

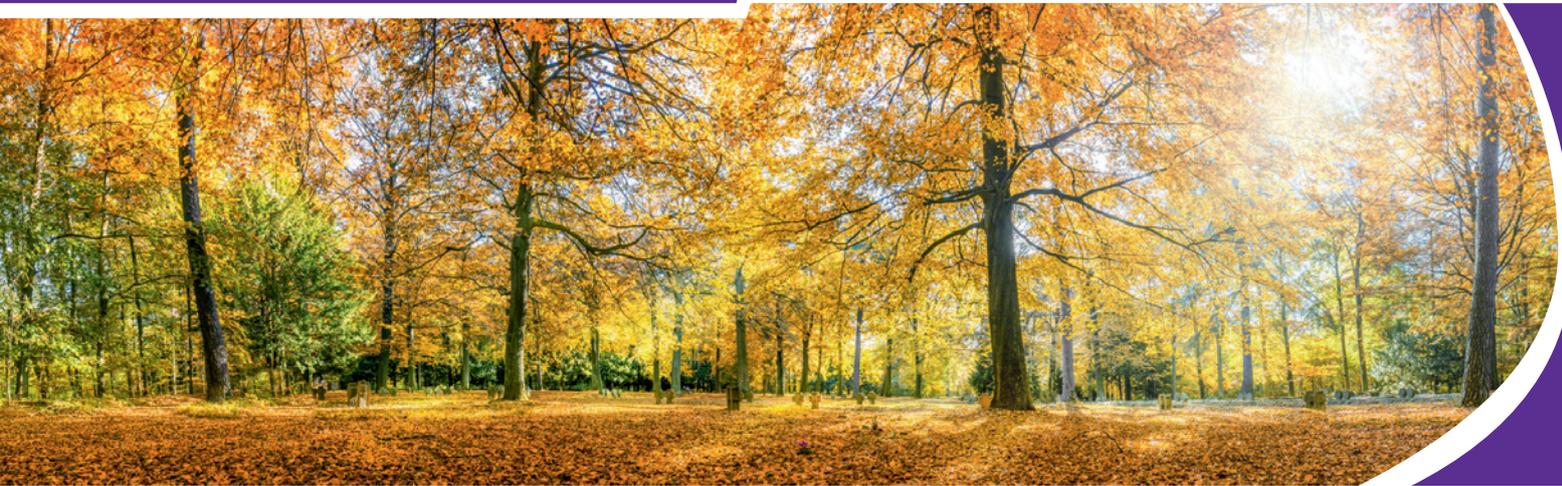
# Rundbrief

für Mitglieder, Freunde und Förderer



Ambulantes Hospiz  
Oberhausen e.V.

AUSGABE 2 | 2014



## Editorial

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

wir freuen uns, bei der Adventfeier die frisch qualifizierten Ehrenamtlichen aus dem 15. Kurs in unserer Mitte zu begrüßen. Die hospizliche und palliative Versorgung schwerkranker und sterbender Patienten ist in unserer Stadt gut organisiert, wozu das Ambulante Hospiz Oberhausen und Ihre Hilfe wesentlich beitragen. Darauf dürfen wir nach den Worten der Schriftstellerin Ingeborg Bachmann stolz sein.

Das Ambulante Hospiz Oberhausen schaut auf ein gutes Jahr 2014 zurück. Die Zahl der Begleitungen ist wieder gestiegen, und die Trauerangebote werden weiterhin nachgefragt. Wir sind zudem eng in das Palliativnetz eingebunden und haben unsere Öffentlichkeitsarbeit intensiviert – unserem Motto folgend: „Wir kommen nach Hause und überall hin“.

Auch in diesem Jahr verkauft der Lionsclub Oberhausen Weihnachtsbäume zugunsten unserer Hospizarbeit. Hierfür schon einmal einen herzlichen Dank. Wir würden uns natürlich freuen, wenn auch viele Hospizler einen Baum bestellen – immerhin sind die Bäume frisch geschlagen und von hoher Qualität. Wenn Sie den Baum dann am Samstag, den 13.12. ab 9.30 Uhr bei der Firma Evers abholen, haben Sie zudem die Möglichkeit, Freunde und Bekannte bei Glühwein, Gebäck und Musik zu treffen.

