





# **VORWORT**

Liebe Mitglieder und Freunde des Ambulanten Hospizes Oberhausen,

der Artikel 1 des Grundgesetzes stellt die Würde des Menschen an die erste Stelle. Die hier niedergelegten Grundsätze dürfen vom Gesetzgeber nicht verändert werden. Die Covid-Pandemie hat gezeigt, wie gefährdet die Würde des Menschen aber gerade am Lebensende ist. Die hospizliche und seelsorgerische Betreuung war durch den "Lockdown" von März bis Mai so eingeschränkt, dass ein persönlicher Zugang oft unmöglich war. Dies galt auch für den Besuch der Angehörigen. Gerade bei Sterbenden kann man dem Schutz des Lebens aber nicht alles unterordnen, insbesondere nicht ihre Würde. Darauf hat auch Bundestagspräsident Wolfgang Schäuble hingewiesen. Wir haben uns mit allen Kräften bemüht, möglichst viele Kontakte zu den Schwerkranken und Sterbenden per Telefon, Briefen und anderen Medien zu halten. Im Sommer ist die ambulante Hospizarbeit schrittweise wieder in Gang gekommen. Angesichts steigender Infektionszahlen ist aber zu befürchten, dass unsere Arbeit erneut erschwert sein wird. Wir hoffen, dass die Betreuung der Schwerkranken und Sterbenden so gestaltet wird, dass die Menschenwürde an erster Stelle steht. Natürlich werden wir in jedem Einzelfall die Risiken für die Schwerkranken und unsere Ehrenamtlichen bedenken.

Die Covid-Pandemie wird uns auch finanziell herausfordern. Zum Glück haben wir gut gewirtschaftet. In diesen schwierigen Zeiten benötigen wir so viel Unterstützung wie möglich. Vorstand und Geschäftsstelle bedanken sich für Ihre treue Hilfe. Bleiben Sie uns gewogen und gesund!

Statt eines Gedichtes ergänze ich in diesem Herbst mein Vorwort mit einem Auszug aus unserem Grundgesetz.

Ihr Prof. Dr. Claus Niederau 1. Vorsitzender

### AUS DEM GRUNDGESETZ DER BUNDESREPUBLIK DEUTSCHLAND Artikel 1

- (1) Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.
- (2) Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft, des Friedens und der Gerechtigkeit in der Welt.
- (3) Die nachfolgenden Grundrechte binden Gesetzgebung, vollziehende Gewalt und Rechtsprechung als unmittelbar geltendes Recht.

#### Artikel 79

(3) Eine Änderung dieses Grundgesetzes, durch welche ... die in den Artikeln 1 und 20 niedergelegten Grundsätze berührt werden, ist unzulässig.

# HERZ ÜBER KOPF

Herz über Kopf qualifiziert ehrenamtliche SterbebegleiterInnen dazu, die Kinder im Blick zu haben, wenn in der Familie jemand schwersterkrankt ist. Ein Gespräch mit der Initiatorin Nicole Peters-Bokelmann.

## WARUM WURDE DAS PROJEKT "HERZ ÜBER KOPF" INS LEBEN GERUFEN?

Weil der Bedarf vorhanden ist. Ich leite auch eine Kindertrauergruppe, das Sternenzelt in Oberhausen, und treffe dort auf Kinder aus Familien, in denen ein Familienmitglied, bzw. eine nahestehende Person gestorben ist. Es ist eine gute Unterstützung nach dem Tode. Aber ich erkenne auch einen Bedarf, die Kinder schon vor dem Versterben – so das möglich ist – im Blick zu haben.

