

Lazarus Hospiz

Newsletter

August 2019

Essen in der Hospizarbeit

„Weil Speis und Trank in dieser Welt
Doch Leib und Seel‘ zusammenhält.“

(Hinrich Hinsch, in dem Libretto für das Singspiel „Der irrende Ritter Don Quixote De la Mancia“ von Johann Philipp Förtsch, 1690)

Wir grüßen Sie herzlich Leticia Chaves Milano

Nährstoffe wie Kohlehydrate, Eiweiß, Fette, Vitamine, Mineralstoffe und Wasser versorgen unseren Körper jeden Tag mit lebenswichtigen Substanzen, sie liefern Energie für laufende Auf-, Ab- und Umbauprozesse wie Wachstum, Erhalt der Körpertemperatur, Atmung oder Muskelarbeit. Und halten uns idealerweise gesund und fit. Schon klar, dass Essen auch in der Hospizarbeit eine zentrale Rolle spielt. Schließlich brauchen Hospizmitarbeiter*innen – ob haupt- oder ehrenamtlich – einen gesunden Körper und einen klaren Geist für die tägliche Arbeit mit sterbenskranken und trauenden Menschen.

Ist Essen am Lebensende noch relevant? Und was bedeutet es, wenn Menschen trauern? Die Artikel in diesem Newsletter gehen diesen Fragen nach. Heike Joswig erzählt vom Alltag in der Küche des Stationären Lazarus Hospizes. Leticia Milano fragt Jeanne Bellanger über ihre Erfahrungen, als sie letztes Jahr sechs Monate lang für die Gäste des Stationären Lazarus Hospizes kochte. Und Adelheid Scholten schreibt über ihre Erfahrung mit Essen in Zeiten der Trauer.

Und schließlich informieren wir Sie über unsere bevorstehenden Veranstaltungen und empfehlen Ihnen Artikel, Videos und Veranstaltungen rund um die Themen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer.

Lazarus Hospiz voll mitLeben

Essenszeit

Essen strukturiert jeden unserer Tage. Gerade im Hospiz lässt sich die Uhr der Mitarbeitenden oft nach den Esszeiten der Gäste stellen. Herr X möchte Frühstück? Dann wird es wohl 8.30 Uhr sein. Und was soll es geben? Alles wie immer: Zwei Scheiben Toast, rote und gelbe Marmelade, viel Butter darunter, dazu ein Kirschjoghurt. Kaffee mit Milch. Rehbraun. Bitte nicht anders. Bei der ersten Mahlzeit des Tages sind 95 Prozent von uns absolute Gewohnheitstiere. Das Wann und Was steht fest, ist sicher, gibt Halt.

Mittagessen ist dann um 12. Da ist es wichtig, auswählen zu können. Gulasch oder Carbonara? Fisch oder Eier in Senfsoße? Die bunten Pillen zum Essen müssen gegen Schmerzen aller Art genommen werden. Der Körper fordert. Auch die Menge an Essen wird vom eigenen omnipräsenten Körper diktiert, meist ist es nicht viel, was noch möglich ist. Zu große Mengen auf dem Teller werden so gut wie nie unkommentiert hingenommen. Sie werden in dem sehr kleinen Kosmos Hospiz, in dem die Gäste sich am Lebensende bewegen, eine Hürde, die es ernst zu nehmen gilt.

Doch was gegessen wird, das wird selbstbestimmt. Es ist die jeweilige Lebensgeschichte, weshalb ein Essen vehement abgelehnt oder eine andere Speise begeistert bestellt wird. Danach gibt es Kaffee und Kuchen um 15 Uhr. „Bitte wecken Sie mich unbedingt, sonst komme ich ganz durcheinander!“

Und um 18 Uhr wird schließlich zum Abendessen im Wohnzimmer für die Gäste gedeckt, die noch aus dem Zimmer kommen können und möchten. Ansonsten wird auf den Zimmern serviert. Nun ist wieder die Gewohnheit der liebste Küchenchef: Graubrot, Leberwurst und ein Malzbier für Herrn X. Kein Problem. Und morgen früh wieder Toast? Genau.





