



Malteser

...weil Nähe zählt.



Malteser Hospizdienste St. Christophorus

Jahresheft 2021 | 2022

- _Ambulanter Hospizdienst*
- _Kinder- und Jugendhospizdienst*
- _Trauerbegleitung*

Ambulante Hospizarbeit (M)ein Ehrenamt?!

Sie haben Interesse an Menschen und regelmäßig einige Stunden Zeit für diejenigen, für die Ihre Hilfe wichtig ist? Wir suchen und brauchen Menschen, die sich ehrenamtlich im Hospizbereich einbringen möchten. Sie werden von uns intensiv geschult und begleitet – und von den Erkrankten und ihren Angehörigen bekommen Sie die Gewissheit, etwas wirklich Sinnvolles zu tun.

Informationen zu unserem Dienst und zur ehrenamtlichen Mitarbeit im **Erwachsenen- und im Kinder- und Jugendhospizdienst** erhalten Sie am:

Mittwoch, 12. Januar, 18 bis 19.30 Uhr *Donnerstag, 29. September, 18 bis 19.30 Uhr*
Dienstag, 26. April, 18 bis 19.30 Uhr *Mittwoch, 16. November, 18 bis 19.30 Uhr*
Montag, 27. Juni, 18 bis 19.30 Uhr

Informationen zu unserem Dienst und zur ehrenamtlichen Mitarbeit im Malteser **Besuchsdienst und Telefonbesuchsdienst** erhalten Sie am:

Montag, 25. April, 18 bis 19 Uhr
Montag, 25. Juli, 18 bis 19 Uhr
Montag, 26. September, 16 bis 17 Uhr

Ort für diese Termine:

Malteser Hospizdienste St. Christophorus, Amalienstraße 21, 44137 Dortmund
Anmeldung unter 0231 8632902 oder hospizdienste.dortmund@malteser.org

Informationen zu unserem Dienst und zur ehrenamtlichen Mitarbeit im **Erwachsenenhospizdienst in Schwerte** erhalten Sie am:

Montag, 17. Januar, 18 bis 19.30 Uhr *Donnerstag, 27. Oktober, 18 bis 19.30 Uhr*
Dienstag, 17. Mai, 18 bis 19.30 Uhr

Ort für diese Termine:

Malteser Hospizdienst Schwerte, Bahnhofstraße 8, 58239 Schwerte
Anmeldung unter 02304 9106086 oder hospizdienst.schwerte@malteser.org

Nähe.

Schon wieder ein Jahr, in dem nur wenig persönliche Kontakte möglich waren. Wieder ein Jahr, in dem wir kaum jemanden einladen konnten. Wie können wir dennoch gut arbeiten? Vor dieser Frage standen wir Anfang 2021. Und wir beschlossen, mutig zu sein. Wie so viele andere, verlagerten auch wir unsere Arbeit ins Digitale. Eine Arbeit, die doch eigentlich geprägt davon ist, dass wir vor Ort neben den Menschen sind, dass wir ihnen nah sind. Das wollten wir auch weiterhin. Den Menschen nah sein, zwar nicht vor Ort, aber immerhin digital. Und das funktionierte erstaunlich gut.

Als wir bei der ersten Besprechung zum Jahresheft das Jahr reflektierten, waren wir uns schnell einig. Das sollte unser Thema für dieses Heft werden: Nähe. Vor Ort und digital. Und so begannen wir Geschichten zu sammeln, die davon erzählen: Rainer Königs etwa begleitete vor Corona einen sterbenskranken Mann. Beide kamen sich über gemeinsame Spaziergänge immer näher (Seite 6). Die Lesung in der Pauluskirche konnte nur digital stattfinden und beeindruckte trotzdem alle, die dabei waren (Seite 9). Das digitale Trauerangebot „Via“ ist ganz bewusst digital und wird es auch bleiben, wenn die Pandemie überwunden ist (Seite 16).



Streifen Sie mit uns durchs Jahresheft und finden Sie heraus, wo wir überall Nähe entdecken konnten.

Wir beide laden Sie hier vorn dazu ein, weil wir 2021 unsere langjährige Leiterin Monika Jost in den Ruhestand verabschiedet haben. Auch das digital, aber mit ganz viel Freude und Nähe (Seite 8). Wir freuen uns darauf, den ambulanten Hospizdienst nun kommissarisch zu leiten und schauen mit Zuversicht nach vorn.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen. Bleiben Sie nahbar für Ihre Mitmenschen. Wir werden es auf jeden Fall sein.