Bei allen Mitgliedern, Ehrenamtlichen, Helfern und Freunden möchten sich Vorstand und Geschäftsstelle für die treue Arbeit herzlich bedanken. Wir wünschen Ihnen eine frohe Weihnachtszeit und alles Gute für das Jahr 2015.

**Prof. Dr. Claus Niederau**

1. Vorsitzender

## Gedanken

*„Die Wahrheit nämlich ist den Menschen zumutbar. Wer, wenn nicht diejenigen unter Ihnen, die ein schweres Los getroffen hat, könnte besser bezeugen, dass unsere Kraft weiter reicht als unser Unglück, dass man, um vieles beraubt, sich zu erheben weiß, dass man enttäuscht, und das heißt: ohne Täuschung zu leben vermag. Ich glaube, dass dem Menschen eine Art des Stolzes erlaubt ist – der Stolz dessen, der in der Dunkelhaft der Welt nicht aufgibt und nicht aufhört, nach dem Rechten zu sehen.“*

Ingeborg Bachmann.  
Auszug eines Vortrags vor den  
Kriegsblinden am 17.3.1959



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

Über 140 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.“

## Eigentlich geht's mir gut

Das Sterben blenden wir nur zu gerne aus unserem Leben aus. Doch wie ist es, wenn man sich damit beschäftigen muss? Monika Nienhaus (52) ist zum zweiten Mal in dieser Situation. Vor wenigen Jahren der Tod ihres Mannes und nun ihre unheilbare Darmkrebs-Erkrankung. Das Sterben wurde mit Wucht alltäglich. Redakteur Michael Bokelmann im Gespräch mit einer Frau, die alles geplant hat.



🕒 *Frau Nienhaus, wie geht es Ihnen heute?*

**Nienhaus:** Ich war vor dem Interview ein bisschen aufgeregt. Von meinem Körper würde ich mir etwas mehr Power wünschen, und ich stehe kurz vor der nächsten Untersuchung. Die Ungewissheit „Was passiert jetzt wieder?“ ist immer dabei. Aber solange ich sitzen kann, mich unterhalten, rausgehen oder irgendetwas machen kann, geht es mir ja eigentlich gut. Und ich weiß, dass ich mich jederzeit an jemanden wenden kann. Das hilft mir sehr.

🕒 *Sie meinen das Hospiz? Wie sind Sie mit dem ambulanten Hospiz in Kontakt gekommen?*

**Nienhaus:** Nach dem Tod meines Mannes vor vier Jahren habe ich das Trauercafé vom Hospiz besucht, weil ich einfach nicht über seinen Tod hinwegkam. Vorher kannte ich das Hospiz gar nicht. Mein Mann hat sechseinhalb Jahre mit seiner Krankheit gelebt, und in all den Jahren wusste ich nicht, dass ich mich ans Hospiz hätte wenden können, um Hilfe zu bekommen. Deswegen habe ich meinen Job aufgegeben und all meine Kräfte für meinen Mann aufgewandt. Er wollte damals nicht im Krankenhaus sterben. Und ich will das heute auch nicht. Jetzt bin ich alleine und froh,

durch den Cousin meines Mannes auf das Hospiz gestoßen zu sein. Sein Vater wurde bereits vom Ambulanten Hospiz begleitet. Zu Hause. Das ist ein schöner Weg, dachte ich. Den möchte ich auch gehen. Also ging ich Anfang dieses Jahres zum Hospiztag und habe mich erkundigt. So kamen wir zusammen.

🕒 *Dabei hatten Sie offensichtlich ein gutes Gefühl, sonst würden wir heute nicht zusammen sitzen.*

**Nienhaus:** Ja, ich habe mich gar nicht gefühlt, als wäre ich todkrank. Ich fühlte mich direkt aufgenommen, nicht mitleidig betrachtet – was eben oft passiert, wenn man als kranker Mensch irgendwo hinkommt.

