach, dahinter stehend: Iris Schmidt, Marianne Jensen, Traute Schütte, Susanne Kucklei, Ute Grund, Michael Strauß, Tim Kleinsorge, Mark Salama

für Kinder und Jugendliche mit einem schwerstkranken Elternteil anbietet. Mit welcher Feinfühligkeit und tiefen Zuneigung sie ihre Aufgabe erfüllt, war deutlich spürbar.

Dazu kamen Besuche in einem Bestattungsunternehmen oder die genaue Auseinandersetzung mit Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Alles auch Themen, die dazugehören, wenn man sich mit dem Sterben befasst. Natürlich auch das Trauern und welche Auswirkungen es haben kann. Nicht zu vergessen: die Spiritualität, die eine für mich wichtige Komponente im Angesicht des Todes ist. Sie hilft, einen ganz anderen Blick auf das Sterben zu bekommen.

Trotzdem Ja zum Leben

Den Abschluss bildete ein Wochenende mit der Psychotherapeutin Carmen Kloft, die uns das Lebens-

werk von Viktor Frankl näherbrachte. Mit seinem „Trotzdem Ja zum Leben“ ist er als Begründer der Logotherapie bekannt geworden. Als Überlebender mehrerer Konzentrationslager hat er sich intensiv mit der Frage nach dem Sinn des Lebens auseinandergesetzt. Gemeinsam sind wir als Gruppe noch einmal in eine intensive Suche und Reflexion zum eigenen Leben eingestiegen. Das Wochenende hat mich im tiefen Inneren sehr erfüllt.

Nicht zu vergessen sind natürlich die Weggefährtinnen und -gefährten, die die Reise mit mir gemeinsam gemacht haben. Menschen zwischen knapp 30 und bis über 70. Eine gute Bandbreite von Lebenserfahrungen, die wir immer wieder auch in tiefem Vertrauen und viel Respekt füreinander ausgetauscht haben. Wir haben gelacht, sinniert und geweint – gemeinsam. Geleitet wurde die Qualifizierung

von Begleitern von AUXILIUM Wiesbaden, die mit viel Hingabe und Achtsamkeit Menschen für diese Aufgabe qualifizieren. Diese gemeinsame Erfahrung hat die Qualifizierung noch einmal mehr abgerundet.

Letztlich habe ich mich in diesen acht Monaten, die auch anstrengend waren, tiefer mit dem Leben verbunden, weniger mit dem Tod. Auch wenn das Ende des Lebens immer im Raum stand, ging es letztlich, so wie die Begründerin Ciseley Saunders es zusammengefasst hat, um das Leben im Jetzt.

Dazu gehörte auch eine intensivere Auseinandersetzung mit meinen eigenen Lebensinhalten. Das habe ich am Anfang nicht erwartet. Heute stehe ich anders da und bin froh für diese Lebensreise! ■

Susanne Kucklei

Eine schöne Tradition

Ehrenamtstag

Der Ehrenamtstag bei AUXILIUM ist immer ein ganz besonderer Tag. Ein Tag im Zeichen des entspannten Zusammenseins und eine wunder-



bare Gelegenheit für lange Gespräche und Austausch. Andrea Weyand, die Koordinatorin, hatte am 24. Juni 2023 in den Apothekergarten eingeladen.



Dr. Rothenberger, Apotheker und ehrenamtlicher Mitarbeiter, führte durch den Garten und hatte viel Interessantes und Wissenswertes zu berichten. ■



Zehn Jahre ehrenamtliches Engagement

AUXILIUM sagt „Danke!“

Mein Name ist Edith Ruppert, ich bin 78 Jahre alt und lebe schon immer hier in meiner Geburtsstadt Wiesbaden. Bis zu meinem Ruhestand war ich beim Hessischen Landeskriminalamt beschäftigt.

Meine Ausbildung zur Hospizbegleiterin begann ich im Januar 2013. Seitdem habe ich zahlreiche sterbende Menschen auf ihrem letzten Weg begleitet, teils zu Hause, teils in Pflegeeinrichtungen.