Karin Budde Silke Willing

Karin Budde und Silke Willing

Inhaltsverzeichnis

- | | | | |
|----|---|----|--|
| 6 | Pommes mit Rainer <i>Vier Jahre lang begleitet</i> | 17 | #weilnähezählt <i>Eine eigene Instagram-Seite</i> |
| 8 | Bis bald, Monika <i>Ein Brief zum Abschied</i> | 18 | Willkommen im Dienst <i>Zwei neue Mitarbeiterinnen</i> |
| 9 | Digitale Lesung <i>Ein berührender Austausch</i> | 20 | Ein Rückblick aufs Jahr <i>Wie wir gearbeitet haben</i> |
| 10 | Die Nähe bleibt <i>Zwei Expertinnen erklären</i> | 26 | Literaturtipps <i>Unsere Lieblingsbücher</i> |
| 14 | Digitale Kindertrauerarbeit <i>Und alle sind begeistert</i> | 30 | Unsere Angebote 2022 <i>Wir sind gern für Sie da</i> |
| 16 | Via – eine neue Plattform <i>Trauer digital einen Raum geben</i> | 36 | Kontakte <i>So erreichen Sie uns</i> |

Das Cover

In diesem Jahreshaft laden wir Sie ein, mit uns hinter den Vorhang zu schauen. Wir stellen uns und unsere Arbeit vor und wollen mit Ihnen über Nähe sprechen. Dazu erzählen verschiedene Menschen aus unserem Dienst von ihren Erlebnissen. So möchten wir Ihnen unsere Angebote näherbringen. Ob Sie den Vorhang ganz beiseiteschieben? Das entscheiden Sie.

Impressum | V.i.S.d.P.

Malteser Hilfsdienst e.V., Hospizdienste St. Christophorus, Amalienstraße 21, 44137 Dortmund,
Kommissarische Leitung: Karin Budde und Silke Willing

Redaktion Julia Knübel, Veronika May, Silke Willing

Grafik und Satz Anneke Niehues

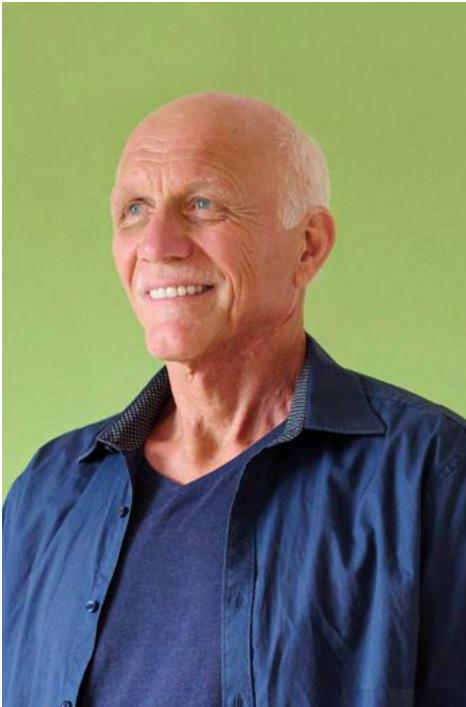
Bilder Laila Schubert (Cover, S. 3, 5, 7, 15, 18–19, 29, 31–32, 35–37, 38), Tim Müller (S. 9), Ludwig Verlag (S. 9), Rui Camillo (S. 11), Universitätsklinikum Heidelberg (S. 11), Anika Dlugosch (S. 14), Davina Klevinghaus (S. 17), Nanna Zimmermann (S. 20–25), Simon Jost (S. 32)

Druck Druckerei Gebr. Pape, Inhaber Eberhard Pape, Jühengrund 24, 33142 Büren

*Veronika Großmann
Ehrenamtliche Mitarbeiterin*

Nähe bedeutet, für Menschen da zu sein, sich nicht wegzuducken. Wenn ich Menschen über die Malteser kennenlerne, interessiert mich ihr Umfeld, was sie bedrückt, was sie sich wünschen, was wir miteinander teilen können. Die meisten Menschen sind offen zu mir. Manchmal braucht es etwas Zeit.

Nähe braucht Zeit. Nähe ist wichtig, um als Person anerkannt zu werden. Wenn wir fühlen, dass der andere uns auf Augenhöhe begegnet ohne Vorurteile, dann ist das für beide wunderbare Nähe.



*Joachim Habersang
Ehrenamtlicher Mitarbeiter*

Der Kurs zur Sterbebegleitung war bei mir komplett digital. Davor hatte ich große Bedenken. Aber zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist eine unglaubliche Vertrautheit entstanden. Wir waren offen, gesprächsbereit und es herrschte eine ganz besondere Atmosphäre. Neulich haben wir uns das erste Mal persönlich getroffen und die Nähe, die online spürbar war, war sofort da. Für mich ist Nähe Vertrautheit und Geborgenheit, die auf Gegenseitigkeit beruht.

Pommes und Vertrauen

Nähe auf ganz vielfältige Art und Weise hat Rainer Königs als Begleiter erfahren. Vier Jahre besucht er jeden Mittwoch einen Mann und erfährt, wie nah Menschen einander kommen können, die sich erst kurze Zeit kennen. Hier erzählt er davon.

Nähe im Zusammenspiel mit Weite. Und das hieß bei ihm: „Ich komme endlich aus meiner Wohnung raus.“ Ich habe ihn mitgenommen, rein in seinen Ortsteil. Wir haben in seiner Stammkneipe Bier getrunken oder Kuchen gegessen, sind zu seinem Tennisplatz gefahren. Und wir sind dabei Menschen begegnet, die er kannte. Die nicht zu ihm gekommen sind, die er jetzt aber treffen konnte. Davon hat er gezeht, da war er glücklich.