🕒 *Begleitet Sie immer ein und dieselbe Person?*

**Nienhaus:** Ja, Frau Peters hat mir eine feste Begleiterin ausgesucht. Eine gute Wahl, weil unsere Chemie von Anfang an stimmte. Bereits beim ersten Treffen haben wir ausgemacht, dass wir uns alle vier Wochen sehen. Aber ich kann meine Begleiterin jederzeit anrufen. Und das zu wissen, ist eine Erleichterung. Ich mache so viel ich kann alleine, aber ich weiß, wenn es mal nicht geht, reicht ein Anruf und mir wird geholfen.

🕒 *Wie kommen Sie heute in Ihrem Alltag zurecht?*

**Nienhaus:** Einige Dinge sind nicht mehr so einfach. Aber ich habe mir einige praktische Dinge überlegt: Ich habe mir einen Sodastream gekauft, so habe ich immer Sprudelwasser im Haus und muss keine schweren Kisten heben. Mit einem E-Book-Reader kann ich überall lesen, ohne schwere Bücher mitzutragen. Mama hat in den vergangenen drei Jahren auch viel für mich gemacht, aber sie kann es nicht mehr. Irgendwann saß sie beim Saubermachen auf den Knien, und sagte: Kind, ich kann nicht mehr. Und da hab ich realisiert: Ich muss mir Hilfe suchen.

🕒 *Hat das Hospiz Sie in dieser Situation unterstützt?*

**Nienhaus:** Gemeinsam mit Frau Peters haben wir hier bei mir überlegt, eine Pflegestufe zu beantragen, und nach einigem Hin und Her habe ich dann auch die Pflegestufe Eins bekommen. Angeleiert habe ich das zwar alleine, aber ich wusste, wenn etwas schief geht, kann ich sie jederzeit anrufen. Bei einer Ablehnung Widerspruch einzulegen, das hätte ich tatsächlich nicht geschafft. Aber es ist ja alles gut gegangen. Der Pflegedienst kommt jetzt einmal wöchentlich, damit ich zum Beispiel mal baden kann. Von meiner Witwenrente könnte ich mir die Pflege nicht leisten. Außerdem habe ich eine Haushaltshilfe, und Mama ist ein





Monika Nienhaus im Gespräch mit Koordinatorin Nicole Peters

bisschen geschont. Sie ist nun zum Trösten und Herzen da und bringt mir Frühstück ans Bett, wenn ich nicht aufstehen kann.

**?** Sie erzählten, dass Sie alle Vorbereitungen für Ihren Tod bereits getroffen haben ...

**Nienhaus:** Ja, ich habe alles geplant. So bin ich einfach. In meinem Schrank gibt es einen Ordner, da steht alles drin: Welche Musik gespielt wird, wie meine Beerdigung ablaufen soll und sogar meine Todesanzeige. Auch mein Hund hat schon ein neues Zuhause, wenn es soweit ist. Passend dazu beriet mich das Hospiz zum Beispiel dabei, wie eine rechtlich abgesicherte Patientenverfügung aussehen muss und half mir bei der Erstellung meiner ganz persönlichen Verfügung. Ich möchte einfach nicht ins Krankenhaus und dort mit Schläuchen in meinem Körper an Maschinen angeschlossen sein. Sicherheitshalber habe ich eine zweite Person als Backup eintragen lassen. Bisher stand nur meine Mutter darin, aber die ist 77 und wer weiß, ob sie nicht noch vor mir geht. In diesem Fall kümmert sich der Cousin meines Mannes um alles. Aber solange ich noch irgendwie kann, mache ich das alleine. Das ist vielleicht mein Fehler. Aber ich kann noch nicht locker lassen. Vom Charakter bin ich die Alte: Ich möchte rennen und machen, aber

wenn ich mich in Bewegung setze, merke ich: Es geht nicht mehr.

