

immer unterschiedlich, aber jede ist bereichernd. Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich diesen Dienst am Menschen machen darf. Die ehrenamtliche Arbeit in der Hospizbewegung ist aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken.

Über die Begleitungen hinaus ist seit einigen Jahren Vorstandsarbeit hinsichtlich Schriftführung hinzu gekommen. Auch dies bereitet mir große Freude.

Ehrenamtliche Mitarbeiterin,
48 Jahre

*Es ist eine der schönsten Vergütungen
des Lebens,
dass man nicht einem anderen Men-
schen aufrichtig helfen kann,
ohne sich selbst zu helfen.*

Ralph Waldo Emerson

TERMINE

08.01.2014

Beginn eines Trauerseminars. Für alle, die einen persönlichen Verlust erlitten haben - ganz gleich wann - werden wir wieder ein Trauerseminar durchführen. Das erste Treffen findet statt am 8. Januar 2014, von 17:00 bis 19:00 Uhr in den Räumlich-

keiten der Hospizbewegung Meerbusch e.V. in 40667 Meerbusch, Necklenbroicher Str. 30.

Leitung: Gudrun Fuß, BBA, Familientherapeutin, Kinder-Trauerbegleiterin

Mariel Pauls-Reize, Journalistin, Familienaufstellerin, Trauerbegleiterin
Weitere Auskunft im Hospizbüro.

09.01.2014

Beginn eines Jugendtrauerseminars. Klassenkameraden können Eure Gefühle nicht nachempfinden; ihr fühlt Euch mit Eurem Kummer allein gelassen. Alle Jugendlichen ab 14 Jahre, die einen persönlichen Verlust erlitten haben, laden wir zu einem Trauerseminar ein. Beginn: 17.00 – 18.30 Uhr

Leitung Gudrun Fuß, BBA, Familientherapeutin, Kinder-Trauerbegleiterin
Martin Alfing, Pastoralreferent, Trauerbegleiter

Weitere Auskunft im Hospizbüro

September 2014

Beginn eines 5- bis 6-monatigen Kurses zur Ausbildung ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen in der Sterbebegleitung. Ausbildungsziele: Selbsterfahrung – Umgang mit Krankheit, Tod und Trauer – Kompetenz in Krisensituationen.

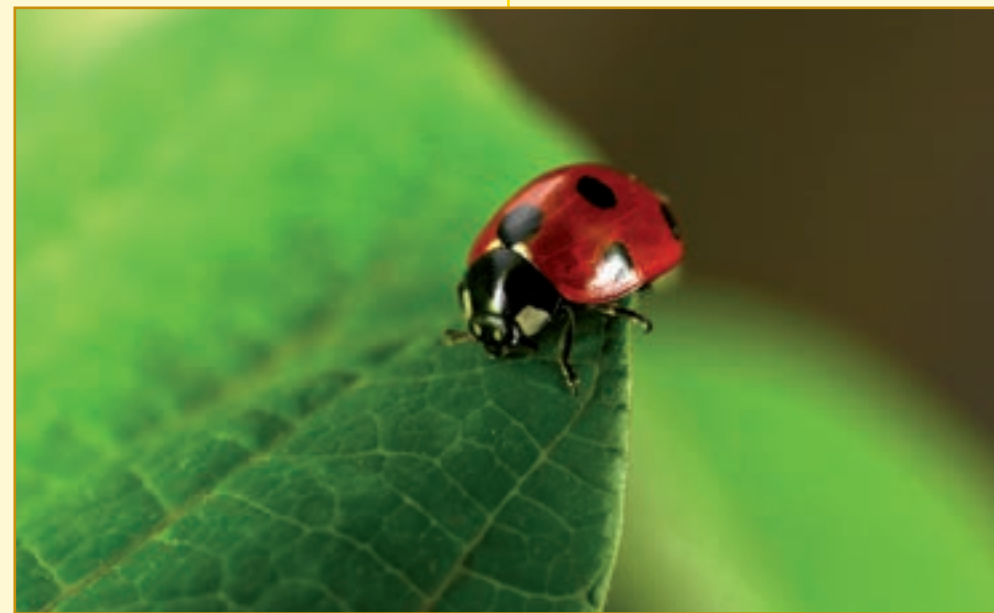
Ausbildungseinheiten abends u. überwiegend am Wochenende.
Auskunft erteilt: Gudrun Fuß, Geschäftsführerin/Koordinatorin

Trauercafé Sonnenstrahl

Das Trauercafé wird an jedem 1. Montag eines Monats durch Frau Gudrun

Fuß betreut und an jedem 3. Sonntag eines Monats durch Frau Mariel Pauls-Reize.