Vier Jahre lang begleitet Rainer Königs einen Mann, der schwer krank ist und im Rollstuhl sitzt. 2016 beginnt die Begleitung. Für Rainer Königs ist es die erste Begleitung, etwas ganz Neues, aber der Mann macht es ihm leicht, sagt er. Sie haben denselben Humor und verstehen sich sofort.

Nähe bedeutet für mich Vertrautheit. Ich war vertraut mit seinem Leben. Durch seine Erzählungen war ich auch vertraut mit dem Leben, als er noch gesund war. Wo war er überall gewesen? Was waren seine Gewohnheiten? Was möchte er mal wieder erleben? Ich habe gemerkt, was ihm gut tat.

Im Ortsteil des Mannes gibt es eine Rotbuche. An der schiebt Rainer Königs den Rollstuhl irgendwann im Frühjahr vorbei. Der Mann schwärmt von den Blättern. Rainer Königs neigt den Rollstuhl nach hinten. „Dann kannst du von unten in die Baumkrone gucken.“ Der Mann vertraut ihm. Er kann sorglos sein, dass er nicht fällt. Der Mann ist total begeistert. Stunden hätte er so liegen können. Dieser riesige alte Baum. Seitdem gehen beide regelmäßig bei dem Baum vorbei.



Nähe hat beim Essen noch eine besondere Bedeutung bekommen. Er wusste ja, dass er nicht mehr gut greifen konnte, dass das Essen runterfällt, er kleckert. Doch er machte sich nichts draus. Er nahm das so, wie es war. „Wir kommen schon zurecht, wir zwei.“ Das hat mich stolz gemacht. Er vertraut mir, das ist etwas Besonderes.

Wenn Rainer Königs ankommt, guckt der Mann hoch und freut sich: „Komm, pack die Sachen, lass uns gehen.“ An einem Tag fahren die beiden ins Fußballmuseum. Ganz in Ruhe gehen sie durch das Museum. Danach ist es eigentlich Zeit für den Heimweg. Doch der Mann sagt: „Ne, heute gehen wir Pommes essen.“

Nähe habe ich auch zu seiner Frau aufgebaut. Sie hat ihren Mann bis zum Ende

sehr intensiv begleitet. Sie vertraut mir. Bei schlechtem Wetter sind wir drinnen geblieben und haben einen Nachmittag verquatscht. Seine Frau ging. Sie hatte keine Sorge. „Du bist hier bei meinem Mann. Ich vertraue dir.“

Beim Pommes essen klingelt das Telefon. Die Frau fragt: „Wo bleibt ihr?“ – „Wir essen Pommes.“ – „Dann weiß ich ja, dass alles in Ordnung ist.“ Dieses Vertrauen ist etwas Besonderes, sagt Rainer Königs. Vertrauen, obwohl sie einander erst kurz kennen.

Der Abschied ist schwer. Wenn ich auf dem Hauptfriedhof bin, gehe ich zu seinem Grab. Aber es sind schöne Erinnerungen. Nähe zu schenken in dieser Vielfältigkeit, das ist etwas Großes.

Durch die Blume

Lange Jahre hat Monika Jost die Malteser Hospizdienste in Dortmund geleitet. Zum Abschied haben ihre Kolleginnen ihr einen Brief geschrieben.

Silke Willing & Inge Holzkötter-Schulz

Liebe Monika,
wolltest du dich nach 27 Jahren in unserem Dienst einfach so davonschleichen? Du warst nie eine Freundin großer Worte und trotzdem wollen wir dir hier ein paar davon widmen.

Wie gern hätten wir dir zu deinem Abschied ein großes Fest ausgerichtet mit einer Live Band, tollem Buffet, vielen Gästen und Strömen von Champagner. Aber Corona wollte es anders. Nur in kleinem Kreis konnten wir auf Wiedersehen sagen und dennoch war es herzlich und schön.

Als wir begonnen haben, dieses Jahresheft zu planen, haben wir dich gefragt, ob du ein Interview geben würdest. Ach nein, hast du gesagt. Das könnten andere besser. Wie gesagt: Eine Freundin großer Worte warst du nie. Und dennoch in all den Jahren treibende Kraft und gleichzeitig ruhender Pol – das muss man erst einmal schaffen. So hat es unser Diözesanleiter Wolfgang Penning bei deiner Verabschiedung bemerkt und dir gedankt für das unermüdliche Weiterentwickeln und Gestalten der Malteser Hospizarbeit.



Bei dir gab es immer frische Blumen und bei besonderen Anlässen Wein und Sekt aus der Pfalz. Wir lieben deine legendären Schokoküsse und so vieles mehr an dir: dein strahlendes Lächeln, deine Zugewandtheit, deine Fehlerfreundlichkeit und die aufmunternden Worte, die du immer parat hattest, wenn sie nötig waren.

Liebe Monika, wir wünschen dir nun viel Zeit für das, was in deiner aktiven Zeit im Hospizdienst oft zu kurz kam. Wir wünschen dir Zeit, um die Seele baumeln zu lassen, zum Radfahren, Zeit für deinen Garten, für deinen Mann, deine Kinder und Enkelkinder.

