



**HOSPIZ-VEREIN** Gießen e.V.

Ambulanter Hospizdienst

**Newsletter**

**Nr. 16**

**Oktober 2024**



## Inhalt

Einleitung.....	3
Fortbildung „Gesundheitliche Vorsorgeplanung“ .....	4
EINSAMKEITSBELASTUNG?.....	6
Literaturempfehlung: .....	7
Ein Dankeschön an die ehrenamtlich Mitarbeitenden des Hospiz-Vereins Giessen .....	8
Impressionen des Sommerausfluges.....	9
Runder Tisch – Älter werden in Giessen.....	10
Wir leisten unseren Beitrag.....	12
Besondere Momente der Begleitung im Hospiz Haus Samaria .....	12
Mein Weg zum ehrenamtlichen Hospizhelfer.....	15
Bewegte Runde - 2024/2025 Für junge trauernde Frauen .....	17
Ausblick Termine 2024 .....	19
Impressum.....	20

### LINKS:

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

[www.dhpv.de](http://www.dhpv.de)

[www.hpv-hessen.de](http://www.hpv-hessen.de)

[www.haus-samaria-giessen.de](http://www.haus-samaria-giessen.de)

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

## Einleitung

Der Welthospiztag findet einmal jährlich statt, und zwar jeweils am zweiten Samstag im Oktober. Mit diesem Tag machen wir auf die Arbeit der Hospiz- und Palliativeinrichtungen aufmerksam und bringen zum Ausdruck, dass keiner den letzten Weg in seinem Leben alleine gehen muss.

Mit dem diesjährigen Motto „Hospiz für Vielfalt“ spiegelt der diesjährige Welthospiztag die aktuelle gesellschaftliche Situation wider. Alle im Hospiz- und Palliativdienst tätigen Menschen stehen für eine offene, demokratische, pluralistische und solidarische Gesellschaft.

Besuchen Sie unseren Stand am 12. Oktober auf dem Seltersweg!

Erwin Kuhn (Vorsitzender)



## Fortbildung „Gesundheitliche Vorsorgeplanung“

Zu Gast im Altenhilfezentrum Johannesstift in Gießen

Am Samstag 08.06.2024 waren wir zu einer Fortbildung für unsere ehrenamtlichen Hospizbegleiter\*innen zur Gast im Johannesstift.

Juliane Lang und Franziska Menges von der Gesellschaft für diakonische Altenhilfe Gießen und Linden haben uns einen Tag lang mitgenommen zum Thema „Gesundheitliche Versorgungsplanung nach § 132g SGB V“.

Wir stellten uns der Frage nach den Grundwerten im Leben.

Welche Menschen sind uns wichtig und wie sieht unser soziales Netzwerk aus? Wie kann sich das Netzwerk plötzlich verändern? Was wünschen wir uns am Lebensabend und was möchten wir für uns im Vorfeld geregelt haben, wenn wir nicht mehr für uns selbst entscheiden können?

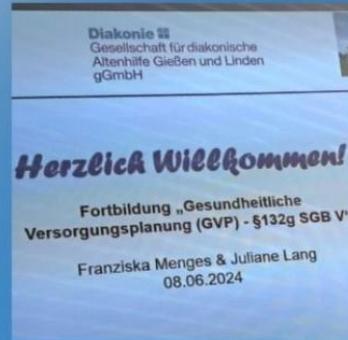
Unter der kreativen Anleitung von Frau Lang und Frau Menges gestalteten wir zwei fiktive Personen für ein Fallbeispiel. Eine ältere Dame, bislang alleine lebend, muss aufgrund einer gesundheitlichen Krise in eine Pflegeeinrichtung einziehen. Ihr Sohn kümmert sich um sie und organisiert alles, soweit es seine eigene Situation zulässt.

An diesem fiktiven, und doch so alltagsnahen Beispiel, betrachteten wir die verschiedenen Perspektiven in solch einer Situation. Wir erarbeiteten daran ganz alltagspraktisch die Informationen zum Thema Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, die uns zuvor von den beiden Dozentinnen theoretisch vermittelt wurden.