### WAS HEISST DAS GENAU?

Bei plötzlichen Toden, wie bei einem Unfall oder auch einem Suizid ist eine frühe Begleitung natürlich unmöglich. Aber in vielen anderen Fällen ist sie es durchaus. Mir berichten Eltern, wie unglaublich belastend und anstrengend die Zeit vor dem Versterben für die Familie ist. Man muss bedenken, dass sich Familien im völligen Ausnahmezustand befinden, wenn es ums die letzte Lebensphase geht. Niemand wird gefragt, ob es gerade passend ist, sich mit dem Sterben zu befassen. Es passiert einfach. Es gibt dann verschiedene Reaktionen in den Familien, häufig erlebe ich, dass erstmal alle geschockt sind. Aber egal welches Verhalten sich dann zeigt, die Situation bringt große Ungewissheit und Orientierungslosigkeit mit sich, die den Alltag massiv beeinflussen. Und das passiert nicht nur, wenn Eltern schwer erkrankt sind, sondern auch wenn Großeltern oder andere Zugehörige erkrankt sind, zeigen sich ähnliche Situationen. Natürlich hat jeder Mensch und jedes System einen anderen Umgang mit krisenhaften Situationen, und es gibt in diesem Zusammenhang auch kein Richtig oder Falsch, aber die meisten Menschen sind sich dann im Umgang mit Kindern sehr unsicher.

### WAS SIND DAS FÜR UNSICHERHEITEN?

Das können Fragen sein wie: Wie reden wir mit unserem Kind über einen nahenden Tod? Was muss das Kind überhaupt wissen? Ist das Kind nicht zu klein dafür? Regen wir unser Kind dafür nicht viel zu sehr auf? Versteht das Kind eigentlich diese Situation? Wofür sollte es gut sein, das Kind zu informieren? Schaden wir unserem Kind nicht, wenn wir es damit belasten? Häufig folgt daraus, dass Kinder lieber geschont als einbezogen werden – aus Sorge etwas falsch zu machen und Ängste auszulösen. Das ist verständlich und sehr nachvollziehbar, aber es macht durchaus Sinn, sich diese Situationen aus verschiedenen Perspektiven anzuschauen. In welcher Beziehung steht das Kind zum Sterbenden? Wie hat sich die Beziehung seit der Erkrankung verändert? Was hat das Kind davon mitbekommen?



Welche Veränderungen sind am Kind wahrzunehmen? Wovor haben die Eltern am meisten Angst? Was ist das Schlimmste, was passieren kann, wenn das Kind miteinbezogen wird? Welche Vorteile hat es vielleicht auch, das Thema offen anzusprechen? Wie nimmt unser Kind uns in der Trauer wahr? Was verändert sich im Alltag des Kindes?

#### KÖNNEN SIE EIN BEISPIEL NENNEN?

Ich habe eine Familie kennengelernt, in der die Eltern vor dem nahestehenden Tod des Großvaters von einer Erzieherin des Kindergartenkindes hörten, dass das Kind keinesfalls mit zur Beerdigung gehen solle. Eine andere Erzieherin behauptete zeitgleich das genaue Gegenteil. Und wieder stellt sich dann doch jeder die Frage: Was ist richtig? In dem Gespräch mit den Eltern habe ich gefragt, welche Erfahrungen die beiden Elternteile jeweils auf Beerdigungen gemacht haben. Was war positiv, was war damals negativ? Und weiter: Wie schätzen sie ihr Kind eigentlich diesbezüglich ein, und welche Ängste beschäftigen sie?

Bei dem Gespräch stellte sich heraus, dass das 4-jährige Mädchen einen engen Kontakt zu ihrem Großvater hat, weil die Familie gemeinsam in einem Mehrgenerationenhaus lebt und die fortschreitende Krankheit so zwangsläufig und unmittelbar miterlebt wurde. Die Eltern hatten bis dahin nicht das Gefühl, dass der Kontakt des Kindes zum Opa geschadet hat. Im gemeinsamen Gespräch kamen die Eltern dann überein, dass es für ihre Tochter nicht gut wäre, wenn der Opa eines Tages einfach weg wäre und sie keine Möglichkeit hätte, sich zu verabschieden. Wir überlegten auch, ob es nicht sinnvoll wäre, schon jetzt mit ihr über den nahenden Tod zu sprechen. Dabei konnten wir gemeinsam überlegen, welche Gesprächseinstiege sich anbieten, und ich konnte unterstützende Bilderbücher empfehlen. Als wir dann über die Beerdigung sprachen, waren sich die Eltern bereits ziemlich sicher, dass ihr Kind bei der Beerdigung dabei sein möchte. Zugleich hatten die Eltern Sorge, dass sie sich während der Beerdigung nicht angemessen um ihr Kind kümmern können. Also überlegten wir, dass die Patentante des Kindes mitgeht und für sie da ist. Außerdem sollten dem Kind schon im Vorfeld ein paar Dinge erklärt werden, und auch die Patentante könnte während der Beerdigung Fragen beantworten und die Beisetzung natürlich auch kurzfristig mit dem Kind verlassen. Egal in welche Richtung wir gemeinsam dachten, es wurde immer klarer, dass es wichtig ist, dass sich die Enkelin verabschieden kann.