Komm mal vorbei bei uns. Wir freuen uns auf dich.

Immer irgendwie da

Geplant war, dass Shabnam und Wolfgang Arzt in der Pauluskirche aus ihrem Buch lesen. Pandemiebedingt fand die Veranstaltung online statt. Pfarrer Friedrich Laker schreibt über einen dennoch sehr berührenden Austausch.

Pfarrer Friedrich Laker

Im achten Schwangerschaftsmonat erfahren Shabnam und Wolfgang Arzt, dass ihr Kind vermutlich an einem schweren Chromosomen-Defekt leidet. Die Ärzte drängen sie zur Abtreibung, aber sie entscheiden sich für ihre Tochter. Jaël kommt mit Trisomie 18 zur Welt. Die prognostizierte Lebenserwartung beträgt wenige Stunden, Tage, Wochen. Doch Jaël wird 13 Jahre alt und prägt auf ihrem Weg alle mit ihrer ansteckenden Lebensfreude, überbordenden Liebe und dankbaren Haltung zum Leben. Das Buch, das die Eltern von Jaël schreiben, berührt und zeigt, was für ein großes Vorbild ein kleines Mädchen für uns sein kann.

Es war eine wunderbare Idee, Shabnam und Wolfgang Arzt für eine Lesung zum 15. Jubiläum des Kinder- und Jugendhospizdienstes in die Pauluskirche einzuladen. Pandemiebedingt mussten wir die Lesung als Videokonferenz durchführen.

Das Autoren-Ehepaar beeindruckte uns sehr mit seiner warmen, sympathischen und lebensfrohen Art, über das nicht immer leichte Leben und den Abschied von Jaël zu sprechen. Jedem Wort war zu entnehmen, wie nachhaltig positiv die Eltern diese tiefe Erfahrung für ihr Leben geprägt hat, welch ein großartiges



Geschenk ihre Tochter für sie war. Was mir besonders in Erinnerung bleibt, ist, dass beide sagten: „Und Jaël ist noch immer irgendwie da und das wird auch so bleiben.“

Der Titel des Buches schwebte die ganze Zeit über unserer Veranstaltung: Umarmen und Loslassen. Das sind die bedeutenden Aufgaben unseres Lebens. Es fiel leicht, mit Shabnam und Wolfgang Arzt darüber ins Gespräch zu kommen. Alle waren am Ende dankbar für diese großartige Veranstaltung. Ich freue mich auf weitere Begegnungen – gerne dann wieder in der Pauluskirche.

Bindung lebt weiter

Spätestens seit Beginn der Corona-Pandemie ist Nähe ein Thema, das uns immer wieder beschäftigt: Wie viel Nähe ist erlaubt? Wie viel Nähe brauchen wir? Und gibt es einen Unterschied zwischen Nähe zu bekannten und zu fremden Menschen? Zwei Expertinnen erklären es.

Wie definieren Sie Nähe?

Corina Aguilar-Raab (CAR): Nähe ist ein Gefühl. Wir Menschen sind soziale Wesen und soziale Wesen haben das Grundbedürfnis, sich eingebunden zu fühlen. Dieses Bindungsbedürfnis lässt sich am besten erfüllen durch das Gefühl von Nähe. Nähe bedeutet auch, dass wir uns zu einer sozialen Gruppe zugehörig fühlen. Das kann die Familie sein, die Dorfgemeinschaft, in der wir aufgewachsen sind, Schule, Kindergarten, Arbeitskontext.

Wir können uns also Menschen nah fühlen, obwohl wir ihnen körperlich gar nicht nah sind?

Dora Hopf (DH): Ja. Im Lockdown in Corona-Zeiten ist vor allem die körperliche Nähe weggefallen. Soziale Nähe konnten wir durch andere Kanäle vermitteln, durch Telefonate oder durch Online-Gespräche. Aber viele von uns haben gemerkt, dass für ihre Gesundheit auch körperliche Nähe wichtig ist. Je intensiver sie empfunden wird, desto mehr wirkt sich das auf die Hormone Oxytocin und Cortisol aus. Wir empfinden Nähe und unser Hormonspiegel verändert sich.

CAR: Es wird ja derzeit viel von Social Distancing gesprochen. Eigentlich geht es aber um Physical Distancing. Wir

haben uns im Lockdown physisch wenig gesehen, aber wir haben viel telefoniert, geschrieben und so Kontakt gehalten. Eine soziale Nähe kann man also trotz Entfernung herstellen. Aber es macht körperlich einen Unterschied, ob wir, wenn wir Nähe empfinden, auch Körperkontakt spüren. Es gibt Studien, die zeigen: Wenn nahestehende Personen uns in Stresssituationen berühren, dann wirkt das als ein Stresspuffer. Manche Menschen greifen sich viel ins Gesicht, wenn sie aufgeregt sind. Diese Berührung trägt dazu bei, dass sie die Stresssituation besser bewältigen können.

Was passiert im Körper, wenn wir berührt werden?