Heike Joswig, hauptamtliche Mitarbeiterin im Stationären Lazarus Hospiz, Foto: privat

Genießen bis zuletzt

Ich begegnete Jeanne Bellanger zum ersten Mal, als sie für eine Weiterbildung des Ambulanten Lazarus Hospizdienstes ein fantastisches vegetarisches Essen kochte. Kurze Zeit später durften die Gäste des Stationären Lazarus Hospizes sechs Monate lang Jeannes Kochkünste genießen. Über diese Zeit möchte ich mit ihr reden. Dafür lädt sie mich zu sich ein. Mich erwartet eine frische Orangen-Zitrone-Limonade mit Birkenzucker und ein schönes leckeres Essen. Ihr Haus riecht nach Lavendel, der überall zum Trocknen ausliegt.



Jeanne Bellanger, Mitarbeiterin im Stationären Lazarus Hospiz im Jahr 2018, Foto: privat

Das Kochen für die Weiterbildung Anfang 2018 war eine ehrenamtliche Arbeit, doch Jeanne suchte dringend einen Job. Was nicht ist, kann noch werden, sagte sie sich. Es folgten Menüs für den Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen. Und in April nun der ersehnte Job in der Küche vom Stationären Lazarus Hospiz. Jeannes Schicht begann um 15 Uhr, aber in der Regel war sie schon um 14 Uhr vor Ort, besuchte jeden Gast und fragte nach deren Essensvorlieben. Aus Frankreich stammend wollte Jeanne mehr als ein paar Scheiben Brot mit Butter, Käse oder Wurst belegen.

Am Lebensende sehnen sich Menschen oft nach Gerichten aus ihrer Kindheit. Oder das Essen, was besondere Augenblicke im Leben begleitet hat. So hat Jeanne mit indischen Noten für einen Gast gekocht, der beruflich oft in Indien war. Für einen anderen, der sich einfach Bouletten wünschte, hat sie das traditionelle Rezept in Variationen serviert. Eines ihrer beeindrucktesten Erlebnisse war jedoch ein Gast, der nichts mehr essen konnte. Er bat Jeanne, ihm trotzdem einen Teller zuzubereiten. Denn er empfand große Freude, ihre Gerichte zu riechen. Genießen tun wir eben bis zuletzt.



Leticia Milano, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst,
Foto: privat

Essen in Zeiten der Trauer

Der Tod eines nahen Menschen trifft uns auf vielerlei Weise. Nicht zuletzt der Alltagsrhythmus kann durcheinander geraten: Essen, Trinken, Schlafen sind nicht mehr normal.

Mitmenschen können dann eine Stütze sein. Als meine Mutter starb, bot mir eine Freundin an, zum Essen zu kommen. Ohne Aufheben konnte ich mich zu ihrer Familie an den gedeckten Tisch setzen und mitessen. Diese Geste war so schlicht wie hilfreich. Ich brauchte nicht über Einkaufen und Kochen nachzudenken und wurde offen aufgenommen.

Eine Freundin erlebte in Schottland Ähnliches. Ihr Mann starb sehr plötzlich. Die Dorfgemeinschaft, zu der die beiden erst kurz gehörten, funktionierte. Jeden Tag brachte eine andere Person Essen vorbei, eine großzügige Geste nach dem großen Schock.

Im Judentum sitzen Verwandte, Freunde und Bekannte mit Trauernden Shiwa. Der Begriff kommt von der Zahl 7: Sieben Tage sitzt man nach der Beerdigung zusammen, stunden- und tageweise, man bringt Essen mit. Die erste Mahlzeit nach der Beerdigung wird nur von Freunden und Nachbarn zubereitet: in Asche getauchte, hart gekochte Eier, Linsen und ein rundes Gebäck, Zeichen für den Kreislauf des Lebens. Der Tod gehört dazu, das Weiterleben auch.



Adelheid Scholten, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst, Foto: Katharina Eglau

Aktuelles

Lazarus Hospiz Forum Abend

„Wenn Trauer und Fußball aufeinandertreffen - Ein Querpass durch die Trauerkultur im Fußball“

Der Forum Abend wird in Gebärdensprache gedolmetscht.