#### WAS HAT DAS JETZT MIT IHREM PROJEKT ZU TUN?

Nun, es geht uns ganz besonders darum zu schauen, welche Bedürfnisse Kinder haben. Die hospizliche Begleitung schließt Angehörige immer mit ein, also werden auch unsere Ehrenamtlichen 160 Stunden qualifiziert und mit verschiedenen Selbsterfahrungselementen und Wissen über Kommunikation, verschiedene Krankheiten, Schmerztherapie etc. versorgt. Der Umgang mit den Kindern wird dabei – bisher – kaum thematisiert. Hier in Oberhausen war es bisher dann so, dass wir vom Sternenzelt mit professionellen TrauerbegleiterInnen oder PädagogInnen dann in die Begleitung kamen. Das soll sich mit dem Projekt "Herz über Kopf" ändern, denn es brauch nicht immer professionelle PädagogInnen oder TherapeutInnen.

### SONDERN?

Menschliche Nähe. Unsere Ehrenamtlichen werden dafür sensibilisiert, dass es in jeder Familie, in jedem System verschiedene Bedürfnisse gibt, die es zu erkennen und anzusprechen gilt. Darüber hinaus lernen sie die verschiedenen Entwicklungsstufen des Kindes kennen und auch, welche Methoden in welchem Alter hilfreich sind, um das Kind zu stärken. Sie werden mit den Lebenswelten der Kinder vertraut gemacht

und lernen einiges über den Umgang mit dem Kind. Diese Fortbildung umfasst 40 Stunden und qualifiziert die Ehrenamtlichen dazu, eine individuelle Unterstützung anzubieten. Dabei muss der oder die Ehrenamtliche nicht immer direkten Kontakt zum Kind haben, aber sie sind nach der Fortbildung dazu befähigt, das Umfeld des Kindes mit Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten zu versorgen. Vielleicht ist es für die Familie aber auch hilfreich, wenn die oder der Ehrenamtliche vorbeikommt, um mit dem Kind ein Spiel zu spielen, bei den Hausaufgaben zu helfen oder vom Fußballtraining abzuholen. Wichtig ist, wie bei jeder Begleitung, dass sich eine Beziehung aufbauen kann, die die Familie in dieser krisenhaften Zeit entlastet.

### WIE UNTERSCHEIDET SICH HERZ ÜBER KOPF VOM STERNEN-ZELT? IST DAS KEINE KONKURRENZ?

Die beiden Angebote ergänzen sich. Herz über Kopf begleitet die Familien durch das Ehrenamt, das Sternenzelt hat seinen Schwerpunkt in der Beratung durch Fachkräfte. Konkurrenz hat in der Hospizarbeit so oder so nichts zu suchen. Je breiter wir aufgestellt sind, umso besser können wir auf die individuellen Bedürfnisse des Menschen und der Familien eingehen.

## KOMPETENTE BEGLEITERINNEN

Seit vielen Jahren qualifiziert das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. in einer rund 11-monatigen Qualifizierungsmaßnahme interessierte Menschen zu Sterbebegleiter\*innen. Rund 160 Stunden dauert diese Qualifizierung. Zeit, in der sich die Teilnehmer\*innen nicht nur mit Unterrichtsinhalten beschäftigen, sondern auch zunehmend über das Hier und Jetzt nachdenken. "Es gibt ganz viele Aspekte, die wir im Qualifizierungskurs erarbeiten, die ich im Vorfeld überhaupt nicht gesehen habe. Und ich bin regelrecht begeistert davon, und merke jetzt schon, dass mich das bereichert," erzählt Kursteilnehmerin Martina Chervatin (48). Im vergangenen Jahr starben im Abstand weniger Monate ihre Eltern. Tatsächlich hatte sie auch bereits vor Jahren daran gedacht, in die Hospizarbeit einzusteigen, nun kam das Thema frontal auf sie zu. Mit etwas Abstand will sie die Themen Sterben,

