

# Rundbrief

für Mitglieder, Freunde und Förderer



Ambulantes Hospiz  
Oberhausen e.V.

AUSGABE 01 | 2010



## Editorial

### *Liebe Mitglieder und Freunde des Ambulanten Hospizes Oberhausen,*

im vergangenen Jahr hat sich im Ambulanten Hospiz vieles verändert und einiges verbessert. So sind wir nach langen Überlegungen auf die Marktstraße umgezogen, was zahlreiche Mitarbeiter und Ehrenamtliche sehr begrüßen und sich zufrieden zeigen mit der Wahl unserer neuen Geschäftsstelle. Diese bietet nun ausreichend Platz für Gespräche und Gruppenabende. Aber: Unser Anliegen ist nicht verortet – „Wir kommen nach Hause und überall hin“ bleibt als fester Grundsatz erhalten.

2010 ist die Zahl der Begleitungen Schwerkranker und Sterbender erneut gestiegen, so dass wir die Befähigung der Ehrenamtlichen mit zwei neuen Kursen intensiviert haben. Auch für unsere Trauer-Angebote besteht weiterhin eine große Nachfrage.

Wir freuen uns außerdem über die Hilfe des Lions Club Oberhausen, der erneut Weihnachtsbäume zugunsten unserer Hospizarbeit verkauft. Dafür danken wir ihm an dieser Stelle ganz herzlich! Wir würden uns freuen, wenn auch möglichst viele Hospizler einen Baum zu unseren Gunsten erwerben. Die in der gewünschten Größe bestellten Tannenbäume werden erst wenige Tage vor Abholung geschlagen und sind deshalb von hoher Qualität. Bevor Sie Ihren Weihnachtsbaum aber am 18. Dezember ins Auto laden, lädt die Firma Evers Sie zunächst zu Glühwein und Gebäck, gesponsert vom Lions Club, ein.

Ein großes Dankeschön gilt allen Mitgliedern, Ehrenamtlichen, Helfern und Freunden. Der Vorstand und die Geschäftsstelle sind erfreut und dankbar über soviel Engagement im vergangenen Jahr und bedanken sich mit der Adventfeier Anfang Dezember bei allen Ehrenamtlichen und Kooperationspartnern.

Wir wünschen Ihnen eine frohe Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr.

Ihr Prof. Dr. C. Niederau, 1. Vorsitzender

## Ausblick

### *Traditioneller Weihnachtsbaumverkauf des Lions Club Oberhausen*

Bis zum 6.12.2010 können Sie Weihnachtsbäume bei der Firma Evers bestellen und am 18.12. von 10.30 bis 13.00 Uhr in der Lagerhalle der Evers GmbH, Graf-Zeppelin-Str. 10–12 in 46149 Oberhausen, abholen. (Bestell-Telefon: 0208.99475-0)

**Der gesamte Erlös kommt dem Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. zugute.**

### *5. März 2011*

Von 10.00 bis 15.00 Uhr findet der 11. Hospiztag im Medikon statt.

### *2. Juli 2011*

Zum Tag der offenen Tür öffnet die Geschäftsstelle von 10.00 bis 18.00 Uhr ihre Pforten.

### *9. Juli 2011*

Abschlussfeier des 12. Befähigungskurses



[www.hospiz-oberhausen.de](http://www.hospiz-oberhausen.de)

Wir sind da, wo Sie sind. / Über 100 qualifizierte Ehrenamtliche unterstützen die individuelle Lebensqualität, schenken Zuversicht und spenden Trost in Zusammenarbeit mit Arzt und Pflege. / Wir helfen Ihnen und Ihren Angehörigen, mit Ohnmacht, Bitterkeit und Angst umzugehen und ermöglichen so ein selbstbestimmtes Leben bis zuletzt. / „Wir kommen nach Hause und überall hin“.

# Angebote für Trauernde

Die Hospizarbeit endet nicht mit dem Tod.