Carmen Mayer M.A., Trauerbegleiterin (BVT), Dozentin, Initiatorin des Projektes Trauer und Fußball, seit 2012 in Berlin in eigener Praxis tätig mit den Schwerpunkten Krankheit, Tod, Trauer und Verlust

Fast nirgends ist Trauer und Tod in der Öffentlichkeit so sichtbar wie im Fußball. Man denke nur an die Choreographien für verstorbene Fans und Spieler*innen, die Schweigeminute, den Trauerflor oder das Verlesen von

Nachrufen auf verstorbene Fans beim 1. FC Union Berlin. Fußballer*innen widmen ihren Verstorbenen Tore, Fans lassen sich in Fankleidung mit Trikot und Schal bestatten und mancherorts ist sogar eine letzte Ruhestätte auf dem eigenen Fanfriedhof möglich. Diesen vielfältigen und kreativen Umgang mit Tod und Trauer im Fußball und seiner Fankultur möchte Carmen Mayer an diesem Abend aufzeigen und dabei der Frage nachgehen, welchen Beitrag der Fußball zur Trauerkultur leisten kann.

Ihre Motivation zu diesem Projekt entstand durch ihre eigene Erfahrung, dass der Fußball ihr nach dem Tod ihrer beiden Kinder die Möglichkeit gegeben hat, Kraft zu tanken, abzuschalten und 90 Minuten allen Gefühlen freien Lauf zu lassen. Auch heute ist der Fußball für sie immer noch eine wichtige Kraftquelle und Ressource.

Der Forum Abend findet am 9. September von 18 bis 19.30 Uhr im Lazarus Festsaal statt.

Sie sind herzlich eingeladen.

Hier finden Sie alle Termine für das Jahr 2019:

<https://www.lazarushospiz.de/wordpress/wp-content/uploads/Lazarus-Hospiz-Berlin-Forumabende-Termine-2019.pdf>

Lebens-Begleitung beim Sterben

Am 14.09.2019 von 14 - 17 Uhr gibt Lydia Röder, die Leiterin des Ambulanten Lazarus Hospizdienstes, Informationen zur Hospizarbeit für gehörlose Menschen. Was macht ein Hospizdienst? Was wünschen sich gehörlose Menschen am Lebensende? Wie geht es weiter mit dem Hospiz für Gehörlose? Auch die gehörlosen Hospizbegleiterinnen sind dabei! Außerdem gibt es Kaffee, Tee und Kuchen.

Die Veranstaltung findet im Gemeindesaal der Lukas-Gemeinde, in der Bernburger Straße 3 - 5, in Berlin 10963 statt. Spontan oder mit Anmeldung unter: R.Krusche@hoer.ekbo.de

Letzte Hilfe Kurs

Am 16.09.2019 findet von 16.00 - 20.00 Uhr ein "Letzte Hilfe Kurs" mit Lydia Röder im Tagungsraum des Lazarus Hauses Berlin statt.

In diesem Kurs wird „das kleine 1 x 1 der Sterbebegleitung“ vermittelt. Zugehörige und interessierte Laien können hier das Hinsorgen von

Zugehörige und interessierte Lernende können hier das Sterben von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende kennenlernen.

Kostenbeitrag: 15 €

Anmeldung:

Lydia Röder

lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de

Tel.: 030-46705276

Weitere Informationen:

<https://www.lazarushospiz.de/letzte-hilfe-kurse/>

www.letztehilfe.info

Tag der offenen Tür im Stationären Lazarus Hospiz

Herzlich laden wir Sie ein, am 23. September 2019 das Stationäre Lazarus Hospiz kennen zu lernen.

Die Führungen finden zwischen 12.00 und 18.00 Uhr, immer zur vollen Stunde statt.

Treffpunkt ist am Eingang des Mutterhauses im Lazarus Garten.