Meine Motivation und Engagement wurden durch die Palliativfachkräfte Maritta Sallinger und Dorle Heinz gefördert, die meine Mutter in ihrer letzten Lebensphase begleitet haben. Ich lernte



dabei den Verein AUXILIUM sowie dessen Arbeit besser kennen und war sehr angetan, wie ruhig, empathisch und mit großem Fachwissen meine Mutter umsorgt wurde. Meine Mutter starb im Beisein meiner Familie, so, wie sie es sich gewünscht hatte. Ich bin

heute noch dankbar, dass ich ihren letzten Weg ohne Angst und Zweifel ein Stück mitgehen konnte, was ohne AUXILIUM kaum möglich gewesen wäre.

Während der letzten zehn Jahre als Hospizbegleiterin habe ich viele interessante Menschen und deren Angehörige kennengelernt. Berichte aus deren Leben zu hören war beeindruckend, aber auch traurig. Momentan begleite und unterstütze ich ein Familienmitglied bei seiner schweren Erkrankung.

Ich möchte nicht versäumen, mich bei dem AUXILIUM Team für das mir entgegengebrachte Vertrauen zu bedanken. Ich bekam zu jeder Zeit uneingeschränkte Unterstützung und Hilfe.

Auch im Kreis der Hospizbegleiterinnen und -begleiter fühle ich mich sehr wohl. Ich danke allen von Herzen. ■

Danke für wegweisende Impulse

Verabschiedung unseres Geschäftsführers Ralf Michels



Am 1. Juli 2015 übernahm Ralf Michels die Geschäftsführung des Hospizvereins AUXILIUM und leitete dessen Geschicke bis zum 31. August 2023.

In diese Zeit fielen viele für den Verein wegweisende Entscheidungen und Entwicklungen. Hier sind vor allem die nach der Verabschiedung des Palliativgesetzes Ende 2015 abgeschlossenen Kooperationsverträge mit Pflegeeinrichtungen und Seniorenheimen sowie die Schaffung eines umfangreichen Netzwerkes für die ehrenamtlichen hospizlichen Begleitungen durch Auxilium zu nennen.

Ebenso erkannte Ralf Michels schon früh, wie wichtig eine „sorgende Gesellschaft“ für das Miteinander der Menschen und die Ausrichtung des Vereins ist.

Für die kontinuierliche inhaltliche Weiterentwicklung und die Auseinandersetzung mit aktuellen Themen wie „assistierter Suizid“

entstanden unterschiedliche umfangreiche Formate. Angesprochen und umfassend informiert wurden damit sowohl die ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen (Hospiz im Dialog) als auch die interessierte Öffentlichkeit (Hospiztage und Fachvorträge). Ungewöhnliche Veranstaltungen, z. B. die kurze Nacht der Museen, brachten AUXILIUM auch jüngeren Menschen näher.

Während seiner Geschäftsführungszeit gab es auch schwierige Entscheidungen zu treffen. So wurde Ende 2022 das eigene SAPV-Team aufgelöst – ein tiefer Einschnitt in der Arbeit von AUXILIUM, der niemandem leicht gefallen ist. Diese Änderung zog auch eine Neuaufstellung der Struktur des Vereins mit sich.

Die Coronakrise war auch für AUXILIUM keine leichte Zeit. Herr Michels steuerte den Verein überlegt durch die zahlreichen Herausforderungen, so dass diese gut gemeistert werden konnten.