## Café für Trauernde

Jeden zweiten und vierten Freitag im Monat bieten wir Trauernden an, bei Kaffee und Kuchen mit anderen Betroffenen über ihre Erlebnisse und Gefühle zu sprechen. Von 15.30 bis 17.00 Uhr begleiten qualifizierte Ehrenamtliche das Café in den Räumlichkeiten im Altfridhaus (Mülheimer Str. 202).

## Einzelbegleitung

Wünscht sich der Trauernde eine Einzelbegleitung, ist dies selbstverständlich möglich. Nach einem Erstgespräch sucht die Koordinatorin dazu eine qualifizierte, ehrenamtliche Begleitung aus. Über Ort, Zeit und Häufigkeit der Besuche entscheidet dann der Trauernde selbst, wobei – erfahrungsgemäß – die Begleitung in der Regel etwa 6 Monate dauert.

## Trauergruppe

Nach einem Beratungsgespräch ist die Aufnahme in die Trauergruppe möglich. Die Teilnahme ist damit verbindlich. Einmal im Monat (in der Regel jeden dritten Donnerstag) tauschen sich Trauernde von 19.00 bis 21.00 Uhr unter der Leitung von Natalie Neumann (Psychologin, Trauer-

begleiterin) und Anke Keller (Sozialpädagogin, Koordinatorin, Trauerbegleiterin) in der Geschäftsstelle über Sorgen, Probleme und Ängste aus und lernen, mit diesen Themen umzugehen.

## Trauerseminar

In thematischer Arbeit suchen Trauernde unter Anleitung von Natalie Neumann und Anke Keller nach Wegen, ihre Trauer auszudrücken und zu gestalten. Das Trauerseminar gliedert sich in acht Treffen, die in unserer Geschäftsstelle stattfinden.

**Eine Anmeldung dafür ist erforderlich.**

## Sternenzelt –

### Gruppe für trauernde Kinder

Kinder trauern anders. Zehn Mal konnten sich im Zeitraum von Mai bis Dezember Kinder im Alter von sechs bis elf Jahren treffen, um spielerisch und kreativ ihre Trauer auszudrücken. Das Kinder-Trauerbegleiterinnen-Team unterstützte und begleitete die acht Kinder, eine Trauerbegleiterin traf sich mit den Erziehungsberechtigten. Das Sternenzelt fand in Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde Holten-Sterkrade in der Friedenskirche Sterkrade statt. Für 2011 ist das Sternenzelt

nicht als Kurs, sondern als fortlaufende Gruppe geplant. **Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle.**

## Trennungs-Kinder Kunterbunt

Auch die Trennung der Eltern bedeutet einen großen Verlust. Kinder im Alter von acht bis elf Jahren bekommen deswegen die Möglichkeit, sich im Jugendzentrum Friki (Gemeindehaus Friedenskirche, Steinbrinkstraße) von vielem Vertrauten zu verabschieden und die Trauersituation gemeinsam mit einem Team von Kinder-Trauerbegleiterinnen zu meistern. Zehn Treffen geben Halt und Unterstützung, die zwei Mal im Monat mittwochs von 17.30 bis 19.00 Uhr in Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde Holten-Sterkrade in der Friedenskirche Sterkrade stattfinden. Die Teilnahme erfordert eine Anmeldung.

*Es gibt so wunderweiße Nächte*

*Es gibt so wunderweiße Nächte,  
drin alle Dinge Silber sind.  
Da schimmert mancher Stern so lind,  
als ob er fromme Hirten brächte  
zu einem neuen Jesuskind.*

*Weit wie mit dichtem Demantstaube  
bestreut, erscheinen Flur und Flut,  
und in die Herzen, traumgemut,  
steigt ein kapellenloser Glaube,  
der leise seine Wunder tut.*

*Rainer Maria Rilke*

# Löwen ganz menschlich

Am 25. Januar 2010 fand die 111-Freunde-Benefiz-Gala des Lions Clubs Oberhausen in der Erlebniskirche St. Bernardus statt.