**?** Das ist für einen gesunden Menschen schwer vorstellbar: Der Kopf will mehr, als der Körper noch kann!

**Nienhaus:** Ja, das zu akzeptieren, braucht seine Zeit. Ich hab früher immer 110 Prozent gegeben. Hatte drei Jobs. Jetzt ist der Körper auf vielleicht 40 Prozent runter gefahren, aber der Kopf versteht das noch nicht. Bis im vergangenen Jahr habe ich noch auf 400-Euro-Basis im Altenheim gearbeitet. Ich hatte noch ein bisschen Kraft und so wollte ich Anderen helfen. Aber irgendwann ging auch das nicht mehr. Der Kopf wollte, aber der Körper machte einfach nicht mehr mit. Seit Juni, Juli geht es nun bergab. Der Körper wird immer schwächer, immer müder. Damit ich einen Tag vor die Tür gehen kann, ruhe ich mich manchmal zwei Tage aus und liege viel im Bett. Krankheit, Morphium und Chemotherapie, das schlaucht einfach. Aber was nützte mir das Jammern? Nur hier herumliegen mit Radio und Fernseher, das bin nicht ich, also habe ich mir einen

Welpen angeschafft, um den ich mich kümmern muss. Tagsüber geht meine Mutter mit ihm Gassi, und abends gehe ich mit ihm auf die Wiese vor dem Haus. Er gibt mir so viel.

**?** Woraus schöpfen Sie Kraft?

**Nienhaus:** Ich erfreue mich an den kleinen Dingen des Lebens. Ein Tag mit meiner Mutter, dem Hund und dem Rollator draußen, das ist für mich wie für andere ein Spanienurlaub. Ich nehme Blumen oder schöne Dinge bewusster wahr. Manchmal sitze ich einfach im Eiscafé und betrachte die Menschen, wie sie sich unterhalten oder zanken. Und ich frage mich, wieso sie nicht auf die schönen kleinen Dinge achten, sondern einfach daran vorbeilaufen. Man sieht vieles ganz anders. So auch das Sterben. Vielleicht bin ich gelassener, weil ich glaube, ich bin noch weit weg davon. Jeder hat Angst vorm Sterben. Ich auch. Man weiß ja nicht, was kommt. Aber ich weiß, dass mein Weg geebnet ist, dass man mich, wenn es so weit ist, nicht ins Krankenhaus schleift. Und ich weiß auch, dass das Hospiz dann meiner Mama helfen kann. Mit diesem Gefühl ins Bett zu gehen und morgens aufzustehen, hilft immens. Das ist eine große Erleichterung.

**?** Was machen Sie, wenn es zu Hause nicht mehr geht?

**Nienhaus:** Wenn der Doktor sagt, dass die Versorgung zu Hause nicht mehr gewährleistet ist, dann gehe ich ins stationäre Hospiz. Auch das ist alles geplant.



## Traditioneller Weihnachtsbaumverkauf des Lions Club Oberhausen

Bis zum 1.12.2014 können Sie Weihnachtsbäume bei der Firma Evers bestellen und am 13.12.2014 in der Lagerhalle der Evers GmbH, Graf-Zeppelin-Str. 10-12 in 46049 Oberhausen abholen.

Der Verkauf wird ab 9.30 Uhr beginnen. Die Bäume werden vor dieser Uhrzeit nicht ausgegeben. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Bestell-Telefon: 0208.99 475-0

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

Nach dem Beratungsgespräch durch die Koordinatorin wird die passende Begleitung ausgesucht. Dieser Ehrenamtliche gestaltet dann nach den Bedürfnissen und Wünschen des Kranken oder Sterbenden die Zeit. In der Regel findet ein- bis zweimal wöchentlich ein Besuch statt. Alle unsere Ehrenamtlichen stehen unter Schweigepflicht.

## Haltung vermitteln

Am Ende einer jeden Ausbildung steht das Ziel, Wissen vermittelt zu haben. Also ging es auch im Kurs der neuen Sterbebegleiterinnen darum, Wissen zu vermitteln. Doch so wichtig der Kenntniserwerb auch ist, so gibt es doch etwas, das bei der Begleitung schwerkranker Menschen noch viel wichtiger ist: die Haltung.

Haltung lässt sich bei weitem nicht so einfach vermitteln, wie faktisches Wissen. Haltung muss man vor allem erfahren. Und mit einer geschulten Haltung kann man sterbenden Menschen angemessen gegenüberreten.