Tod und Trauer aus einer anderen Perspektive betrachten. Ein Ansatz, den viele Kursbesucher\*innen teilen. "Ich bin dabei, weil ich schlicht Dankbarkeit für mein Leben empfinde. Ich hatte wirklich viel Glück bisher, und das möchte ich jetzt weitergeben" erklärt Bettina Opdenhövel (52) ihre Motivation. Und Karin Weber (63) ergänzt: "Ich bin jetzt Rentnerin und habe nach einer erfüllenden und sinnvollen Aufgabe gesucht, bei der ich etwas geben kann und auch für mich selbst etwas gewinne." Genau eine solche Aufgabe haben die Teilnehmer\*innen nicht nur im Qualifizierungskurs gefunden, denn bald endet der Kurs, und dann starten die neuen Sterbebegleiter\*innen in ihr Ehrenamt. Es ist eine große Verantwortung für eine große Aufgabe.



## **NEU IM VORSTAND**

Seit August sind Ruth Levin und Rainer Voss neue Vorstandsmitglieder im Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V.

Der Vorstand des Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. besteht normalerweise aus neun Personen. Zwei von ihnen sind nun ausgeschieden. Ruth Levin (62) und Rainer Voss (61) sind jetzt die neuen Gesichter im Vorstandsteam. "Ich bin ehrenamtlich als Trauerbegleiterin schon länger im Ambulanten Hospiz aktiv und habe hier auch schon als Referentin gearbeitet," erklärt Levin ihr bisheriges Engagement für den Verein, das von den neuen Vorstandsaufgaben unberührt bleibt. Hauptberuflich war sie bis zur Kinderpause Pfarrerin und ist nun seit über 20 Jahren in der Öffentlichkeitsarbeit des Evangelischen Kirchenkreises Dinslaken tätig. Dazu kommt nun das Ehrenamt als Vorstandsmitglied. Und wie schätzt sie ihre Vorstandaufgaben der Zukunft ein? "Die Oberhausener Hospizlandschaft verändert sich derzeit spürbar, daher macht es mir besonderen Spaß, gerade jetzt dabei zu sein. Feste Aufgaben habe ich zwar noch nicht, aber da wo Unterstützung gebraucht wird, helfe ich gerne."

Gemeinsam mit Ruth Levin stieg Rainer Voss Ende August in den Vorstand des

Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. ein. Auch er hat eine enge Verbindung zur hospizlichen Arbeit, hat er doch den Wunsch der Eltern und Großeltern erlebt, die in ihren letzten Tagen ebenfalls zuhause hospizlich begleitet werden wollten. Sein Hausarzt ist überdies der 2. Vorsitzende des Vereins, Michael Etges. Er sprach Voss schließlich an. "Ich glaube, dass wir beim Thema Sterben, Tod und Trauer ein Umdenken in der Gesellschaft nicht nur brauchen, sondern auch bereits erleben. Daran haben die ambulanten Hospizdienste einen erheblichen Anteil." Auch deshalb ist Voss dabei, während er in seiner Hauptfunktion Regionaldirektor der AOK Rheinland für Essen und Mülheim ist und überdies bereits ehrenamtlicher Präsident der deutschen Rheuma-Liga NRW ist.

Ruth Levin und Rainer Voss verfügen über ein professionelles Netzwerk wichtiger Kontakte, die für die Vereinsarbeit wichtig sein können, und beide sind eng mit dem hospizlichen Gedanken vertraut. Von daher ergänzen die beiden Neuzugänge den Vorstand des 23 Jahre alten Vereins perfekt.