Ralf Michels hat mit seiner Kompetenz, Erfahrung und Weitsicht sehr zum Ansehen des Vereins und der hohen Fachkompetenz, für die AUXILIUM steht, beigetragen und diesen weiterentwickelt. Dies war nicht zuletzt durch die gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Vorstand sowie den haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen möglich. Aufgrund der so geschaffenen soliden Basis ist AUXILIUM für die Herausforderungen der Zukunft gut aufgestellt. Wir alle danken Ralf Michels für die produktive, gemeinsame Zeit und wünschen ihm auf seinem weiteren Weg alles erdenklich Gute! ■



Verstärkung für das Team

Seit Mitte August unterstützt **Ortrud Müller** das Team des Hospizvereins AUXILIUM als Fachkraft für Büromanagement in Teilzeit. Wir freuen uns sehr, dass wir sie für die Arbeit im Verein gewinnen konnten.

Ortrud Müller ist Fachkraft für Büromanagement und wird in erster Linie administrative Aufgaben übernehmen. Durch ihre Berufstätigkeit beim Schott Musikverlag und im Sekretariat von Univ.-Prof. Dr. Stephan Grätzel an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz verfügt Ortrud Müller über einen breiten Erfahrungsschatz, vor allem in den Bereichen Personalangelegenheiten und allgemeine Büroorganisation, und ergänzt dadurch das AUXILIUM-Team sehr gut. Ortrud Müller studierte Philosophie, Germanistik und Romanistik und schloss ihr Studium 1991 ab. Sie ist 60 Jahre jung, verheiratet und hat eine Tochter. Familiärbedingt pausierte sie in den letzten drei Jahren und freut sich nun, sich bei AUXILIUM engagieren zu können. Sie erreichen Frau Müller in der Regel montags bis donnerstags von 9 bis 14 Uhr.

Wir heißen Frau Müller bei AUXILIUM herzlich willkommen! ■

Birgit Menne
Vorstandsvorsitzende

Hospiz im Dialog – 2023/2024

Montag, 27. November 2023 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Wohnprojekte – Gemeinschaftliches Leben per Zoom* Formen gemeinschaftlichen Wohnens in Wiesbaden <i>Referentin: Heidi Diemer, Koordinierungsstelle für Wohninitiativen und Baugemeinschaften, Stadt Wiesbaden</i>
Montag, 29. Januar 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Aussöhnung mit den Eltern <i>Referentin: Monika Müller-Hermann, Frankfurt/Main</i>
Montag, 26. Februar 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Assistierter Suizid <i>Referent: Dr.med. Thomas Nolte</i>
Montag, 25. März 2024	Veranstaltung entfällt wegen des Osterfestes
Montag, 29. April 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Suizidprävention <i>Referentin: Inga Beig o. a., Netzwerk für Suizidprävention, Gesundheitsamt Frankfurt/Main</i>
Montag, 27. Mai 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Seelisch gesund bleiben <i>Referent: Prof. Dr. med. Dieter Braus, Direktor Vetos Rheingau</i>
Montag, 26. August 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Fragen nach dem Sinn <i>Referentin: Carmen Kloft, Wiesbaden</i>
Montag, 30. September 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Kriegskinder/Kriegsenkel <i>Referent: Jan Gramm, Institut für Palliativpsychologie, Friedberg</i>
Montag, 28. Oktober 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Aktueller Diskussionsstand zum Thema des assistierten Suizids Ergebnisse aus mehreren Diskussionsrunden <i>Referentin: Claudia Brillmann, Vorsitzende, AUXILIUM Wiesbaden</i>
Montag, 25. November 2024 19.30 Uhr bis ca. 21 Uhr	Trauernde Kinder <i>Referentin: Anita Zimmermann, Flüsterpost, Mainz</i>

Veranstaltungsort:

Hospizverein Wiesbaden AUXILIUM e. V.
Luisenstr. 26, 65185 Wiesbaden
Tel. (0611) 40 80 80, www.hvwa.de
Diese Veranstaltungen sind kostenfrei.