### Das heißt konkret:

In der Begleitung eines anderen Menschen (gleich, ob er krank oder gesund ist) ist es außerordentlich wichtig, sich selbst zurücknehmen zu können, um den Wün-

schen und Vorstellungen des Anderen Raum zu geben. Ansonsten besteht die Gefahr, dass wir einem anderen Menschen unsere eigenen Ziele und Ideen überstülpen möchten. Ein Prozess, der häufig sehr unbewusst passiert und der kaum erkennbar ist. Dennoch ist er wahrnehmbar und kann ein Vertrauensverhältnis nachteilig beeinflussen. Bevor ich also in eine Begleitung eintauchen kann, muss ich mich selbst kennen und für mich sorgen können. Ich muss meine Bedürfnisse

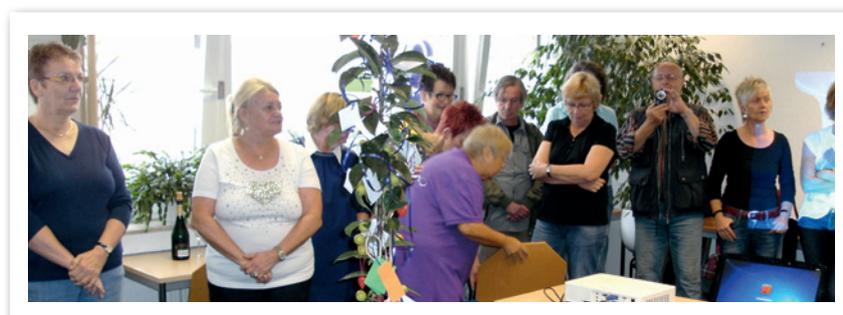


kanalisieren und meine persönlichen Erlebnisse und mein Verhalten reflektieren. Aus diesem Grund hat die ganz persönliche Selbsterfahrung und Reflexion in dem Qualifizierungskurs für Sterbebegleitung ihren hohen Stellenwert.

**Im Januar 2015 startet nun ein neuer Kurs für angehende Sterbebegleiter. Bei Interesse können Sie sich gerne noch bei uns melden.**

## Überfall zum 15-jährigen Dienstjubiläum

1. Oktober 2014 – 9:21 Uhr: Zwei Ehrenamtliche stehen an der Straßenecke Schmiere und warten darauf, dass Koordinatorin Rafaela Schmitz endlich das Hospiz verlässt. Die anderen verstecken sich in Hauseingängen. Die Vorbereitungen zu einem klammheimlichen Jubiläum befinden sich in der heißen Phase.



Es muss von außen wie ein generalstabsmäßiger Überfall ausgesehen haben, bloß waren die Waffen Kuchen, Kartoffelsalat und Geschenke. Was sich hier so filmreif darbot, begann rund vier Wochen zuvor mit einer geheimniskrämerischen Rundmail, die alle Ehrenamtlichen und den Vorstand auf das nahende 15-jährige Dienstjubiläum der Koordinatorin Rafaela Schmitz einschwor. Offensichtlich mit allem, was dazu gehört: Spitzel, Wachen, Drahtzieher... In den folgenden Wochen bereiteten die Hospizmitarbeiter die Überraschungsfeier akribisch vor, schrieben Lieder um, wählten Gedichte aus, tasteten vorsichtig ab, wann die dienst-

älteste Koordinatorin im Büro sein würde und lockten sie schließlich am Vormittag des 1. Oktobers mit unauffälligen Argumenten für eine Weile fort. 9:21 Uhr. 9:30 Uhr: Als die Luft endlich rein war, rückten rund 30 Ehrenamtliche und Koordinatorinnen in Windeseile Tische zurecht, drapierten das Geschirr sowie die mitgebrachten Speisen, kochten Kaffee, installierten den Beamer für eine Präsentation, schmückten das Wunschbäumchen und studierten ganz nebenbei noch einen Kanon ein. Sogar ihre verräterische Jackenmenge versteckten sie im Abstellraum, damit Schmitz beim Wiedereintritt in die (noch) ungeahnte

Jubiläumsatmosphäre nicht den geringsten Verdacht schöpfen konnte. Nach nur zehn Minuten war alles fertig und es ward mucksmäuschenstill.