Wir hatten viele „Aha-Erlebnisse“. Uns wurde nochmal sehr deutlich, wie wertvoll und wichtig es ist, dass wir uns frühzeitig Gedanken über unsere eigenen Wünsche zur gesundheitlichen Versorgung machen und diese schriftlich fixieren. Wenn wir im Vorfeld einen Bevollmächtigten ernennen möchten, der sich später für unsere Wünsche einsetzen und diese umsetzen soll, ist es sehr wichtig zu besprechen, ob diese Person auch wirklich die Richtige dafür ist.

Eine aussagekräftige Patientenverfügung gibt allen beteiligten Personen die Sicherheit, genau dann, wenn es darauf ankommt, das Richtige zu tun.

Carola Schifner



## EINSAMKEITSBELASTUNG?

Erlebnisbilder fördern ein „Zuversichtswachstum“!

Aus dem Fenster meines Arbeitszimmers blicke ich in eine Nachbarschaft mit Gärten, einem Spielplatz und einen Fußweg, der von Spaziergängern mit und ohne Hund, von Eltern mit Kinderwagen, Spielzeug und joggenden Leuten genutzt wird. Abwechselnde Szenen täglichen Lebens – lebendig nicht nur für die Kinder an und mit den Spielgeräten. Diese Erlebnisbilder stimmen mich gelassen. Sie geben mir etwas von der Zuversicht für einen friedvollen Alltag. Ich bin dankbar für das, was ich sehen darf.

Welch ein Kontrast zu den Schreckensbildern, die mich medial wie auch real in eine Art „Gefangenschaft aller Sinne“ führen. Wie schmerzhaft Umklammerungen wollen sie einfach nicht zulassen, auch mich persönlich in Szenen eines lebendigen Daseins in, mit und um mich herum einzubinden oder gar selbst ein Teil davon werden zu lassen. (Eine Trauer um geliebte Angehörige und befreundete Menschen vermögen zu derartigen Umklammerungen beitragen.) In einem oftmals unvorhergesehenen Maße möchte dann eine „Einsamkeitsbelastung“ in mir einen Raum ergreifen, der nur selten noch Platz für lebendige Zuversicht freigibt.

Ich bin froh, dass ich meinen Fensterplatz zum lebendigen Dasein habe. Und dann sehe ich – aber jetzt eher schon selten – meine 94jährige Nachbarin mit ihrem Rollator und festen Schritten den Fußweg auf und abgehen! Mitten in der Schar der Kinder und Erwachsenen nimmt sie ihren Weg. Ich denke mir: Hier holt meine Nachbarin sich ihre Zuversicht und ihr Vertrauen in die ihr verblieben Lebenszeit. Wie mutig ist das und wie wünschenswert in einem „späten Leben“ (Bernhard Schlink)!

Robert Cachandt im Juli 2024

## Literaturempfehlung:

Kommunizieren in Palliativ Care und Hospizarbeit, Empathisch sorgen und in Beziehung sein, Herausgegeben von Ulrike Geiger und Katharina Heimerl, erschienen im Hospizverlag.

In dem Sammelband setzten sich mehrere Persönlichkeiten mit den vielfältigen Perspektiven der Kommunikation am Lebensende auseinander. Die Bedeutung der Vertrauensbasis, um den Begleiteten zu erreichen, wird genauso thematisiert wie Wege aufgezeigt, um eine niederschwellige Kommunikation zu ermöglichen oder schwierige Themen ansprechbar zu machen. Wie ein roter Faden zieht sich durch das Buch eines der Axiome von Paul Watzlawick (Lösungen 1974)

"Man kann nicht kommunizieren: Kommunikation ist Verhalten und Verhalten ist Kommunikation“.

