

Neubeginn

„Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling.“ (Vincent van Gogh)

Wir grüßen Sie herzlich!

Der Satz von Vincent van Gogh passt gut zu unserem ersten Newsletter, der die Tradition der *Lazarus Hospiz Aktuell* nun digital fortsetzt und erneuert. Für unsere erste Ausgabe haben wir das Thema Neubeginn gewählt.

Ein Teilnehmer des Vorbereitungskurses für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen erzählt von seinem neuen Blick auf das Leben. Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin beschreibt eine außergewöhnliche Begleitung, die im Stationären Lazarus Hospiz begann und im Pflegeheim endete. Das Stationäre Lazarus Hospiz, das im April sein 20-jähriges Bestehen gefeiert hat, erlebt mit dem vorübergehenden Umzug auch einen kleinen Neuanfang. Wenn ein geliebter Mensch stirbt, steht den Zugehörigen ein erzwungener, besonders schwieriger Neuanfang bevor. Darüber wurde viel geschrieben und neuerdings wurden auch zwei Serien gedreht. Wir haben uns kundig gemacht und dies für Sie zusammengefasst.

Schließlich informieren wir Sie über unsere aktuellen Kurse und Veranstaltungen und empfehlen Ihnen ein paar interessante Artikel und Reportagen der letzten Monate rund um die Themen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer.

Lazarus Hospiz
voll mitLeben

Reset

Der Vorbereitungskurs für ehrenamtliche Mitarbeit*innen ist ein Neubeginn, weil ich meine Endlichkeit würdige. Wir gaukeln uns vor, man könne alles neu beginnen und im Leben immerzu auf die Reset-Taste drücken. Klamotten aus virtuellen Läden. Passen sie nicht? Zurückschicken, neu bestellen! Leben blöd? Neustart! Im Kurs begreife ich: irgendwann ist Ende Gelände, ich werde vergehen. Mutige Entscheidungen versicherte ich einst gerne mit dem Zusatz „Ich habe doch nichts zu verlieren“. Fortan sage ich „Ich werde alles verlieren“ und das schenkt mir Kraft, weil ich begreife, wie kostbar mein Leben ist.

Bernd Janning, Teilnehmer des Vorbereitungskurses für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen 2019

Einer geht noch

Meine erste Begleitung nach Abschluss des Vorbereitungskurses für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen erinnert mich ans Tanzen: Mit Ansage des Tanzlehrers ist alles klar, nach dem Kurs, alles weg. Aber wenn die Chemie stimmt und man es mit Humor nehmen kann: Ein Schieber geht immer!

Frau S. war eine sehr gepflegte Dame, geboren kurz nach dem 2. Weltkrieg, unverheiratet, keine Angehörigen. Diagnose Lungenkrebs. Eine OP kam für sie nicht in Frage. Sie habe ein gutes, sehr schönes Leben gehabt und wenn es jetzt zu Ende geht, sei das für sie in Ordnung.

Im Sommer gingen wir Eis essen, beobachteten das Treiben auf dem nahe gelegenen Wasserspielplatz oder saßen auf der Terrasse des Stationären Lazarus Hospizes. Im Herbst verschlechterte sich ihr Zustand. Sie nahm weiter ab, war gestürzt, benötigte mehr Schmerzmittel. Trotzdem sprach sie immer öfter davon, das Hospiz zu verlassen. Trotz Bewilligung der Krankenkasse, weiter im Hospiz leben zu dürfen, organisierte sie einen Besichtigungstermin in einem Pflegeheim ganz in der Nähe ihrer Wohnung und erhielt tatsächlich die Zusage für einen Platz.

Ende Januar zog Frau S. aus dem Hospiz aus und ins Pflegeheim ein. Das neue Zimmer war schön, hell und großzügig. Ihre Möbel fanden alle einen guten Platz. Sie räumte ihre Sachen selbst in die Schränke, wirkte munter und zufrieden. Wir planten einen Besuch in die Rehberge. Ich überlegte sogar, die Begleitung, die nun schon 10 Monate dauerte, zu beenden. Frau S. lag schließlich nicht mehr im Sterben.

Doch nur wenige Tage später landete Frau S. mit einem Oberschenkelhalsbruch im Virchow-Krankenhaus. Als ich kam, lag sie mit geschlossenen Augen und offenem Mund im Bett. Ich sprach sie an. Kurzer Blickkontakt, der Anflug eines Lächelns. Ich redete mit ihr, streichelte sie ein wenig. Ihr Mund wirkte ausgetrocknet. Mit der Schnabeltasse trüffelte ich ihr Wasser in den Mund. Kurz riss sie die Augen auf. Schaute mich an. Oder durch mich hindurch?