Im Hintergrund öffnete sich dann die Eingangstür zum Hospiz. Sekunden verstrichen. Und nicht nur Schmitz war leise zu hören, auch die Stille im großen Besprechungsraum war es. Bis die Jubilarin endlich – und immer noch völlig ahnungslos – die Türe öffnete und von der ausatmenden Menge mit einem lautstarken **ÜBERRASCHUNG!** begrüßt wurde. Augen können nicht größer sein. Tränen nicht freudvoller fließen. „Ich bin in meinem ganzen Leben noch nicht so ahnungslos überrascht worden“, fasst sie später den Moment zusammen. Eine Rührung, die ungehemmt alle einnahm und die zugleich vom sich verselbstständigenden Kanon *Viel Glück und viel Segen* begleitet wurde. Schöner kann man ein Jubiläum nicht beginnen. Für Schmitz das erste im Hospiz. Nach 15 Jahren. Es wurde auch Zeit.

*Fortsetzung >*

Die Gruppe der **Helfenden Hände** unterstützt die gesamte Hospizarbeit ohne direkten Kontakt zu Betroffenen. Sie setzen ihre sehr unterschiedlichen Talente und Stunden in vielen Bereichen ein: z.B. das Verarbeiten des Rundbriefes, die Standarbeit oder das Herrichten des Frühstückstreff u.v.a.m. Die Gruppe trifft sich jeden 2. Dienstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr, ein Einstieg ist jederzeit möglich.

*Fortsetzung: Überfall zum 15-Jährigen Dienstjubiläum*

„Es ist toll, dass so viele mitgemacht haben. Das ist eben das Schöne am Hospiz: Dass die Mitglieder spontan füreinander da sind und sich gegenseitig wertschätzen“, erklärt Manuela Prinzenberg. Sie ist selbst seit elf Jahren als ehrenamtliche Mitarbeiterin für das Ambulante Hospiz tätig. Und genau

darum geht es eben in der Funktion und im alltäglichen Miteinander: Wertschätzung. Immer und immer wieder.

**Herzlichen Glückwunsch zum besonderen Dienstjubiläum und ein großer Dank an alle Beteiligten, die daran mitwirkten.**



## Begleitung für Begleiter

Wenn die Trauer oder der nahende Tod einen Menschen überwältigt oder sogar verzweifeln lässt, berührt das auch die Sterbe- und Trauerbegleiter des Ambulanten Hospiz. Um sie in dieser besonderen Situation nicht allein zu lassen, begleitet Hiltrud Lohmann in der Supervision.



Die Hilfslosigkeit der Sterbenden und Angehörigen führt den Ehrenamtlichen auch die eigene Erfahrung mit Tod und Trauer vor Augen. „Damit die Sterbe- und Trauerbegleiter trotz ihrer schwierigen aber wichtigen Aufgabe emotional stabil und gesund bleiben, reflektiere ich mit ihnen ihre Problemsituationen“, sagt Lohmann, die seit 20 Jahren als Supervisorin arbeitet. Dazu trifft sich die 56-Jährige zwei- bis dreimal im Jahr mit den Sterbe- und Trauerbegleitern des Ambulanten Hospiz zu Gruppensupervisionen von acht bis zehn Teilnehmern. Besteht ein akutes Problem, gibt es auch die Möglichkeit der kurzfristigen Einzelsupervision. Denn dem Hospiz ist es wichtig, dass die Ehrenamtlichen – über ihre umfassende Qualifizierung hinaus – niemals allein vor einer emotionalen Hürde stehen. Ob Gruppen- oder Einzelsupervision, immer stellt Lohmann Fragen und fordert die Ehrenamtlichen auf, zu beschreiben, was sie beobachten und empfinden. Das ist der erste Teil. Anschließend spricht sie über die schwierigen Momente der Begleitung und ent-

wickelt daraus unterschiedliche Lösungsmöglichkeiten. Tatsächlich funktioniert Supervision nur auf einer sicheren Vertrauensbasis, und genau die bietet Hiltrud Lohmann, durch eine wohlwollende Art, wache Aufmerksamkeit und respektvolle Haltung. Sie ist eben keine Therapeutin, die in die Seele blicken will. Sie gibt ein Angebot, das sich in einem klaren Gedanken verdichten lässt – Ich lasse dich, wie du bist und lade dich nur ein!