Lazarus Hospiz Berlin

Bernauer Str. 115-118 13355 Berlin

030/46705-550

Lazarushospiz-stationaer@lobetal.de

„Ich will, dass eine*r mit mir geht“

Im Rahmen der Hospizwoche erzählt Leticia Milano, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst, bei einem Spaziergang im Kiez aus ihrem Alltag als Begleiterin am Lebensende. Die Ehrenamtliche spinnt ein Netz von Geschichten aus ganz unterschiedlichen Begleitungen, die ihre Tätigkeit illustrieren und der Menschen gedenken, die Leticia Milano begleitet hat. Durch liebevolle Beobachtungen aus ihren Begleitungen und einer Prise Humor reflektiert sie, was Leben bis zuletzt ausmacht.

Leticia Milano kommt aus Brasilien, lebt seit 26 Jahren in Berlin und ist seit 2015 ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst.

Termine:

Am 24.09.2019 vom 10.00 – 13.00 Uhr

Am 26.09.2019 vom 17.00 – 20.00 Uhr

Treffpunkt:

Vor dem Mauercafé

Bernauer Straße 115 13355 Berlin

Um Anmeldung wird gebeten:

030/46705276

lazarushospiz-ambulant@lobetal.de

Sargbau-Workshop 2019

Nach dem Erfolg des ersten Workshops im letzten Jahr findet der Sargbau-Workshop mit Lydia Röder und Anna Adam zum zweiten Mal bei uns im Haus statt. Die Termine stehen bereits fest: Am 05./ 06.10. und 12.10. jeweils von 10 - 18 Uhr.

Um Anmeldung wird gebeten:

lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de

Weitere Informationen finden Sie hier: www.lazarushospiz.de/sargbau-workshop-2019

In den Medien

Die Links wurden von Claudia Trautloft, ehrenamtliche Patientenfürsprecherin im Stationären Lazarus Hospiz, und Leticia Milano, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospiz, gesammelt.

Wo jeder Tänzer und niemand Patient ist

In Berlin gibt es Deutschlands einzigen Paartanzkurs für Menschen mit Krebs. Teilnehmer lernen hier viel mehr als bloß Walzer, Cha-Cha-Cha und Foxtrott.

von Silvia Perdoni

<https://www.tagesspiegel.de/berlin/tanzkurs-fuer-krebskranke-wo-jeder->

<https://www.tagesspiegel.de/belgien/taenzler-und-niemand-patient-ist/24517620.html>

Wie jüdische Rituale beim Trauern helfen können

Sieben Tage auf dem Boden sitzen, die eigene Kleidung zerreißen, alle Spiegel in der Wohnung abdecken: Für Außenstehende mögen die jüdischen Trauerregeln befremdlich wirken, doch als die Tante unserer Kolumnistin vor 15 Jahren plötzlich verstarb, wurden sie zum größten Trost in der schwierigsten Zeit.

Von Linda Rachel Sabiers

<https://sz-magazin.sueddeutsche.de/mein-deutsch-juedisches-leben/juden-trauer-rituale-gebote-87365>

Das will ich dir noch sagen: Wenn junge Eltern sterben

Eine Dokumentation von Renate Werner für „Menschen hautnah“ – WDR Fernsehen

Verfügbar bis 06.06.2020

<https://www.ardmediathek.de/ard/player/Y3JpZDovL3dkci5kZS9CZWl0cmFnLWFjOTIiYWViLWRINjYtNDk2My1hNmM1LWI5Nzc0ZGEzNTFhNg/>

Frag mich: Eine Hospizmitarbeiterin erzählt

Lydia Röder arbeitet seit Jahrzehnten mit Menschen, die im Sterben liegen. Für das Format „Frage mich“ stellt sie sich den Fragen der t-online.de-Leser

Von Sandra Sperling, Arno Woelk, Benjamin Zurmühl

https://www.t-online.de/gesundheit/pflege/id_85900086/hospiz-mitarbeiterin-beantwortet-fragen-rund-um-das-thema-sterbebegleitung.html

Unsere Empfehlungen

Tröstende Rezepte in Zeiten der Trauer

„Nimm Zimt“ heißt das Buch von Ingrid Niemeier und David Roth. Ein außergewöhnliches Buch, das nicht nur Rezepte hintereinander reiht, sondern auch über die Wege der Trauer erzählt und wie – fast mehr als das Essen selbst – das Kochen diesen Weg erträglicher macht.