DH: Dazu werten wir gerade eine Studie aus, die wir im vergangenen Jahr gestartet haben. In der Studie messen wir den Hormonspiegel über den Speichelfluss. Wir versuchen die Probandinnen und Probanden so alltagsnah wie möglich zu begleiten. Da bietet sich die Speichelmessung an. In unserem Fall haben wir sechs Mal am Tag an zwei aufeinander folgenden Tagen eine Speichelprobe entnommen und haben zeitgleich Fragen gestellt, etwa: „Haben Sie seit der letzten Probe eine Art von körperlicher, emotionaler, verbaler Nähe empfunden? Wie intensiv haben Sie diese wahrgenommen?“ Es

hat sich gezeigt: Körperliche Nähe und Zärtlichkeit sind mit erhöhten Oxytocin-Levels und reduzierten Cortisol-Werten verbunden. Cortisol ist ein Indikator für Stress. Oxytocin ist ein körpereigenes Hormon. Es kann etwa Annäherungen an andere Menschen erleichtern und es reduziert unsere körperliche Reaktion auf Stress in sozialen Situationen.

Empfinden wir unter anderem deswegen die Pandemie als so belastend? Weil uns körperliche Nähe fehlt?

CAR: Ja, das kann man schon so sagen. Der Mensch ist als soziales Wesen Nähe bedürftig und das auch auf körperlicher Ebene. Wie stark dieses Bedürfnis ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab: Welche Persönlichkeit hat der Mensch? Wie war seine jeweilige Lebenssituation vor Corona? Allgemein gesprochen kann man sagen: Körperlicher Kontakt kann stresspuffernd wirken. Wenn wir Trost spenden und Fürsorge ausdrücken, dann kann es einen großen Unterschied ausmachen, ob wir dabei beispielsweise die Schulter oder die Hand des anderen berühren oder nicht.

Warum ist es so wichtig, dass wir am Lebensende jemanden haben, der uns nahe ist?



Dr. Corina Aguilar-Raab ist Diplom-Psychologin und Vertretungsprofessorin für Klinische Psychologie an der Universität Kassel. Sie ist approbierte Psychotherapeutin, ausgebildete Paar- und Familientherapeutin und leitet eine Ausbildung zur ehrenamtlichen Begleitung am Lebensende.



Dora Hopf ist wissenschaftliche Mitarbeiterin und Doktorandin am Institut für Medizinische Psychologie am Universitätsklinikum Heidelberg. Sie forscht zu psychosozialen und körperlichen Folgen von partnerschaftlichen Verlust Erfahrungen.

CAR: Es gibt ein Konzept, das heißt Continuing Bonds, also Nähe zu bewahren und zu integrieren. Im Sterbeprozess müssen sich Sterbende und Angehörige auf einer körperlichen Ebene trennen. Denn wenn jemand stirbt, dann ist das reale Sich-aufeinander-Beziehen vorbei. Das Konzept aber geht davon aus, dass die Beziehung und das, was die Beziehung ausgemacht hat, das Körperliche übersteht. Das gilt besonders stark für die Angehörigen, die dann wissen: Ich betrauerere, dass ich allein zurückgelassen bin, aber unsere Bindung lebt weiter. Wir planen eine Studie dazu. Die würdezentrierte Therapie für Paare wurde bisher noch kaum evaluiert. Unser Bestreben ist es, sie aktiv einzusetzen und zu untersuchen, ob sie den Betroffenen hilft und zu einer gesunden Trauerverarbeitung beiträgt. Bei diesem Konzept gibt der Verstorbene zum einen ein Dokument an den Hinterbliebenen weiter. Darin stehen Dinge, die er nochmal mitteilen möchte, die nochmal wichtig sind, die nicht in Vergessenheit geraten sollen. Zum anderen schauen wir nach bindungsbezogenen Ereignissen. Das kann ein gemeinsamer Urlaub sein, ein besonderer Austausch, das, was die Beziehung ausgemacht hat. Das zu benennen, aufzuschreiben und auszutauschen, hilft, diese letzte Lebensphase besser zu bewältigen. Und zwar miteinander.

Wenn Sterbende und begleitende Angehörige sich austauschen, um den Trau-

erprozess leichter bewältigen zu können – können sie dann eine Art Speicher anlegen, von dem sie zehren? Können wir Nähe speichern?

CAR: Ein Stück weit bestimmt. Das ersetzt aber sicher nicht vollständig die direkte Begegnung in einer Situation, in der wir uns ohnehin stark belastet fühlen.

Je nach Infektionsgeschehen waren die Corona-Einschränkungen im Alltag besonders streng. Viele haben gesagt, dass sie erst während der Lockerungen gemerkt haben, was ihnen gefehlt hat. Woher kommt das?

CAR: Wir scannen unsere Umwelt ständig nach akuten Bedrohungen. Corona war besonders zu Beginn existenziell bedrohlich, aber nicht begreifbar. Das ist für Menschen tendenziell schwierig. Wenn da eine Schlange liegt, ist die entscheidende Frage ziemlich klar: Greife ich an oder renne ich weg, um mich zu schützen? Die Corona-Pandemie stellt auch eine Gefahr dar, aber wir können sie nicht sehen und auch schwer einschätzen. Es ist gesellschaftlich und individuell eine große Herausforderung, mit so viel Unsicherheit umzugehen und nicht zu wissen, was richtig und falsch ist oder mehr oder weniger gesundheitsförderlich. Sollte ich morgen raus oder nicht? Sollte ich jemanden treffen oder nicht? Weil wir so sehr mit der Bedrohung beschäftigt waren und mit dem konkreten Alltagsgeschehen, haben wir eben zuerst

nicht bemerkt, wie sehr uns direkte Kontakte gefehlt haben.