111 Freunde zahlten je 111 Euro für ein ausgezeichnetes Vier-Gänge-Menü. Für Unterhaltung sorgten die politische Bestandsaufnahme der Koalition durch WAZ-Chefredakteur Ulrich Reitz, die phantastisch lockere Moderatorin Steffi Neu und Juwelen aus der Schlager-Schatzkammer des Oberhausener Schauspielensembles. Kabarettistin, Regisseurin und Schauspielerin Gerburg Jahnke fand wunderbare Worte zum Ambulanten Hospiz Oberhausen e. V., für das die Veranstaltung am Ende 14.000 Euro einbrachte. Neben den 111 Euro pro Person kamen weitere

Spenden dank einer amerikanischen Versteigerung – Gerburg Jahnke musste für ein Privatmenü von Stefan Oppen-Rhein am heimischen Küchentisch tief in die Tasche greifen – für unser Hospizdienst zusammen.

Auf 15 Ständen, unter anderem auf dem Frühlingsfest in Oberhausen, dem Gesundheitsmarkt, dem Osterfelder Stadtfest und dem Still-Leben auf der A40 im Rahmen der Kulturhauptstadt RUHR 2010 präsentierten wir unseren Hospizdienst und unsere Leitlinien.

# Das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. ist umgezogen

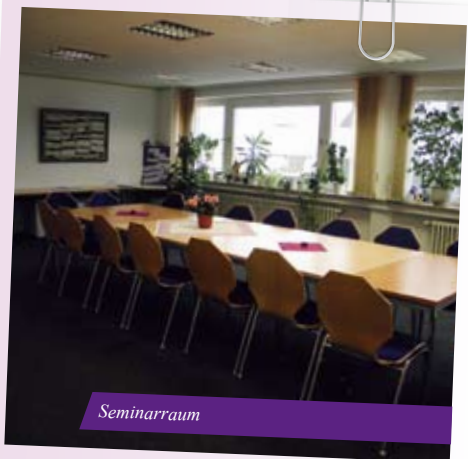
Im März 2010 konnte das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. seine neuen Räume in der Marktstr. 165 in Oberhausen beziehen.

Endlich gibt es ausreichend Platz für ehren- und hauptamtlichen MitarbeiterInnen, Beratungsgespräche, Schulungen, Gruppenabende und öffentliche Vorträge. Beim Umzug zeigten viele Hände ihr Engagement, ganz besonders aber drei Unternehmen: Zwölf Mitarbeiter der RWE Rheinland Westfalen Netz AG haben an zwei Tagen Mauern eingerissen und neue an anderer Stelle errichtet. Am 13. März 2010 zog die Geschäfts-

stelle von Osterfeld nach Oberhausen-Mitte um. Die Umzug-Strauch GmbH stellte einen großen Möbelwagen samt Fahrer kostenlos zur Verfügung. Zur Erweiterung der Büroausstattung stiftete die Veritas GmbH zwei Flachbildschirme. Die genannten Unternehmen und das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. trafen im September 2009 beim „Ruhrdax – Wirtschaft trifft Ehrenamt“, einer Veranstaltung des Netzwerks Ruhr, aufeinander und vereinbarten sofort eine Zusammenarbeit. Wir bedanken uns recht herzlich bei allen Menschen und Unternehmen, die uns beim Aufbau und Umzug der neuen Geschäftsstelle zur Seite standen.