Erwin Kuhn



## Ein Dankeschön an die ehrenamtlich Mitarbeitenden des Hospiz-Vereins Gießen

Am 29. August 2024 war es wieder einmal so weit. Der Hospiz-Verein lud zum jährlichen Ehrenamtsausflug ein und nutzte die Gelegenheit, ehrenamtlich tätigen Mitarbeitenden seinen Dank für ihr Engagement auszusprechen. Ausflugsziel war eine Bootsfahrt auf der Lahn mit anschließendem gemütlichen Beisammensein im Restaurant Marine-Verein Gießen.

Der Wettergott war mit den Ausflüglern hold. Angenehmes Sommerwetter, als Beigabe eine wunderschöne Uferlandschaft, Kontakt mit Wassertouristen, die auf ihren unterschiedlichsten Booten stromabwärts ruderten und natürlich die Begegnung und das Gespräch mit Kolleginnen und Kollegen.

Ehrenamtlich Mitarbeitende des Hospiz-Vereins sind sich ihrer besonderen Aufgabe bewusst und der damit verbundenen Verantwortung. Es geht um nicht weniger als Menschen auf ihrem letzten Weg zu begleiten, ihnen Zeit zu schenken, zuzuhören, Fragen zu besprechen und auch die Geduld zu haben, das Miteinander in absoluter Stille zu verbringen. Das geht nicht, ohne sich den Sterbenden auf die richtige Weise zu nähern, um herauszufinden, wie man gerade helfen kann. Dafür benötigt man ein hohes Maß an Empathie. Das schafft man nur, wenn man sich mit seiner eigenen Endlichkeit kritisch auseinandergesetzt hat.

Die Begleitung Sterbender steht häufig nicht alleine. Ebenso anspruchsvoll ist der Beistand für Angehörige. Und es gilt, nach dem Tod eines geliebten Menschen die Trauernden nicht alleine zu lassen, sie vor der Einsamkeit zu schützen.

Wie in allen Bereichen des Lebens ist die Kommunikation auch unter den ehrenamtlich und mit den hauptamtlich Tätigen, den Koordinatorinnen, essentiell, um das Amt ausfüllen zu können, auch um ausgewogen mit Nähe und Distanz zu den Sterbenden und Trauernden umgehen zu können.

Nach der zweistündigen Bootsfahrt fand der Abend bei Speis und Trank sowie intensivem Gedankenaustausch ein fröhliches Ende verbunden mit der Vorfreude auf den nächsten Ehrenamtsausflug.

Erwin Kuhn

Impressionen des Sommerausfluges



## Runder Tisch – Älter werden in Giessen

Wir sind nun schon seit vielen Jahren aktives Mitglied beim „Runden Tisch – Älter werden in Gießen“.

Die Auftaktveranstaltung zur diesjährigen Vortragsreihe des „Runden Tisches“ fand letzten Samstag auf dem Kirchenplatz in Gießen statt.

Neben einem bunten Programm auf der StadtRaumBühne gab es wieder die Möglichkeit, mit allen Akteuren des „Runden Tisches“ ins Gespräch zu kommen.

So hatten auch wir einen bunten Infostand aufgebaut.

Mit den hauptamtlichen und zahlreichen ehrenamtlichen Mitarbeitenden unseres Vereins trugen wir die Hospizarbeit wieder einmal ein Stück in die Öffentlichkeit.

Wir hatten viele gute Gespräche über die hospizliche Begleitung, die durch unsere qualifizierten Ehrenamtlichen zu den Menschen nach Hause gebracht wird.

Carola Schifner





## Wir leisten unseren Beitrag

### Besondere Momente der Begleitung im Hospiz Haus Samaria

Martina Riße

Mein Ehrenamt hat 2017 begonnen.  
Bei mir dominiert der kommunikative Bereich in der Begleitung.

Wenn es möglich ist, unternehme ich sehr gerne Ausflüge mit den Gästen. Man nannte mich schon die Ausflugsbeauftragte.

Dazu gehören Spaziergänge, Stadtbesuche, shoppen, Tierpark oder Restaurantbesuche verschiedenster Art oft mit einem Rollstuhl oder guter Mobilität.