Altes Küsterhaus,
St. Mauritius Kirche,
Düsseldorfer Straße 6
in 40667 Meerbusch
Auskunft im Hospizbüro



IMPRESSUM

Hospizbewegung Meerbusch e.V.

Geschäftsführerin und Koordinatorin: Gudrun Fuß
Necklenbroicher Straße 30 • 40667 Meerbusch
Telefon: 0 21 32 / 7 38 09 • Fax: 0 21 32 / 75 76 26

email: info@hospizbewegung-meerbusch.de • Internet: www.hospizbewegung-meerbusch.de

Spendenkonto:

Kto.-Nr.: 745281 • Sparkasse Neuss • BLZ: 305 500 00
ab 1. 2. 2014 obligatorisch:
IBAN: DE87 3055 0000 0000 7452 81 • BIC: WELA DE DN



HOSPIZ IN MEERBUSCH

INFORMATIONEN AUS DER AMBULANTEN
HOSPIZBEWEGUNG MEERBUSCH E. V.
JANUAR 2014

Was vor uns liegt und was hinter uns liegt, ist nichts im Vergleich zu dem, was in uns liegt. Und wenn wir das, was in uns liegt, nach außen in die Welt tragen, geschehen Wunder.
(Henry David Thoreau)

Liebe Freunde unserer Hospizarbeit, liebe Meerbuscher Mitbürger*,

in dieser Ausgabe geht es um die Schulung unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter.

„Wer bin ich....wenn ich dies nur wüsste!“ Viele Bewerber, die sich für das Ehrenamt interessieren, sind erstaunt, wenn ich nach ihren eigenen (Trauer)-Erfahrungen und Schicksalsschlägen frage. Im Gesprächsverlauf bekommen die Menschen mit, wie wichtig die Auseinandersetzung mit sich selbst ist. Genauso wichtig ist es allerdings auch zu prüfen, über welche Ressourcen ich verfüge, damit ich gut für mich sorgen kann. Dies spielt eine entscheidende Rolle, wenn ich Menschen in der letzten Lebensphase begleiten möchte.

Die Bereitschaft, sich mit den Themen Krankheit, Tod und Trauer auseinanderzusetzen, ist die Grundvoraussetzung für die Ausbildung zum ehrenamtlichen Sterbebegleiter. Mir ist es ein großes Anliegen, dass die neuen

Mitarbeiter in den sechs Monaten auf diese anspruchsvolle Aufgabe gut vorbereitet werden. Mit mir unterrichten neun weitere Referenten. Die Ausbildung erfolgt in Anlehnung an das Celler Modell, das oft in der Hospizarbeit angewandt wird.

In dieser Ausgabe kommt eine Mitarbeiterin zu Wort, die sich noch in der Ausbildung befindet. Weitere Beiträge kommen von Ehrenamtlichen, die schon über Jahre für uns tätig sind. Wir, die Hospizbewegung Meerbusch e. V., bekommen für die Arbeit der Ehrenamtlichen eine sehr große Wertschätzung. Dafür ist der Verein sehr dankbar. Das Herzstück unserer Hospizbewegung sind all die Ehrenamtlichen, die sich in den letzten 20 Jahren so engagiert für unsere Ziele eingesetzt haben.

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie für dieses Jahr Gesundheit, Glück und Zufriedenheit.

Ihre

Gudrun Fuß

Geschäftsführerin/ Koordinatorin

* die weibliche Form ist stets eingeschlossen



HELFFEN WOLLEN – HELFFEN KÖNNEN

Helpfen zu wollen ist eine Sache; persönlich helfen zu können, eine zweite. Und da war ich mir noch nicht so sicher, als ich im Juli 2013 in das Gespräch mit Gudrun Fuß ging, um mich als ehrenamtliche Sterbebegleitung bei der Hospizbewegung Meerbusch e.V. zu bewerben.

Reicht die persönliche Erfahrung mit Krankheit, Tod und Trauer aus, um Angehörigen und Betroffenen auf dem gleichen Weg eine Hilfe zu sein? Es hilft vielleicht, Menschen besser zu verstehen, für die Krankheit und Tod plötzlich zum Lebensinhalt wird. Für einen praktischen, verantwortungsvollen Umgang mit der Situation und dem Menschen reicht es nicht!

So erklärte mir die Geschäftsführerin und Koordinatorin, worin die Aufgabe besteht und dass es wichtig ist, mit sich selbst im Reinen zu sein, um anderen Kraft geben zu können.

Was das Können angeht, bereitet eine 100 Stunden umfassende Weiterbildung auf die Tätigkeit vor. Mit allen Facetten...