Gesprächsraum



Seminarraum



Bibliothek



Arbeitsplatz

## Hinweise

- Das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. arbeitet intensiv im Palliativnetz Oberhausen mit. Die Versorgung der Schwerkranken und Sterbenden erfährt durch die Teilnehmer dieses Netzwerkes gute Unterstützung. Am 10.11.2010 gestaltete das Palliativnetz Oberhausen in Zusammenarbeit mit der Kreisstelle Oberhausen der Ärztekammer Nordrhein einen interaktiven Workshop. Dieser fand im Haus Abendfrieden statt. Die Arbeitsgemeinschaft aller palliativtätigen Berufsgruppen setzt sich im Rahmen einer engen und professionellen Zusammenarbeit für Schwerstkranke und Sterbende sowie deren Angehörige in Oberhausen ein. Die Kooperation erstreckt sich auf Patienten, die ambulant, in Heimen, Kliniken und Hospizen betreut werden. Wert und Würde des menschlichen Lebens, unabhängig von Religion, Nationalität und Ansehen, sind Maßstab des gemeinsamen Handelns. Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.
- Das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. beteiligt sich auch im Netzwerk Demenz in Oberhausen. Dieses Netzwerk arbeitet eng mit dem Demenz-Service-Zentrum in NRW zusammen. Die Mitarbeiterin des Service-Zentrum Frau Hartmann-Preis ist die Ansprechpartnerin für Oberhausen. Die gemeinsame Veranstaltung „Leben mit Demenz“ am 23.11.2010 war ein voller Erfolg. Weitere Informationen in der Geschäftsstelle oder bei der Netzwerk Demenz Hotline 0208.6996-514.
- Gerne bieten wir im Raum Oberhausen auch individuelle Vorträge, Schulungen und Einkehrtage zu den Themen Hospizarbeit, Palliative Care, Patientenverfügung oder Trauerarbeit an.
- Zweimal im Jahr ermöglichen wir den Angehörigen aller Verstorbenen (in Kooperation mit dem stationären Hospiz) eine gemeinsame Gedenkfeier in der evangelischen Friedenskirche Sterkrade. Anschließend kommen wir im Gemeindehaus zusammen. 2010 fanden die Feiern am 17. April und 6. November großen Anklang.

## Neu

**Ganz neu** bieten wir 2011 an vier Montagen von 9.30 bis 11.30 Uhr das **Trauerfrühstück für Betroffene** in unserer Geschäftsstelle an.  
**Termine: 31.01., 30.05., 29.08. und 31.10.2011**

### Der Frühstückstreff.

**Ab dem 19.01.2011** können jeden dritten Mittwoch im Monat von 9.30 bis 11.30 Uhr Menschen zu uns in die Geschäftsstelle kommen, und unverbindlich unsere gesamten Angebote kennenlernen. In lockerer Atmosphäre können Sie sich austauschen und zusätzlich Informationen aus verschiedenen Themenbereichen wie Testament, Betreuung, Depression, Patientenverfügung u.v.a.m. erhalten.

Als Verein freuen wir uns über Benefizveranstaltungen jeglicher Art zu unseren Gunsten. / 2010 beglückten uns drei Scheckübergaben, der Gasometer-Lauf am 7. Juli des Oberhausener Turnvereins 1873 e.V. und der TBO Benefiz-Lauf am 5. September. / Wir danken allen großen und kleinen Spendern für ihre großartige Unterstützung im zurückliegenden Jahr 2010.

## Das Ambulante Hospiz Oberhausen e. V. begleitet durch qualifizierte Ehrenamtliche Schwerkranke, Sterbende, deren Angehörige und Trauernde

„Wir kommen nach Hause und überallhin.“ Unser Motto nehmen wir wörtlich und unterstützen daher alle Oberhausener Bürger in ihrer schweren Zeit – egal ob Zuhause, im Krankenhaus, in einem Altenheim oder im stationären Hospiz in Oberhausen.

Dabei entscheidet der Betroffene mit seiner Familie, wie und in welchem Umfang diese Unterstützung erfolgt. Hilfreich sind Gespräche, das Stöbern durch Fotos, gemeinsames Singen oder Beten, das stille Aushalten – ganz nach Wunsch.

Ein Beratungsgespräch mit der Koordinatorin gibt Aufschluss über die passende Begleitung. Ein ehrenamtlicher Mitarbeiter kümmert sich von da an um den Betroffenen und gestaltet die gemeinsame Zeit nach seinen Wünschen. In der Regel findet zweimal wöchentlich ein Besuch statt, mitunter ist sogar der tägliche Besuch möglich. Dann ist jedoch der Einsatz eines zweiten, manchmal auch eines dritten Begleiters notwendig, um den Bedürfnissen des Betroffenen zu entsprechen. Und: Selbstverständlich unterliegen alle Ehrenamtlichen der Schweigepflicht.