Wir haben auf einmal digital Nähe zu Menschen gesucht, die wir vorher lange Zeit nicht kontaktiert hatten. Woher kommt das?

CAR: Es gibt wissenschaftliche Studien, die untersuchen menschliches Verhalten in Katastrophensituationen. Und die meisten Ergebnisse deuten darauf hin, dass der Mensch eher fürsorglich und prosozial agiert. Wir sind mitfühlend und kümmern uns um andere. In einer akuten Unsicherheits- und Bedrohungssituation steigt das womöglich, besonders wenn ich selbst dafür die Ressourcen habe. Wir sind eher geneigt, zu helfen als die Situation auszunutzen. Das könnte der Grund sein, warum wir uns auf einmal so nach den anderen erkundigt haben. Darüber hinaus waren digitale Kommunikationskanäle präsenter. Somit war es auch wahrscheinlicher, dass wir die Kanäle nutzen, um uns digital mit anderen auszutauschen und so die Kontakt-Einschränkungen zu kompensieren.

Wir haben Nähe bisher als etwas Positives beschrieben. Nähe stärkt uns. Wenn die Infektionszahlen steigen, ist Nähe dann nicht eher bedrohlich?

DH: Das haben wir uns in unserer Studie auch gefragt. Deshalb haben wir bei der Erhebung, die wir dieses Jahr gemacht haben, eine Frage eingefügt: Wie empfin-

den wir körperliche Nähe zu Fremden? Ich kann mir gut vorstellen, dass damit mehr Ängstlichkeit verbunden ist. Dass diese Nähe vielleicht belastender ist und nicht so einen positiven Effekt hat. Noch haben wir dazu keine konkreten Ergebnisse. Die Frage finde ich spannend, weil ich glaube, dass Corona auf jeden Fall verändert hat, wie wir Nähe zu Fremden wahrnehmen. Vermutlich hat Corona das Empfinden von Unsicherheit und Ängstlichkeit verstärkt.

Die letzte Lebensphase ist häufig mit viel Trauer und Arbeit verbunden. Dennoch empfinden sie diejenigen, die sie begleiten, oft als sehr bereichernd.

CAR: Außenstehende sagen Sterbebegleitern ja häufig: „Wieso soll ich mich mit dem Tod beschäftigen? Das ist ja so schwierig. Ich könnte das nicht.“ Aber bei der Sterbebegleitung wird die Lebendigkeit bestärkt. Die Begegnungen mit anderen machen das Leben aus. Sterben gehört zum Leben dazu. Das Leben hat eine Begrenzung und durch die wägen wir ab bei der Frage, was wirklich wichtig ist. Ich kann mich über alles Mögliche aufregen oder mich fragen, worum es wirklich geht. Geht es nicht darum, was und wie ich hier lebe, mit jemandem in der Begegnung? Zu erfahren, was jemanden und auch mich ausmacht und wie gut mir das tut, mit jemandem zu sein, mich einzulassen, offen zu sein – egal wie krank er ist oder nicht? Das finde ich, ist oft das, was uns trägt.

Schneller als die Schneckenpost

Auch die Kindertrauergruppe durfte sich lange Zeit nicht vor Ort treffen. So eröffneten die Leiterinnen einen virtuellen Trauerraum. Anika Dlugosch erzählt von der besonderen Euphorie der Kinder und was ein Bademantel mit Trauerarbeit zu tun hat.

Anika Dlugosch

Schon lange habe ihr Kind nicht mehr so ein warmes Gefühl gespürt. Das schrieb uns eine Mutter nach einem Treffen der Kindertrauergruppe. Wegen Corona konnten auch wir lange Zeit nur Briefe, Bücher und kleine Geschenke verschicken. Per Schneckenpost, wie die Kinder sagten. Der Austausch fehlte uns und so entstand die Idee, sich online zu treffen.

In den Kindertrauergruppen begegnen sich Kinder, die einen nahestehenden Menschen verloren haben. Hier können sie sich mit ihren Gefühlen, ihrer Trauer und ihren Fragen vielfältig und kreativ auseinandersetzen und untereinander austauschen. Spielen, weinen, lachen, herumalbern – alles ist erlaubt – und das im geschützten Raum unter Gleichaltrigen.

Die Präsenztreffen beginnen mit einem Gefühlsstein. Wer den Stein hat, erzählt, wie es ihm oder ihr geht. Auch online haben wir dieses Ritual beibehalten. Hier haben die Kinder ihr Gefühl symbolisch aufgemalt. Danach haben wir die vorher von uns verschickte Post geöffnet und geschaut, was das Thema der jeweiligen Stunde sein würde.