Gerne wollte ich mit einem Arzt reden, ich wartete schon fast eine Dreiviertelstunde, als Hektik im Flur ausbrach. Ein Team stürmte mit einem Defibrillator ins Zimmer. Ich trat näher, fragte „warum lasst ihr sie nicht einfach?“ Die Tür wurde geschlossen. Nach einer Weile kamen alle wieder raus. Die behandelnde Ärztin stellte sich vor. Es sei manchmal schwer, in einem Uni-Krankenhaus zu sterben, erklärte sie mir. Frau S. hat es trotzdem geschafft.

Ich ging heim und schlief 16 Stunden am Stück. Um vier Uhr morgens war ich blitzwach. Ich stand auf, zündete eine Kerze und machte Musik an. Lud Frau S. ein, mit mir zu tanzen. Langsamer Walzer. Oder war's ein Schieber?

Roswitha Menzel, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst

20 Jahre Stationäres Lazarus Hospiz

Mit rund 200 Gästen feierten wir am 01. April 20 Jahre Bestehen des Stationären Lazarus Hospizes. Grußworte wurden überbracht, umrahmt von den wunderschönen Interpretationen der jungen Musikschiiler Paula, Bela und Janosch. Eine Lesung aus dem Berlin Comic „Das Krankenhaus an der Mauer“ von Susanne Buddenberg & Thomas Henseler erinnerte an unseren geschichtlich gewichtigen Standort. Aber auch unsere Gäste bekamen etwas ganz Besonderes geschenkt: Das Buch „Hospizgeschichten aus 20 Jahren.“ Tag für Tag ergeben sich sehr intensive und in vielfältiger Weise berührende Kontakte zu den Menschen, die bei uns ihre letzte Lebenszeit verbringen. Mitarbeitende erzählen in diesem Büchlein persönlich erlebte „Hospizgeschichten“, die unser Hospiz vielleicht ein wenig begreifbarer machen.

Falls Sie Interesse an dem Buch haben, kontaktieren Sie bitte die Leiterin des Stationären Lazarus Hospizes, Frau Anette Adam.

Kontakt: lazarushospiz-a.adam@lobetal.de

Das Stationäre Lazarus Hospiz wird umgebaut

Mitte Mai 2019 ist es so weit: Das Stationäre Lazarus Hospiz wird saniert. Jedes Zimmer soll eine eigene Dusche und WC bekommen – und das weitestgehend barrierefrei. Während des Umbaus zieht das Stationäre Lazarus Hospiz in die Pflegestation des Diakonissenmutterhauses. Es befindet sich im Lazarus Garten. Im Mutterhaus wurden dafür extra zehn Einzelzimmer renoviert. Sie haben jeweils einen Zugang zu einer eigenen Terrasse. Unsere Gäste können sich darin in der Übergangssituation sicher auch wohlfühlen. Wir bedanken uns für die zahlreichen Spenden, die uns beim Umzug und der Renovierung eine große Hilfe sind.

Hannelore Lauble, Sozialarbeiterin im Stationären Lazarus Hospiz

Aktuelles

Letzte Hilfe Kurs

Am 16.09.2019 findet von 16.00 -20.00 Uhr ein "Letzte Hilfe Kurs" 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 Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende kennenlernen.

Kostenbeitrag 15 €

Anmeldung:

Lydia Röder

[Lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de](mailto: Lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de)

030 - 46705276

Weitere Informationen: www.letztehilfe.info

Sargbau-Workshop

Sargbau-Workshop 2019

Nach dem Erfolg des ersten Workshops im letzten Jahr findet der Sargbau-Workshop 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.

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

Unsere Empfehlungen

Das Kaleidoskop des Trauernd - ein Konzertabend mit Chris Paul

Nach einem Verlust geht jeder Mensch einen individuellen Trauerweg in einem ganz eigenen Tempo, aber es gibt Themenfelder und Fragen, die allen trauenden Menschen begegnen. Die Trauerexpertin Chris Paul nennt diese „Facetten des Trauernd“, die wie in einem Kaleidoskop ständig neue Muster bilden. Neben ihren Büchern und Fortbildungen zum Thema hat sie einen Erzähl- und Konzertabend über das Kaleidoskop des Trauern entwickelt: Unterstützt vom Gitarristen Udo Kamjunke singt Chris Paul live und verbindet eigene Lieder und bekannte Popsongs mit ihrem Wissen über Trauerprozesse und Trauerbegleitung.