Telefon: 0208.8101110
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-Bokelmann, Petra Podubrin, Rafaela Schmitz Sabine Schrade und Claudia Wegner

### SEKRETARIAT:

Annett Frdmann

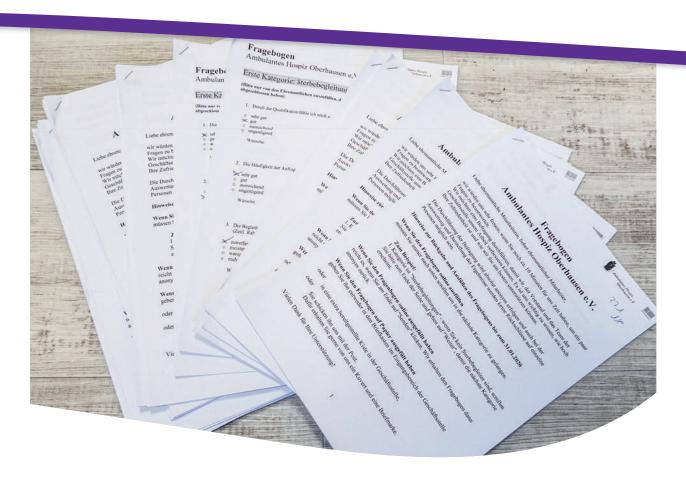
### SPENDENKONTO:

Volksbank Rhein-Ruhr BIC GENODED1VRR IBAN DE87 3506 0386 4349 9000 00 Sparkasse Oberhausen 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 beidarlei Geschlecht





## VIELE FRAGEN – VIELE ANTWORTEN

Ende 2019 wollten wir mit Hilfe einer Fragebogenaktion wissen, wie zufrieden unsere Ehrenamtlichen in ihrer Funktion und mit uns sind. Von den rund 200 Fragebögen erhielten wir 92 zurück. Eine übliche Rücklaufquote bei vergleichbaren Aktionen liegt in der Regel bei 10 bis 15 Prozent, von daher lassen sich alleine mit diesem hohen Rücklauf belastbare Aussagen zur Zufriedenheit – oder auch Unzufriedenheit – treffen. Wir möchten Ihnen nun einen kleinen Einblick in diese Befragung gewähren und bieten natürlich jederzeit an, sich auch tiefer mit den ausgewerteten Fragebögen zu beschäftigen. Wir haben keine Geheimnisse.

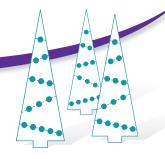
Unsere Fragen betrafen die Sterbe- und Trauerbegleitung, die Gruppen-, Supervisions- und Fortbildungsangebote, die Arbeit der Helfenden Hände und die interne wie externe Vereinskommunikation. In allen Bereichen konnten wir eine hohe, bis sehr hohe Zufriedenheit feststellen, was uns natürlich sehr freut und gleichsam motiviert, diese Qualität zu halten oder sogar verbessern.

Zwei Beispiele: Von unseren ehrenamtlichen Sterbebegleiter\*innen fühlen sich 71,1 Prozent sehr gut und 23,7 Prozent gut von den Koordinatorinnen während einer laufenden Begleitung begleitet. Immerhin: Drei Personen fühlen sich ausreichend begleitet und eine Person empfand die Begleitung als ungenügend. Jede Antwort konnte mit einer ergänzenden Anmerkung ausgeführt werden. Leider hat die Person, die uns ein "ungenügend" gab, nicht weiter dazu geäußert. Schade, das wäre natürlich hilfreich gewesen.

»Grundsätzlich haben wir uns natürlich sehr über die Rückmeldungen gefreut, nehmen aber auch die Kritik sehr ernst.«

Ein anderer Aspekt zeichnete sich ebenfalls klar ab. Die Gestaltung der Gruppentreffen sollte sich zukünftig verändern! Obwohl über 90 Prozent der Fragebogenteilnehmer\*innen mit der Struktur des Gruppentreffens zufrieden sind, gab es zahlreiche Anmerkungen zu unserer Befindlichkeitsrunde, die meist zwischen organisatorischer Runde und Begleitrunde eingebaut wird. Diese Befindlichkeitsrunde ufert einigen Teilnehmer\*innen zu oft aus. Viele Begleiter\*innen wünschen sich daher einen zügigeren Ablauf dieser durchaus wichtigen Runde.

Grundsätzlich haben wir uns natürlich sehr über die Rückmeldungen gefreut und nehmen die Kritik sehr ernst. Wünsche und Änderungsvorschläge werden wir zeitnah in unsere Konzeption übernehmen und in den zukünftigen Hospizalltag einbauen. Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Teilnehmer\*innen und wünschen uns, weiterhin mit ihnen so gut im Gespräch zu bleiben.