Ich möchte eine Bereicherung für den Gast/die Gästin sein. Gerne bin ich auch für die Zugehörigen da. Sie brauchen oftmals Zuspruch und Aufmerksamkeit. Wir, Ehrenamtlichen, bekommen ebenfalls viel Wertschätzung zurück.



Christina Schäfer

Mein Schwerpunkt im Haus Samaria liegt im Café-Angebot mit Gästen und Zugehörigen. Dieses existiert seit 2018. Der Café-Nachmittag wird wöchentlich von der Sozialpädagogin Anette Weitzel-Lotz angeboten, bei dem ich regelmäßig unterstütze.



Für uns ist wichtig, dass die Gäste sich in einem Rahmen treffen, in dem sie sich kennenlernen, austauschen, spielen oder kreativ tätig sein können. Kuchen und Kaffee sind immer mit dabei. Willkommen sind ebenfalls Familienangehörige, Freund\*innen oder Nachbarn sowie Haustiere. Wir versuchen, auf die individuellen Bedürfnisse und Interessen der Gäste einzugehen. Gesprächsthemen können gemeinsame Interessen, biografische Ereignisse, die Erkrankung, das Essen, die Familie, Dinge, die man vermisst, Sport etc.

Wir möchten allen, die wollen, die Möglichkeit geben dabei zu sein. Dies kann auch im Pflegebett oder Rollstuhl sein.

## Ulrike Fritsche

Mein Tag im Haus Samaria ist normalerweise donnerstagvormittags und beginnt in der Regel zwischen 08.30 und 09.00 Uhr. Jeder Tag dort ist anders und immer abhängig von den Gästen. Zunächst unterstütze ich meist erstmal in der Küche. Falls Gäste zum Frühstück in den Aufenthaltsraum kommen, findet dort dann der erste Kontakt statt.



Nach Rücksprache mit dem Pflegepersonal starte ich danach einen Rundgang durch die Zimmer und informiere die Gäste, was es zum Mittagessen gibt. Dadurch entstehen oft der erste Kontakt und die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen. Manchmal ergeben sich daraus Unterhaltungen, oft erzählen die Gäste und hin und wieder unternimmt man auch gemeinsame Spaziergänge.“

## Cornelia Ried

Seit ich vor gut drei Jahren in Rente gegangen bin, arbeite ich, in der Regel Dienstagvormittag ehrenamtlich im Haus Samaria.

Wenn ich von Freunden oder Bekannten gefragt werde, was ich denn im Hospiz so tue, ist meine Antwort meist: „Ich bin das Mädchen für alles“, unterstütze also das Team dort, wo gerade Hilfe benötigt wird. In erster Linie bin ich für unsere Gäste im Haus Samaria da. Wir unterhalten uns, gehen spazieren, spielen etwas, ich richte Frühstück oder reiche auch einmal Trinken oder Essen an. Aber ich räume auch die Spülmaschine aus, Schäle Kartoffeln, decke den großen Esstisch ab oder räume Bettzeug und Handtücher in den Wäscheschränken in den Gästezimmern ein.

Kein Tag ist wie der andere und es wird nie langweilig. Ich fühle mich von den Gästen und dem Team im Haus Samaria wertgeschätzt und freue mich und bin dankbar, wenn ich mit diesem schönen Ehrenamt für Menschen, die am Ende ihres Lebensweges stehen, da sein darf.





Michaela Jost

Tätig im Hospiz: seit 2021

Beruf: Buchhaltungstätigkeit in verschiedenen Bereichen (öffentliche Verwaltung, internationale Hilfsorganisation, ...)

Alter: 49 Jahre

Wohnort: Heuchelheim

Ich bin dankbar, dass ich als ehrenamtliche Mitarbeiterin ein Teil des tollen Teams im Hospiz sein darf.

Das Hospiz ist ein Ort mit einer ganz besonderen Atmosphäre. Vor kurzem hat einer unserer Gäste zu mir gesagt, dass er sich dort sehr gut aufgehoben und behütet fühlt.

Mit einem hohen Maß an Empathie und Mitgefühl versuchen wir alle, unseren Gästen und auch denen, die sie besuchen und begleiten, genau dieses Gefühl zu geben.