Schon lange hatten wir die Idee, dass die Kinder Erinnerungsstücke der Verstorbe-

nen mitbringen könnten. Online war das gut möglich. Die Kinder waren zu Hause, in ihrem geschützten Raum. Alle haben ihre Erinnerungsstücke gezeigt, haben offen und einnehmend erzählt. Sie waren motiviert, blühten auf und wir spürten, wie sehr sie die Gruppe vermisst hatten. Die Kinder haben den Raum mit Lachen, Fragen, Gedanken und Gesprächen voller Euphorie und Wärme gefüllt. Ein Kind hatte den Bademantel der Großmutter dabei und zog ihn sogar an. Dieses Erlebnis hat bei allen lange nachgewirkt.

**Sie haben Interesse an der Trauergruppe?
Weitere Infos gibt es auf Seite 32.**



Margot Gehse

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Bei meinen Begleitungen sind für mich immer die Kinder ausschlaggebend. Wenn sie mich in ihr Zimmer führen, um mir dort etwas zu zeigen, dann entsteht sofort eine Bindung. Das ist für mich Nähe. Zu einem Kind habe ich einmal gesagt: „Wenn ich da bin, dann darfst du bestimmen. Du bist der Chef. Ich bin jetzt nur für dich da.“ Das Kind hat sich so gefreut. Und durch die Nähe zu den Kindern entsteht dann meist auch Nähe zu den Eltern.



Gabi Hemicker

Koordinatorin

Für mich hat Nähe zwei Ebenen: Nähe bedeutet, sich körperlich nah zu sein, in den Arm nehmen, die Hand berühren. Nähe bedeutet aber auch, sich emotional nah zu sein. Meine Tochter und meine Enkelkinder wohnen in Köln. Ich bin ihnen emotional nah, auch wenn ich ihnen körperlich nicht immer nah sein kann. Corona hat meine Arbeit verändert. Nähe aufbauen und Abstand halten, ist schwierig. Aber es geht. Ich habe viel auf die Augen der Menschen geachtet. Auch über Augenkontakt kann Nähe entstehen.

Via. Trauer neu denken

Conny Kehrbaum

Der Umgang mit unangenehmen Empfindungen, Schwäche, Angst, Zweifel, Traurigkeit findet in unserer Gesellschaft, wenn überhaupt, häufig hinter verschlossenen Türen statt. Das wollen wir ändern.

Um der Trauer auch digital einen Raum zu geben, bieten wir die Plattform „Via. Trauer neu denken“ an. Hier bekommt ihr professionelle Hilfe und Unterstützung. Die Plattform gliedert sich in drei Bereiche. Der Erinnerungsraum ist ein privater digitaler Raum für Angehörige von Verstorbenen, also für Trauernde. Der Lernraum stellt Informationen und Wissen bereit, damit sich alle Beteiligten sicherer und souveräner fühlen.



Und die Online-Beratung bietet individuelle Unterstützung für Trauernde an. Qualifizierte Trauerberater*innen beantworten gern persönliche Fragen und begleiten ein Stück des Trauerweges. Wir antworten innerhalb von 48 Stunden auf eine Erstanfrage.

Unser digitales Angebot entwickelt sich gerade. Wir wollen es stetig erweitern. Unser Ziel dabei: Wir wollen Trauer selbstwirksam und lebendig gestalten. Wir wünschen uns eine Gesellschaft, die voller Mitgefühl und Souveränität mit

Trauernden umgeht und in der alle die optimale Unterstützung erfahren in ihren individuellen Trauerprozessen. Dazu schaffen wir digitale Räume, die diese Auseinandersetzung möglich machen und fördern.

Du hast Interesse? Dann schau gerne hier: www.malteser.de/via oder www.via-app.org



malteser_hospizarbeit

Davina Klevinghaus



Berichte über die Malteser Trauer- und Hospizarbeit gibt es nun auch als Instagram-Posts und Stories. Wir, das Redaktionsteam, das sich aus ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen aus ganz Deutschland zusammensetzt, plant, entwickelt und postet nun schon seit über einem Jahr. Wir betreuen den offiziellen Account der bundesweiten Malteser Hospizarbeit, Palliativmedizin und Trauerbegleitung. Wir teilen Literaturtipps und Fachwissen und erzählen Geschichten und Erfahrungen aus Begleitungen.

Dabei stellen wir die Gesichter der Hospiz- und Trauerarbeit vor und zeigen, was sich hinter der Arbeit verbirgt. Wir sind selbst immer wieder begeistert von den kreativen Ideen und Projekten, die sich entwickeln. Schaut euch gerne bei uns um und lasst ein Like da oder einen Kommentar – wir freuen uns. **Hast du Lust, uns mit deinen Geschichten zu unterstützen oder mitzumachen, dann melde dich gern bei Davina Klevinghaus: [davina.kleivinghaus@malteser.org](mailto:davina.kleavinghaus@malteser.org)**

#malteserhospizarbeit #proudtobemalteser #sterbebegleitung #trauerbegleitung
#malteserhilfsdienst #hospizdienst #weilnähezählt #sterben #familie #teamwork

Komm, wir finden einen Schatz

Wer sich für die Hospizarbeit entscheidet, weiß nie so recht, wohin der Weg geht. Davina Klevinghaus und Michaela Büschler führte er direkt in unser Team. Wir freuen uns, sie als hauptamtliche Mitarbeiterinnen begrüßen zu dürfen.