Wir freuen uns über Ihre freiwillige Spende:

Wiesbadener Volksbank
IBAN DE 12510900000004119002

*Zoom

Die digitale Teilnahme erfolgt ohne Anmeldung. Den Link zum Einwählen finden Sie am Veranstaltungstag auf unserer Homepage:

www.hvwa.de/start/aktuelles

Mit diesem Link können Sie sich selbstständig ab 19:20 Uhr zuschalten. Für das Jahr 2024 steht noch nicht fest, in welchem Format die „Hospiz im Dialog“-Veranstaltungen stattfinden. Die Entscheidungen werden wir rechtzeitig auf unserer Homepage veröffentlichen

Unterstützerin im Portrait

Edeltraud Minor

In dieser Rubrik stellen wir Ihnen regelmäßig Mitglieder und Unterstützende unseres Vereins persönlich vor – denn es lohnt sich, Engagierte bei AUXILIUM näher kennenzulernen.

ALTER: 83
WOHNORT: Wiesbaden-Nordenstadt
TÄTIGKEIT: Seniorin, Ehefrau,
Omi, einfach da sein,
Kümmerein

MITGLIED BEI AUXILIUM:
seit 2000

TÄTIGKEIT BEI AUXILIUM:
Der Hospizverein AUXILIUM wurde 1985 gegründet. Die Gründerinnen fingen an, Todkranke zu besuchen, später entwickelte sich dann auch die Ausbildung zur Sterbebegleitung. Als ich im Jahr 2000 zu AUXILIUM kam, steckte die hospizliche Begleitung in Wiesbaden allerdings noch in den Kinderschuhen. Mein „Kind“ bei AUXILIUM ist der „Wegbegleiter“. In den Anfangsjahren hatte der Verein nur ein sehr schlichtes, in mühevoller Kleinarbeit zusammengesetztes, fotokopiertes Heftchen über seine Arbeit. Ich fand das zu schlicht und dachte, da muss was Größeres her, um auf diese wichtige Aufgabe aufmerksam zu machen. Als Beisitzerin im Vorstand, verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit, machte ich mich an die Arbeit. Obwohl ich aus einem ganz anderen beruflichen Bereich komme, kaum Ahnung vom Schreiben und der Entwicklung einer Zeitschrift hatte, entwickelte ich ein Konzept, fand dann Menschen, die mir bei der Umsetzung meiner Vorstellung halfen, mich bei der Arbeit am Computer unterstützten, Kontakt zu unserem Designer herstellten. So entwickelte sich der „Wegbegleiter“ und durfte



bis heute wachsen und inhaltsreicher werden. Ein Schlaganfall behinderte mich bei meiner ehrenamtlichen Arbeit für AUXILIUM, und ich zog mich schrittweise zurück. Motiviert zum Engagement bei AUXILIUM haben mich meine Erfahrungen nach dem Tod meines gerade erwachsen gewordenen Sohnes. Eine einfühlsame Trauerbegleitung hat mir damals besonders gefehlt. Wie radikal eine schwere Krankheit in das Leben eines Menschen eingreifen kann, erfuhr ich durch meinen Schlaganfall.

HOBBYS:
Lesen, Schreiben, früher auch meinen Garten pflegen, mich bewegen, Nähen

ICH UNTERSTÜTZE AUXILIUM, WEIL ...
ich dazu beitragen möchte, dass die Themen, die sich mit dem Tod und dem Lebensende befassen, nicht immer ausgeklammert werden, weil sie ängstigen und viele Menschen sich damit allein gelassen fühlen.

MEINE BEEINDRUCKENDSTES ERLEBNIS MIT DEM TOD:
Der Tod meines Sohnes.

DIESE SCHLAGZEILE WÜRDTE ICH GERNE MAL IN ZEITUNG LESEN:
Wiesbaden ist die erste hungerfreie Stadt in Deutschland! Die Wiesbadener Tafel freut sich über mehrere regelmäßige Großspenden.

AN WIESBADEN GEFÄLLT MIR:
Die Überschaubarkeit der Stadt, das Ambiente um Kurhaus und Kurpark, das Kino Caligari und die vielen kleinen Geschäfte abseits des Zentrums.

EIN GELUNGENES LEBEN BEDEUTET FÜR MICH:
... das ich meinen Lebenssinn gefunden und erkannt habe und ihn auch zeitweise leben konnte.