Die Koordinatorinnen begleiten die Ehrenamtlichen. Persönliche Gespräche und Gruppenabende bieten Gelegenheit zur Reflexion und zum Austausch. Weiterhin finden verschiedene Fortbildungen statt, und es stehen auch regelmäßige Supervisionen für die Ehrenamtlichen auf dem Programm. So gewährleistet das Ambulante

## Qualifizierungskurse in der Sterbebegleitung

Vorstandsmitglieder Rudolf Heinichen und Michael Schröder überreichten am 20.11.2010 den Teilnehmerinnen des 11. Vorbereitungskurses das Zertifikat als Sterbebegleiterinnen.



Die 24- bis 63-jährigen TeilnehmerInnen setzten sich dafür elf Monate lang unter der Leitung von Petra Podubrin und Rafaela Schmitz mit verschiedenen Themen und Aspekten der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden auseinander: Sterbebegleitung, die eigene Begrenztheit und Endlichkeit, Selbsterfahrung, verbale und nonverbale Kommunikation, Patientenverfügung, Schmerztherapie, Palliative Care, Ethik und Ritualen. Unterstützung erhielt die Kursleitung von verschiedenen Referenten.

Die Themen „Sterben, Tod und Trauer“ sind trotz aller Bemühungen immer noch ein Tabuthema. Wenige Menschen beschäftigen sich mit ihrer Endlichkeit und weichen jedem Gedanken darüber aus. Umso mehr freut es uns, dass der 12. Qualifizierungskurs bereits begonnen hat und ab Juli 2011 weitere dreizehn Begleiterinnen und fünf Begleiter unser Team unterstützen können.

Hospiz Oberhausen e.V. nicht nur eine gute Begleitarbeit durch die Ehrenamtlichen, sondern auch eine gute Begleitung für die Ehrenamtlichen.

Bei der Öffentlichkeitsarbeit unterstützt uns die Gruppe der „Helfenden Hände“, die sich aus Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten, Zeitkontingenten und Vorlieben für die verschiedensten Aufgabenbereiche zusammensetzt. Sie kuvertieren beispielsweise die Post an die Mitglieder ein, verteilen die Einladungen zum jährlichen Hospiztag und geben Interessierten Auskunft am Info-Stand.

Wir freuen uns über jede Form der ehrenamtlichen Tätigkeit und danken hiermit allen Helfenden Händen sowie den Ehrenamtlichen in der Sterbe- und Trauerbegleitung.

Wenn auch Sie Interesse an einer Mitarbeit im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. haben oder einfach nähere Informationen erhalten möchten, erreichen Sie uns persönlich, telefonisch oder per E-Mail. **Alle unsere Angebote sind kostenfrei.**

### Impressum



Ambulantes Hospiz  
Oberhausen e.V.

#### **Ambulantes Hospiz Oberhausen e.V.**

Marktstraße 165  
46045 Oberhausen  
Telefon: 0208. 810 11 10  
E-Mail: hospiz-ob@t-online.de  
www.hospiz-oberhausen.de

#### **Sprechzeiten:**

Montag bis Freitag 9.30–12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

#### **Koordinatorinnen:**

Anke Keller, Petra Podubrin und  
Rafaela Schmitz

#### **Sekretariat:**

Ursula Schwark

#### **Spendenkonto:**

Volksbank Rhein-Ruhr  
Kto: 43 49 90 0000, BLZ: 350 603 86  
Sparkasse Oberhausen  
Kto: 50 10 26 31, BLZ: 365 500 00

#### **Redaktion:**

www.wortlaut-pr.de

15 Fortbildungen und sonstige Treffen arrangierten wir 2010 für unsere Ehrenamtlichen und festen Mitarbeiter. / Unter anderem standen Pflegeberatung, Kommunikation, zwei Kreativ-Seminare, eine Fortbildung für Pflegenden und ein Danke-Schön-Konzert der Parität für alle Ehrenamtler auf dem Programm.