- Reflexion der eigenen „Verlusterfahrung“
- Informationen zur häuslichen Krankenpflege

- Praktische Erfahrung auf einer Altenpflege- bzw. Wachkoma-station
- Christliche Symbole und Spiritualität
- Information über Palliativpflege
- Einführung in die Schmerztherapie
- Krankheitsbild Demenz
- Personenzentrierte Gesprächsführung
- Maltherapeutische Arbeit
- Patientenverfügung & Vorsorgevollmacht
- Bestattung & Elemente der Trauerarbeit
- Supervision – zur Verarbeitung der persönlichen Betreuungserfahrung

Diese intensive Vorbereitung auf die ehrenamtliche Tätigkeit stimmt auf den Umgang mit der besonderen Lebenssituation der Betroffenen ein. Sie sorgt gleichzeitig auch für das eigene „Gutbefinden“. Das bedeutet, für sich selbst mit dem Erlebten umgehen zu können, ohne seelischen oder körperlichen Schaden zu nehmen. Ersteres empfinde ich als sehr professionell – letzteres als fürsorglich.

Diese und meine ganz persönliche Lebenserfahrung haben mich in meiner Entscheidung bestätigt, mich in die Hospizbewegung Meerbusch e.V. einzubringen. Mein Motiv, zu begleiten und zu betreuen, anderen etwas aus meinem Gesundsein und Wohl-



ergehen heraus abzugeben, kommt hier auf einen gut organisierten und menschlich betreuten Boden.

Marianne Waltemate, 65 Jahre

EHRENAMT UND BERUF

„Wie bist Du zur Sterbebegleitung gekommen?“ „Wie kriegst Du das mit Deinem Beruf vereinbart?“. Diese Fragen werden mir oft gestellt, wenn

im Bekanntenkreis das Gespräch auf meine Tätigkeit für die Hospizbewegung kommt. Auf beide Fragen habe ich keine klare Antwort.

Meist antworte ich: „Es war einfach dran in meinem Leben.“ Sicher spielen mein eigenes – zunehmendes – Alter und der Tod meiner Eltern hierbei eine Rolle. Ich bin mir jedoch sicher, dass meine Motivation heute vielmehr aus dem Umstand wächst, dass ich gerne mit Menschen zusammen bin (im Beruflichen: „nah am Kunden“).



Im Beruf kümmere ich mich um viele Dinge und kommuniziere mit vielen Menschen gleichzeitig. In der Begleitung hingegen konzentriere ich mich ganz auf einen Menschen und seine Situation. Alles andere ist nebensächlich. Aus meinen Begleitungen lerne ich, dass weniger oft mehr ist und dass das Menschliche ganz weit oben stehen muss.

Wie kriege ich Beruf und Begleitung unter einen Hut? Das ist eine Herausforderung, die mich manchmal an meine Grenzen bringt. Aber das ist es, was ich will: Prioritäten setzen!

Marc Kok, 48 Jahre

WARUM BIN ICH ZUR HOSPIZ- BEWEGUNG GEKOMMEN, UND WAS IST IN DEN VERGANGENEN 10 JAHREN GESCHEHEN?

Vor genau 10 Jahren im Januar 2004 begann ich die Ausbildung zur ehrenamtlichen Mitarbeiterin in der ambulanten Hospizbewegung Meerbusch e.V.

Mein Beweggrund, in der Sterbebegleitung tätig zu werden, war ein

schwerer Krankheitsfall in der engsten Familie. Ich habe festgestellt, dass es für mich und meine Familie sehr schwer war, mit der unheilbaren Krankheit, die letztendlich zum Tode führte, umzugehen. So entschloss ich mich zu einer Ausbildung zur Sterbebegleitung bei der Hospizbewegung. Das hier Erlernte konnte ich selbst gut für mich umsetzen und auch Ratschläge an meine Familie weitergeben. Als später mein Vater starb, konnte ich die Erfahrungen und das Wissen aus der Hospizbewegung einsetzen, um meine eigene Trauer besser zu verarbeiten.

Die meisten Menschen wissen zum Beispiel nicht, dass die Bestattungsunternehmen Trauerräumlichkeiten zur Verfügung stellen, in denen der Sarg mit dem Verstorbenen aufgestellt wird. Dort haben die Angehörigen die Zeit, die sie zum Abschiednehmen benötigen und können dann den Sarg selbst mit den eigenen Händen verschließen. Das ist ungemein tröstlich, vor allem dann, wenn der Tod plötzlich und unerwartet eintritt.

In den vergangenen 10 Jahren habe ich Schwerstkranke im Sterbeprozess und deren Angehörige begleitet. Jede Begleitung ist einzigartig, so wie jeder Mensch als Individuum einmalig ist. Die Begleitungen sind