WENN ICH DREI WÜNSCHE FREI HÄTTE ...
... dann wäre ich topgesund, hätte meinen Sohn wieder und meine Lust mich zu bewegen!

DAS SOLLTE JEDER MINDESTENS EINMAL IM LEBEN GEMACHT HABEN:
Wenn es Füße und Gesundheit ermöglichen, in kleiner Gemeinschaft oder auch allein, ein Stück den Jakobsweg Richtung Santiago de Compostela pilgern. Diese Erfahrung ist für mich eine lebenslange Bereicherung und Erfüllung.

DAVOR HABE ICH ANGST:
Im Unglück ganz allein zu sein.

GLÜCK BEDEUTET FÜR MICH:
In Harmonie mit meinem Umfeld zu sein, ganz im Jetzt leben zu können, dann fühle ich mich leicht und unbeschwert. ■

Von daheim – wohin?

Wenn Pflege zu Hause an ihre Grenzen kommt: ein Erfahrungsbericht von Edeltraud Minor

Ein neues Kapitel wird aufgeschlagen, wenn man älter wird. Eine langsame aber spürbare Entwicklung, die von individuell unterschiedlichen Gefühlen begleitet wird. Ich gehöre zu denjenigen, die sich sagen „es ist halt so“, ich muss den Prozess aushalten, ich kann ihn vielleicht auch steuern.

Ich bemerkte die Veränderungen zunächst gar nicht so sehr, da ich mich auch noch mit den Folgen eines Schlaganfalles auseinandersetzen musste. Diese Übungen fordern mich sehr. Meine ganze Kraft investierte ich in sie. Merkte dann, dass zuhause viel auf der Strecke blieb. Niedergeschlagen und traurig stellte ich fest, dass es so nicht weitergehen konnte, aber auch, dass ich tief schlummernde Kräfte aktivieren konnte. Ich lebe in einer engen Partnerschaft und das ist gut und wohltuend, aber beinhaltet auch Rücksichtnahme und Verantwortung für den Partner, und das engt alle Entscheidungen sehr ein und kann die weitere Lebensplanung schwierig machen.

Jetzt spüren wir: Wir kommen zuhause nicht mehr zurecht. Ich fühle mich total überfordert und auch etwas vernachlässigt. Ich denke, meine Anstrengungen werden nicht gewürdigt, und ich fühle mich immer noch mehr gefordert. Wenn meine Kraft erlahmt, denke ich oft: Kann ich es denn nicht endlich mal gemütlich und leicht haben? Am liebsten möchte ich flüchten. Mir ist schon bewusst, dass ich auf hohem Niveau klage, aber so fühle ich

mich, müde ob all der Mühen und auch etwas enttäuscht.

Also: Was tun? Es stellte sich heraus, dass mit Hilfen von außen das Defizit nicht zu kompensieren war. Pflegeheim, das Wort tauchte immer wieder auf, ließ sich nicht verdrängen. Oje, ich doch nicht! Dafür fühle ich mich doch noch viel zu jung. So alt bin ich doch noch nicht! Habe ich doch erst ein Buch geschrieben, wie Frauen gut älter werden können. Und jetzt Pflegeheim! Bei der heutigen Situation! Also noch mal alle Kräfte mobilisieren, vielleicht schaffen wir es gemeinsam doch noch einmal. Noch mehr Anstrengung.

Eine Alternative wäre betreutes Wohnen. Eine solche Einrichtung bietet selbstständiges Wohnen an, aber für täglich lästige Arbeiten lässt sich manchmal noch zusätzliche Hilfe buchen.