### Impulse

Die Supervision hilft aber nicht nur, Probleme aus dem Weg zu räumen. Die gemeinsamen Gespräche dienen ebenso dazu, typische Konflikte und Krisen vorzubeugen. Dazu bieten die Gruppensupervisionen gegenüber der Einzelvariante einen entscheidenden Vorteil: „Bei einer Schwierigkeit findet sich meist jemand, der eine ähnliche Situation bereits durchlebt hat und daher erzählen kann, was ihm geholfen hat. Sollten die Gruppenmitglieder künftig ähnliche Situationen erleben, kennen sie einen ersten Ansprechpartner auf dem Weg zur erprobten Lösung.“ Supervisorin zu sein, heißt eben nicht, die ultimative Lösung für jedes Problem parat zu haben. „Ich bin überzeugt, dass jeder Mensch alle Kom-

petenzen in sich hat, die er zum Leben braucht. Er selbst entscheidet, welche er wann und wie einsetzt und welche nicht.“ Es kann aber auch sein, dass es keine Lösung gibt. Und trotzdem wird es auch dann Möglichkeiten geben, mit der Situation umzugehen. Ändere ich die Einstellung zu einem Thema, verändert sich zwangsläufig auch meine Haltung dazu. Und mit der veränderten Haltung reagiert wiederum mein Umfeld anders. Neu. Unerwartet. Veränderung kann – zumindest gedacht – manchmal so einfach sein. Oder?

### Haltungssache

„Klar“, antwortet Lohmann, „so einfach ist das!“ Dabei ist es beeindruckend, wie leicht sie auch schwere Themen nimmt. Das heißt jedoch umgekehrt nicht, dass die Supervisorin die Dinge leichtfertig nimmt. Sie sieht sie eher positiv-realistisch. „Bei mir hat jedes Ding zwei Seiten. Also hat auch Trauer Negatives und Positives.“ Schließlich bleiben nach dem Tod eines nahestehenden Menschen wertvolle Erinnerungen an die gemeinsame Zeit, und mitunter kann Trauer auch zu einer Neuorientierung führen. „Wenn ich mir in schwierigen Situationen sage: Alles was ist, darf sein – im



Sinne von: Ja, das ist die Realität –, dann muss ich kein Bild darum malen und kann damit anders umgehen: Trauer ist wichtig für mich, und ich kann sie annehmen.“ Ein wichtiger Schritt. Sowohl für Trauernde, als auch für ihre Begleiter. „Mir ist wichtig, dass es den Ehrenamtlichen mit ihrer Aufgabe

gut geht. Mehr noch, dass sie sich mit ihr identifizieren und ihr mit Leib und Seele nachgehen können. Ich hab ja auch einen unglaublichen Spaß in meinem Beruf, da ich alles, was mir wichtig ist, mit Herzblut in die Supervision einbringen kann – und das wünsche ich auch den Sterbe- und Trauerbegleitern.“

Hiltrud Lohmann ist seit 20 Jahren als Supervisorin mit der Spezialisierung Hospizarbeit tätig und begleitet daher diverse Hospizvereine in NRW. Außerdem lehrt sie an der Fachhochschule in Köln. Darüber hinaus leitet sie die innerbetrieblichen Fortbildungen im St.-Marien-Hospital in Lünen. Dort befasst sie sich u. a. mit Konfliktsituationen und Mobbing, ist Ansprechpartnerin für psychisch- und suchterkrankte Mitarbeiter und Leiterin des Projekts Burn In – Lebenswertes Arbeiten.