# WEIHNACHTSBAUM MIT MEHRWERT

Ist es nicht wunderschön, zur heiligen Zeit einen Weihnachtsbaum Daheim aufzustellen und den Duft des Nadelholzes durch die Wohnung verströmen zu lassen? Kugeln, Glanz und Holzfiguren. Alljährlich verwandeln die meisten von uns das Wohnzimmer in einen Privat-Wald ... um zwei Wochen später diesen zu entsorgen und die letzten Nadeln unter Teppichen, Fußleisten und Blumentöpfen zu finden. Der Baum hat seine Aufgabe erfüllt.

Wieviel besser fühlt es sich da noch einmal an, wenn mit dem Baum zugleich eine Spende einhergeht – so wie beim alljährlichen Tannenbaumverkauf des Lions Club Oberhausen. Auch in diesem Jahr fällen die Lions zum 19. Mal sauerländische Tannen zugunsten unseres Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. Wer Interesse daran hat, kann also seinen Weihnachtsbaum auch dort erwerben und weiß, dass damit nicht nur Zuhause Glanz

und Gloria einziehen, sondern auch noch darüber hinaus Gutes passiert, weil der Lions-Club anschließend – und das schon seit vielen Jahren – einen hohen Geldbetrag an unser Ambulantes Hospiz Oberhausen e.V. spendet.

Anders als in den Jahren zuvor, werden die vorbestellten Tannenbäume in diesem Corona-Jahr sogar zu Ihnen nach Hause geliefert. Die Anlieferungsgebühr von 10 Euro wird vollständig an das Ambulante Hospiz weitergegeben. Ihre Bestellung ist nach Eingang der Zahlung bis zum 26.11.2020 allerdings verbindlich. Weitere Informationen und Bestellscheine finden Sie auf der Internetseite der Oberhausener Lions unter: www.lions.de/web/lc-oberhausen oder Sie bestellen telefonisch im Ambulanten Hospiz unter 0208.8101110.

Wir freuen uns, wenn Sie einen Baum mit Mehrwert aufstellen.



### ANKÜNDIGUNGEN/TERMINE

An dieser Stelle erscheinen eigentlich unsere geplanten Veranstaltungen für die nächste Zeit. Da wir zur jetzigen Zeit keine verlässlichen Aussagen treffen können, informieren wir Sie gerne über unsere Homepage oder in unserer Geschäftsstelle über Aktionen und Veranstaltungen.

### LETZTE-HILFE-KURS

Dass man nach Unfällen Erste Hilfe leistet, ist selbstverständlich. Doch wie kann man einem Menschen helfen, der im Sterben liegt? In Anlehnung an die bekannten Erste Hilfe Kurse bietet das Ambulante Hospiz Oberhausen e.V. nun einen Letze Hilfe Kurs an. Darin lernen interessierte Bürgerinnen und Bürger in vier Stunden, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft für wenige Experten, sondern ein Angebot von Mitmensch zu Mitmensch. Der Kurs soll ermutigen, auf einen sterbenden Nachbarn, Freund oder Angehörigen offen und anteilnehmend zuzugehen.

Termine bitte in der Geschäftsstelle nachfragen.

### NEUER QUALIFIZIERUNGSKURS

lm Januar 2021 startet ein neuer Qualifizierungskurs.

Um ehrenamtlich in der Begleitung schwersterkrankter Menschen tätig zu sein, bedarf dies einer guter Vorbereitung Aus diesem Grund starten wir einen weiteren kostenfreien Qualifizierungskurs, der in 160 Stunden (verteilt auf rund 11 Monate) dazu befähigt, Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten. Den Kurs haben wir den geltenden Hygieneauflagen angepasst.

Weitere Informationen, sowie die Termine, erhalten Sie unter 0208.8101110.

### TRAUERSPAZIERGANG

Am 1. Freitag eines Monats findet ein Spaziergang für Menschen in Trauer im Revierpark Vonderort statt. Treffpunkt ist um 14 Uhr an dem Café Waldhof. Der Spaziergang wird von ehrenamtlichen Trauerbegleiter\*innen begleitet und ist natürlich kostenfrei. Die vorherige Anmeldung ist zwingend erforderlich: 0208.8101110.