Eine weitere Möglichkeit wäre, eine 24-Stunden-Betreuung über eine Agentur zu buchen. Betreuung brauche ich aber nicht, nur Hilfe im Haushalt. Diese Frauen oder Männer würden jedoch in der eigenen Wohnung bzw. im eigenen Haus ein

eigenes Zimmer benötigen. Sie wären 24 Stunden an sieben Tage pro Woche verfügbar, Freizeit inklusive. Eine Möglichkeit, die gut und ansprechend klingt. Kann auch funktionieren – sofern es einem nichts ausmacht, dass eine fremde



Person immer dabei ist und die Chemie stimmt. Und die Sprachprobleme!

Übersetzungsprogramme im Smartphone sind eine Hilfsmöglichkeit, nur funktionieren sie oft nicht optimal. Ein Gespräch zwischenmenschlichen Kontakt äußerst wichtig, ist für mich mit einem elektronischen Translater nicht möglich. Ganz abgesehen davon, dass diese Frauen oder Männer oft nicht die notwendige Qualifikation haben; die Agenturen vermitteln nur mit allen Versprechungen, um Weiteres kümmern sie sich nicht; so habe ich es erfahren. Andere sind damit zufrieden. Dann gibt es noch das Service-



Wohnen (EVIM Wiesbaden). Was ist das denn jetzt? Da lebt man völlig selbstständig in einer eigenen Wohnung, es wird jedoch sehr viel Hilfe angeboten. Das klingt gut.

Was soll es jetzt für mich werden?

All diese Auseinandersetzungen kosten sehr viel Kraft und fordern weitere Überlegungen. Das macht mich mutlos. Die Aufgabe des eigenen Hauses rückt bedrohlich nahe. Hier lebten wir seit Jahrzehnten, hier wollten wir doch älter werden. Wir müssen Abschied nehmen von vielem, was ein Leben lang zu uns gehört hat, was man sich vielleicht nach langem Sparen geleistet hat, was voller Erinnerungen steckt.

Und wohin jetzt damit? Nicht jeder schätzt das, woran man selbst hängt. Das schmerzt. Da hilft auch nicht der bekannte Spruch „Das letzte Hemd hat keine Taschen“. Diese Sachen bewusst abzugeben befreit. Da geht's ans Loslassen, das fällt mir noch am schwersten, zumal meine körperlichen Einschränkungen mich hindern, jedes Teil noch einmal selbst in die Hand zu nehmen. Ich fühle mich noch nicht leicht, aber die Entscheidung ist gefallen. Viele Gespräche waren notwendig. Abwägen: Schaffen wir das? Worin liegt der Gewinn für uns? Wir werden jedoch sehr viel mehr Zeit für uns gemeinsam haben! Mir tun diese Gedanken gut. Schließlich sind wir einen sehr langen Weg gemeinsam gegangen, und der soll einen guten Abschluss finden. Wir haben uns fürs Service-Wohnen entschieden. Es dauert noch, bis es so weit ist. Erst muss eine Wohnung frei sein. Schweren Herzens werden wir uns von unserer gewohnten Umgebung verabschieden. Geht es mir nun besser?

Abbildung aus dem Buch „Frauen, die jung bleiben, können auch älter werden“ von Edeltraud Minor, Engelsdorfer Verlag (Illustration: Julia Tebbe, Q/Wiesbaden)

Leider nein. Nur, die Entscheidung ist getroffen. Beklemmung bleibt. Mir graut vor dem Umzug! Vorher will ich noch alle blühenden Ecken im Garten fotografieren.

Die letzte Seite des neuen Kapitels ist aufgeschlagen. Hermann Hesse sagt in seinem Gedicht „Stufen“: „Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde“. Und: „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben.“ Viel Trauer ist da. Was macht das alles mit mir? Ich muss abwarten, weil ich es noch nicht weiß, aber hoffe, dass alles gut kommt. So ganz langsam kann ich mich mit dem Gedanken abfinden, dass unser Leben anders verlaufen soll, als ich es mir vorstellte. Vertrauen ins Leben zu entwickeln, ist für mich ein sehr langer Lernprozess, immer wieder treten Zweifel auf, und auch Ängste. Ich bin noch längst nicht so abgeklärt, wie ich es mir wünschte, oder wie ich manchmal denke, es zu sein.