Die Autorin definiert ihr Buch so: „Ja, was ist das für ein Buch? Ich versuchte zu erklären. Über das Kochen, das mir und vielleicht auch anderen helfen sollte, die alleine mit einem Verlust dastehen. ‚Aha, Rezepte für eine Person?‘ Zuerst war ich gekränkt – mir derart Profanes

zu unterstellen! Dann ermutigt. Dass Kochen Trost, ja Therapie sein kann, das würde vielen eine neue Sicht in die Küche bringen. Nicht essen, weil man muss, sondern kochen, weil es guttut! Es muss ja nicht gerade ein liebster Mensch gestorben sein. Man kann im Leben in vielerlei Hinsicht verletzt zurückbleiben.“

„Nimm Zimt“, von Ingrid Niemeier & David Roth, Gütersloher Verlagshaus, 2019, 176 Seiten, 18 € (evtl. Foto)

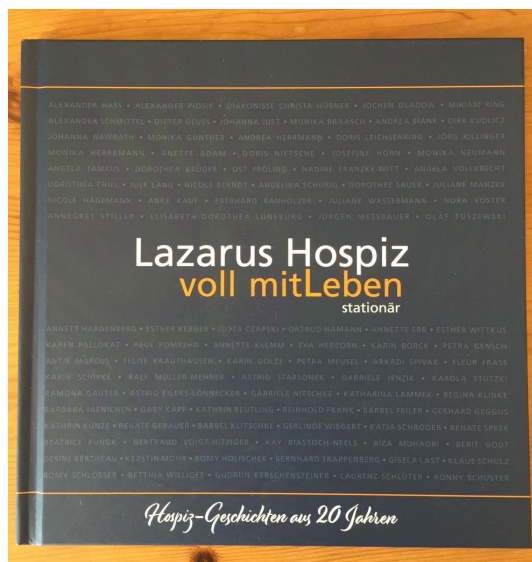
Küchenkreationen

„Seit vielen Jahren arbeite ich in der Hauswirtschaft des Lazarus Hospizes und erlebe vieles aus der Küchenperspektive. Essen und Trinken ist ja für die meisten Menschen ziemlich wichtig. Viele Hospizgäste allerdings können durch ihre schwere Krankheit nicht mehr viel zu sich nehmen, nur Kleinigkeiten oder Minimengen. (...) An eine Frau erinnere ich mich noch sehr gut. Sie hatte starke Schluckbeschwerden. Sprechen konnte sie nicht mehr. Aber mit den Augen konnte sie vieles ausdrücken. Für sie, Frau M., habe ich oft Brotscheiben ausgehöhlt, die Krumen mit Frischkäse püriert, alles wieder in die Rinde gelegt, so dass sie dann eine schönere und leckere Scheibe Brot auf ihrem Teller hatte. Mit ihrem Blick konnte sie Danke sagen. (...)“

Das schreibt Petra Gensch, Mitarbeiterin in der Hauswirtschaft im Stationären Lazarus Hospiz. Diese und andere Geschichten finden Sie in dem Buch „Hospiz-Geschichten aus 20 Jahren“.

Bestellen können sie das Buch hier:

lazarushospiz-a.adam@lobetal.de



Gerne dürfen Sie diesen Newsletter auch an andere Interessierte weiterleiten oder Freundinnen und Freunde ermutigen, sich für den Lazarus Hospiz Newsletter anzumelden, damit die Idee der Hospizarbeit noch weiter in die Welt getragen werden kann.

Im nächsten Newsletter widmen wir uns dem Thema Einsamkeit.

Wenn Sie keine weiteren Informationen von uns möchten, benutzen Sie bitte den Link weiter unten für die Abmeldung.

Mit herzlichen Grüßen aus dem Lazarus Hospiz

Lydia Röder

Leitung Ambulanter Lazarus Hospizdienst

Bernauer Str. 115

13355 Berlin

Tel: 030 / 46 705 276

Fax: 030 / 46 705 277

E-Mail: lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de

Web: <https://www.lazarushospiz.de>