Die schönsten Momente für mich sind, wenn ich ein Lächeln auf das Gesicht eines Gastes zaubern kann und wir vielleicht sogar gemeinsam lachen. Sehr wertvoll ist es auch, wenn sich ein tiefgehendes Gespräch ergibt.

Aber auch die „kleinen“ Dinge, wie einfach nur ein wenig Zeit schenken oder das Erfüllen von Wünschen macht mir Freude.

Für mich persönlich ist meine Zeit im Hospiz immer wieder ein „Innehalten“ in einer oftmals so hektischen Arbeitswoche. Es schärft mein Bewusstsein dafür, was die wirklich wichtigen Dinge im Leben sind.

Manchmal gelingt es dann auch, mit den eigenen Alltagsorgen etwas gelassener umzugehen.

## Mein Weg zum ehrenamtlichen Hospizhelfer

Mein Name ist Jürgen Langsdorf, ich bin 70 Jahre alt, verheiratet und habe eine wunderbare Frau, Tochter, Schwiegersohn und eine Enkelin.



Meine Erfahrung mit Menschen am Ende ihres Lebensweges habe ich bereits in meiner Jugendzeit gemacht. In mir reifte der Gedanke an eine berufliche ärztliche Tätigkeit in meinem 12. Lebensjahr. Erstmals, mit 16 Jahren, habe ich ein Pflegepraktikum in der Medizinischen Klinik der Gießener Universität gemacht. Hier bereits wurde mir bewusst, wie endlich unser Leben ist. Gleich in den ersten Tagen erlebte ich, wie ein Patient, dem ich zur Mahlzeit das Essen anreichen sollte, plötzlich den Löffel in die Hand nahm und mit großem Appetit aß, aber eine Stunde später verstarb. Ich war wie versteinert und entsetzt, aber erst später verstand ich, dass es verschiedene Sterbephasen gibt. Ich habe dies dann oft in den folgenden Jahren meiner Pflegetätigkeit

in der Inneren Medizin erlebt. Es war für meine spätere berufliche Tätigkeit eine unendlich wichtige Erfahrung. An dieser Stelle möchte ich meinen Mentor Prof. Lasch nennen, dem damaligen Leiter der Inneren Medizin am Uniklinikum Gießen, auf dessen Station ich über Jahre nachts die Patienten betreute. Immer wieder bat er mich, bei sterbenden Patienten zu bleiben, wenn es die Stationsroutine zuließ.

Bereits vor zehn Jahren entstand bei mir der Gedanke, nach Ende meiner beruflichen Tätigkeit, mich ehrenamtlich im Hospiz einzubringen. Es dauerte mehrere Jahre, mich nach Eintritt in den „Ruhestand“ zu orientieren, bis ich meinem inneren Wunsch und den Mut fand, einen Gesprächstermin im Hospizverein in Gießen zu vereinbaren.

Bei der ersten Kontaktaufnahme fühlte ich mich spontan wohl und war überrascht und bestätigt, dass es für mich der richtige Weg war. Gefestigt wurde dies noch in einem Gespräch im Hospiz Verein, wo ich viel Freundlichkeit und Empathie empfand. Die anschließende Hospitation im Haus Samaria war für mich eine wundervolle Erfahrung, da alle Beschäftigten miteinander und mit den Gästen offen, freundlich und respektvoll umgingen und sich das rasch auf

mich übertrug. Ich wurde angeleitet durch eine ehrenamtliche Mitarbeiterin, deren Freundlichkeit und Offenheit mich überraschte. Nunmehr war ich sicher, den richtigen Weg zu gehen und habe alsbald die Ausbildung zum ehrenamtlichen Hospizhelfer im Kursjahr 2023/2024 begonnen. Auch hier fand ich unter den Kursteilnehmer/innen und Dozent/innen so viele freundliche und empathische Menschen und möchte mich an dieser Stelle noch einmal für die inhaltliche tolle und gute Ausbildung bedanken.