Gerade werde ich sogar etwas neugierig auf das, was uns erwartet, und kann dankbar sein für mein bisheriges Leben. Ein Gedanke treibt mich um: Der Sinn des Lebens ist für mich u. a. die Weiterentwicklung und Weitergabe all der Schätze, die jeder von uns mitbekommen hat zum Wohle aller. Dazu gehören Schmerz, Trauer und Verluste, aber auch Freude und Leichtigkeit, bewusst wahrzunehmen aus allen Quellen, die uns zur Verfügung stehen. Und das alles mit Dankbarkeit anzunehmen. Ich bin nicht enttäuscht vom Leben, ganz im Gegenteil. Alle „Schläge“, die mir verpasst worden sind, haben mich weitergebracht, bei allem Missmut und manchmal auch Zorn, den ich verspürte, und dem Verzichtemüssen.

Was war/ist das alles schwer! Aber ich lebe und versuche das Beste daraus zu machen, das ist mein Ziel! ■

Edeltraud Minor (s. S. 21)

Kurzgefasst

Die Arbeit des Hospizvereins AUXILIUM

Für Betroffene

- Ehrenamtliche hospizliche Begleitung
- Trauerbegleitung

Für Interessierte

- Beratung zu allen Fragen der hospizlich-palliativen Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Letzte Hilfe Kurse (LHK)
- Information durch breite Öffentlichkeitsarbeit, Zeitschrift Wegbegleiter, Vorträge, Workshops, Projektwoche in der Schule, Quartiers-Sprechstunden, Telefonsprechstunde

Für Mitarbeitende

- Qualifizierung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung
- Unterstützung bei der Qualifizierung zur ehrenamtlichen Trauerbegleitung
- Qualifizierung zur Beratung
- Fortbildung und Weiterbildung

Die Angebote von Auxilium sind kostenlos – ausgenommen Qualifizierungskurs und LHK über VHS. Der Hospizverein finanziert die Hospiz- und Trauerarbeit im Wesentlichen durch Spenden und Mitgliedsbeiträge. Bitte unterstützen Sie uns!

Kontoverbindung:

Hospizverein AUXILIUM Wiesbaden, Wiesbadener Volksbank, IBAN DE12 5109 0000 0004 1190 02

Stimmen der jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Hospiz macht Schule

Das Bundesprojekt „Hospiz macht Schule“ wird von der Projektgruppe um Koordinatorin Andrea Weyand an Wiesbadener Grundschulen erfolgreich durchgeführt. Am Ende der Woche werden die Kinder nach ihren Eindrücken befragt.

GELERNT IN DER WOCHE HABE ICH:

- Sehr sehr viel.
- Dass der Tod zum Leben gehört und dass jeder irgendwann stirbt.
- Dass man keine Angst vorm Tod haben muss.
- Dass man auch weinen kann, wenn einer stirbt.
- Trost hilft.
- Dass dieses Thema sehr wichtig ist und man es nicht verdrängen sollte.
- Wie ich Menschen trösten kann.
- Ein bisschen, wie ich mit dem Tod umgehen kann.
- Dass Hoffnung sehr toll ist.

BESONDERS IN DER WOCHE GEFALLEN HAT MIR:

- Dass ihr so das Thema gemacht habt, dass man es als Kind sehr gut verstehen kann.
- Mir hat gefallen, dass ein alter Mann gesagt hat, ich habe keine Angst vor dem Tod.
- Mir hat das Einpflanzen gefallen und die Geschichte mit den Wolken und der Film „Willi wills wissen“.
- Dass der Bestatter kam. Alles.
- Die Pflanze und das mit der Fingerfarbe. Der Bestatter.

WAS ICH SONST NOCH BEMERKEN MÖCHTE:

- Dass ich diese Woche nie vergesse.
- Dass ich es sehr toll finde, dass sie es in den vierten Klassen machen, weil es ein sehr wichtiges Thema ist.