Am 21.07.2019 um 16 Uhr im Margarete-Draeger-Haus, in der Götzstraße 24B, 12099 Berlin
Eintritt: 7 - 10 €

Weitere Informationen auch hier: <https://facebook.com/events/686818421747492/>

Das Thema Trauer erobert die Serienlandschaft

Auch nach dem Verlust eines lieben Menschen gibt es einen Neubeginn. Dieser fällt Trauernden verständlicherweise schwer. Damit beschäftigen sich gleich zwei Serien, die momentan ausschließlich bei Netflix zu sehen sind.

„After Life“ ist eine sehr lakonische Komödie aus Großbritannien von und mit Ricky Gervais. Tony hat seine Frau nach 25 Jahren glücklicher Ehe verloren. Jeden Morgen schaut er sich das Video an, dass sie als Anleitung für sein weiteres Leben aufgenommen hat. Doch wäre da nicht der gemeinsame treudoofe Hund, wäre Tony ihr längst hinterher gegangen. So zieht Tony ziellos durch den Alltag, sagt allen unverblümt, was er denkt, und tut, was er will. Als gebrochene, trauende Figur bleibt Tony uns dennoch stets sympathisch und nachvollziehbar. Um ihn zu verstehen, muss man noch keinen Angehörigen verloren haben.

Der Trailer kann hier gesehen werden: <https://youtu.be/Zvu3l7S0Vss>

„Dead to me“, aus den USA, benutzt ebenfalls komödiantische Elemente. Entwickelt von Liz Feldmann spielt Christina Applegate eine wütende Witwe, die ihren Mann vor drei Monaten durch einen Autounfall verloren hat. So wie Tony, von „After Life“, fühlt auch Jen sich von ihrem Umfeld unverstanden und gezwungen, weiter zu funktionieren. In einer Trauergruppe lernt sie die chaotische, optimistische Judy kennen. Die Frauen freunden sich an und schließlich zieht

Judy sogar bei Jen ein. Was Jen allerdings nicht weiß: Judy und ihr Ex-Verlobte saßen in dem Auto, das ihren Mann überfahren hat. Auch wenn es hier wesentlich turbulenter zugeht, werden die Wut und die Verlorenheit von Trauernden in einer Gesellschaft, in der Trauer wenig Platz hat, nachvollziehbar dargestellt.

Der Trailer kann hier gesehen werden: <https://youtu.be/FYQLOHMZlr4>

Leticia Milano, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst

In den Medien

In jedem Newsletter stellen wir ein paar Links rund um die Themen Krankheit, Sterben, Tod und Trauer zusammen. Sie werden von Claudia Trautloft, ehrenamtliche Patientenfürsprecherin im Stationären Lazarus Hospiz, regelmäßig gesammelt.

Fühl' den Rhythmus - Über wissenschaftlich konzipierte Playlists für die richtige Herzmassage, von Giulia Gangl

<https://sz-magazin.sueddeutsche.de/gesundheit/fuehl-den-rhythmus-86341>

Deutsche haben die geringste Lebenserwartung in Westeuropa. Das liegt auch an schlechtem Essen und Stress, von Rainer Woratschka

<https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2018-11/lebenserwartung-deutsche-gering-studie#woran-liegt-es>

Manche Menschen haben genaue Vorstellungen von ihrer eigenen Bestattung. Doch müssen die Hinterbliebenen diese Wünsche erfüllen? Von Violetta Simon

<https://www.sueddeutsche.de/leben/trauerkultur-streut-meine-asche-in-den-wasserfall-1.3718358>

Ach! Ein Gedicht vom Sterben von Robert Gernhardt, gesprochen vom dichter selbst

<https://www.lyrikline.org/de/gedichte/ach-2431>

Und ein letzter Tipp von uns:

„Der Stein zum Leben“

Gemeinsam mit den Trauernden übersetzt der Steinmetz Michael Spengler Lebensgeschichten in Stein. Schritt für Schritt nehmen die Grabsteine Form an. Und in den Menschen wächst eine neue Verbindung zu ihren Toten – und zum Leben.

Ein Dokumentarfilm von Katinka Zeuner

<https://www.dersteinzumleben-film.de/hom>

Bleiben Sie über unsre Arbeit informiert. Abonnieren Sie unseren monatlichen Newsletter.

Auf unsere Webseite: <https://www.lazarushospiz.de>

Oder per Mail: newsletter-lazarushospiz@lobetal.de

Herausgeber: Lazarus Hospiz

Bethel 

Hoffnungstaler Stiftung
Lobetal