Parallel dazu durfte ich bereits im Haus Samaria mithelfen, was für mich im Umgang mit den Gästen, An- und Zugehörigen sowie allen Beschäftigten eine unendlich positive Erfahrung war und ist. Es ist schön zu sehen, dass es immer ein offenes Ohr gibt, dass Trost gespendet und ein respektvoller Umgang gepflegt wird. Nie bin ich mit bedrückender oder trauriger Stimme nach meinem Einsatz nach Hause gefahren.

Ich wünsche mir mit viel Freude für die Zukunft, weiterhin ehrenamtliche Hospiztätigkeit leisten zu dürfen.

Bewegte Runde - 2024/2025  
Für junge trauernde Frauen



Wecke dein Herz, das kammerschwere,  
steh auf und wage dich bis an den Horizont  
deiner Bedrängnis  
und sieh:  
Zwischen Schmerz und Schmerz  
wächst das Tröstende.

(Antje Sabine Naegeli)

Gemeinsam mit anderen trauernden Frauen "stehen wir auf" und kommen in Bewegung.

Herzlich möchten wir SIE dazu einladen, der eigenen Trauer Raum zu geben und Körper und Seele mit achtsamen Elementen aus dem Qi Gong und der Atemmeditation in einen Einklang zu bringen. Dabei werden wir uns begegnen und untereinander austauschen.

Wir beginnen mit einem gemeinsamen Kennenlernen und lassen uns bei einer Halbtageswanderung (ca. 3,5-4 Std.) dafür viel Zeit. Danach treffen wir uns an 5 Terminen abends im Hospiz-Verein Gießen e.V. in der Paul-Zipp Str. 183 für jeweils 2 Stunden.

Den Abschluss unserer bewegten Runde erleben wir mit mutigen Schritten im Kletterwald Gießen.

Wir freuen uns auf Sie!

Lisa Ponto-Dauzenroth, Ramona Sielski und Mirjam Weiß-Arzt

Kurstermine 2024/25

Start: Halbtageswanderung 26. Oktober 2024 11:00- 15:00 Uhr

Abendtermine Hospiz-Verein Giessen e.V.:

13. Nov. 2024; 11. Dez. 2024; 15. Jan. 2025; 12. Feb. 2025 &  
12. März 2025 jeweils von 18:30-20:30 Uhr

Abschluss Kletterwald Gießen: 26. April 2025 11:00-15:00 Uhr

Bitte melden Sie sich für den kompletten Kurs an, damit wir als Gruppe gemeinschaftlich "wachsen". Fragen können wir sehr gerne telefonisch klären unter:

Hospiz-Verein Gießen e.V.  
Paul-Zipp-Straße 183, 35398 Gießen  
Tel: 0641- 984 4486 12

[info@hospiz-verein-giessen.de](mailto:info@hospiz-verein-giessen.de)  
[www.hospiz-verein-giessen.de](http://www.hospiz-verein-giessen.de)

## Ausblick Termine 2024

12.10.2024 Welthospiztag

29.10.2024 Vortrag „Dankbarkeit“ Prof. Dr. Franz Josef Wetz

02.11.2024 Hospizforum Mittelhessen Wetzlar

06.11.2024 Supervision für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen

20.01.2025 Neujahrsempfang für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen

## Impressum

Für die bereitgestellten Informationen ist der Vorstand des Hospiz-Verein Giessen e.V., vertreten durch den Vorstandsvorsitzenden Herrn Erwin Kuhn verantwortlich.

Redaktion: Anett Rönning, Carola Schifner

Tel.: 0641-9844486-0

Mail: [info@hospiz-verein-giessen.de](mailto:info@hospiz-verein-giessen.de)

Hhttp:// [www.hospiz-verein-giessen.de](http://www.hospiz-verein-giessen.de)

Anschrift: Hospiz-Verein Giessen e.V., Paul-Zipp-Straße 183, 35398 Gießen

Sitz des Vereins Gießen, Vereinsregister Amtsgericht Gießen VR 2325