## Unterstützung für trauernde Kinder und Jugendliche



Sie trauern um den Tod der Mutter oder des Vaters, trauern um den Bruder oder um ein Großelternkind. So treffen sich Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene einmal im Monat in einer der Gruppen des Sternenzelts. Hier erleben sie, dass sie nicht die einzigen sind, denen so etwas passiert. Stattdessen erfahren sie im Sternenzelt Unterstützung. Niemand lacht, wenn Tränen fließen oder wenn die Stimme versagt. Stattdessen ist der Umgang miteinander hochsensibel und verständnisvoll. Alles was erzählt wird, bleibt in der Gruppe der Kinder und Jugendlichen. Gemeinsam versuchen sie, den unfassbaren Verlust zu begreifen und begeben sich auf den Weg in ein Leben ohne den geliebten Menschen.

Zurzeit nehmen regelmäßig 22 Kinder und Jugendliche zwischen acht und 24 Jahren an den beiden Sternenzelt-Gruppen teil, wobei mehrere Jugendliche zudem die Möglichkeit der Einzelbegleitung nutzen. Die Angebote des Sternenzelts leiten Susanne Overbeck und Karin Degen, Trauerbegleiterinnen für Kinder, Jugendliche und Familien.

Zeitgleich zur Kindertrauergruppe findet ein offener Gesprächskreis für erwachsene Angehörige in Begleitung einer Koordinatorin des Ambulanten Hospiz statt. Der

Besuch der Gruppe und die Einzelbegleitung sind für die Teilnehmer kostenfrei. Die Ev. Kirchengemeinde Holten-Sterkrade und das Ambulante Hospiz Oberhausen e. V. sind gemeinsame Träger des Sternenzelts, die Finanzierung geschieht über Spendeneinnahmen.

**Das Sternenzelt bittet hiermit um Ihre Unterstützung durch eine einmalige oder regelmäßige Spende.**

**Spendenkonto: Sparkasse Oberhausen**  
Kto: 50 10 26 31, BLZ: 365 500 00  
Kennwort: Sternenzelt

### Termine

#### Frühstückstreff – jeweils von 9.30 bis 11.30 Uhr

Jeden 3. Mittwoch im Monat laden wir Sie herzlich zu einem geselligen Frühstück in unsere Geschäftsstelle auf der Marktstraße ein. Zusätzlich laden wir Fachleute ein, die zu einem Thema referieren.

**21.01.2015** Patientenverfügung

**18.02.2015** Ernährung im Alter

**18.03.2015** Aufgaben eines Palliativen Pflegedienstes

**15.04.2015** Sternenzelt – Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

**20.05.2015** Leben im stationären Hospiz

**17.06.2015** Betreuung bei Demenz

Am 7. März 2015 findet in Oberhausen der 16. Hospiztag mit dem Titel „Zwischen Lebenswille und Todeswunsch“ statt. An diesem Tag haben Sie die Möglichkeit, nach einem Einführungsreferat an verschiedenen Workshops teilzunehmen.

### Impressum



Ambulantes Hospiz  
Oberhausen e.V.

**Ambulantes Hospiz Oberhausen e.V.**  
Marktstraße 165 | 46045 Oberhausen  
Telefon: 0208. 810 11 10  
E-Mail: kontakt@hospiz-oberhausen.de  
www.hospiz-oberhausen.de

**Sprechzeiten:**

Montag bis Freitag 9.00 – 14.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**Koordinatorinnen:**

Nicole Peters, Petra Podubrin,  
Rafaela Schmitz und Sabine Schrade

**Sekretariat:**

Ursula Schwark

**Spendenkonto:**

Volksbank Rhein-Ruhr  
Kto: 43 49 90 0000, BLZ: 350 603 86  
BIC GENODED1VRR  
IBAN DE87 3506 0386 4349 9000 00  
Sparkasse Oberhausen  
Kto: 50 10 26 31, BLZ: 365 500 00  
BIC WELADED1OBH  
IBAN DE52 3655 0000 0050 1026 31

**Realisierung** www.wortlaut-pr.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen und schreiben in der zumeist kürzeren männlichen Sprachform. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten natürlich für beiderlei Geschlecht.