Davina Klevinghaus

Schatzsucher sein – diese Metapher spielt in der Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle für mich. Wenn wir gemeinsam an schöne Momente mit der verstorbenen Person zurückdenken, wenn wir gemeinsam lachen oder weinen und auch wenn Kinder und Jugendliche in sich selbst etwas entdecken, das sie antreibt und stärkt: Immer dann befüllen wir gemeinsam den Schatz der Erinnerung und Erfahrung.

Denn Trauer ist bunt, Trauer ist vielfältig und lebendig – nicht immer und schon gar nicht sofort, aber immer öfter, je mehr Raum ihr gegeben wird. Es ist mir ein Herzensanliegen, Kinder und Jugendliche auf ihren Wegen der Trauer zu begleiten. Ihnen Raum für ihre Emotionen zu geben, gemeinsam zurückzublicken und schließlich auch nach vorne zu schauen, um gestärkt weitergehen zu können. Mit dem Schatz der Erinnerung im Gepäck.

Als ich vor etwa vier Jahren zum ersten Mal die Räume der Malteser in der Amalienstraße betrat, wusste auch ich noch nicht, zu welchen Schätzen mich dieser Weg führen sollte. Zunächst durfte ich im Kinder- und Jugendhospizdienst eine

„Trauer ist bunt, Trauer ist vielfältig und lebendig – nicht immer und schon gar nicht sofort, aber immer öfter, je mehr Raum ihr gegeben wird.“

Davina Klevinghaus



Vielzahl wertvoller und berührender Erfahrungen machen, die mich nachhaltig prägten und mich darin bestärkten, mein Engagement auszuweiten. Daher begann ich die Qualifizierung in der Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche. Als ich 2020 auf die Stelle als Koordinatorin für Kinder- und Jugendtrauer angesprochen wurde, kam ich aus dem Grinsen nicht mehr heraus und bin nun sehr dankbar, ein Teil des Teams zu sein. Ich freue mich auf viele weitere, bereichernde Begegnungen und möchte Räume



„Ich möchte Ideengeberin sein und Lösungsanbieterin. Die Arbeit ist für mich ein Schatz.“

Michaela Büschler

Möchtest du nicht Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst werden?“ Und als ich diesen Bereich kennengelernt habe, habe ich gemerkt, das ist genau das, was ich machen möchte. Ich bin gern mit Menschen in Kontakt, bin interessiert an Familien und daran, was sie denken und sich wünschen. Ich möchte Ideengeberin sein und Lösungsanbieterin.

Die Arbeit ist für mich ein Schatz. Hier kann ich meinen Impulsen folgen und kreativ sein. Ich freue mich auf die Menschen und einen offenen Umgang miteinander. Wertschätzende Kommunikation ist mir ganz wichtig. So kann ich den Schatz weitergeben, den ich hier gefunden habe.

schaffen, in denen trauernde Kinder und Jugendliche ihren Gefühlen authentisch Ausdruck verleihen können.

Michaela Büschler

Manchmal denke ich, dass ich gern schon früher gewusst hätte, welche Tätigkeitsbereiche es in einem ambulanten Hospizdienst gibt. Seit einigen Jahren habe ich überlegt, wo ich meine Fähigkeiten und meine Stärken einsetzen kann. Dann bekam ich einen Anruf: „Du hast die Ruhe, die Offenheit, kannst kommunizieren.

Ich bin Buddhistin. Über diesen Lebensweg habe ich mich mehr und mehr dem Thema Leben – Sterben – Tod angenähert. Ich war nicht immer so offen dafür. Während meiner Zeit als Krankenschwester ist es mir schwergefallen, zu akzeptieren, dass Menschen sterben. Heute kann ich das anerkennen. Der Tod gehört zum Leben dazu. Während ich diesen Gedanken denke, bin ich ganz ruhig. Und diese Ruhe möchte ich einbringen in meine Arbeit als Koordinatorin für den Kinder- und Jugendhospizdienst.



Kann so Nähe entstehen?

Immer noch Corona. Und immer noch die Frage: Wie können wir die Kranken und ihre Angehörigen, die Sterbenden und die Trauernden begleiten? Die Antwort: Wir lassen uns auf digitale Formate ein – sind mutig und werden immer sicherer. Ein Rückblick.

Illustriert von Nanna Zimmermann



Januar

Der erste digitale Vorbereitungskurs zur Sterbebegleitung startet. Acht Menschen nehmen teil. Alle sind aufgeregt: Kann die für den Kurs so wichtige Nähe auch online entstehen? Können Gefühle über den Bildschirm transportiert werden? Wir haben große Zweifel, aber wir probieren es.

Januar/März/Juni

Wir wollen uns nicht nur auf die digitalen Formate verlassen und verschicken Aktionspäckchen für Geschwisterkinder, bei denen ein Familienmitglied schwer erkrankt ist. Die Kinder bekommen unter anderem Gesellschaftsspiele, Luftballons, ein Kaleidoskop und Süßigkeiten.

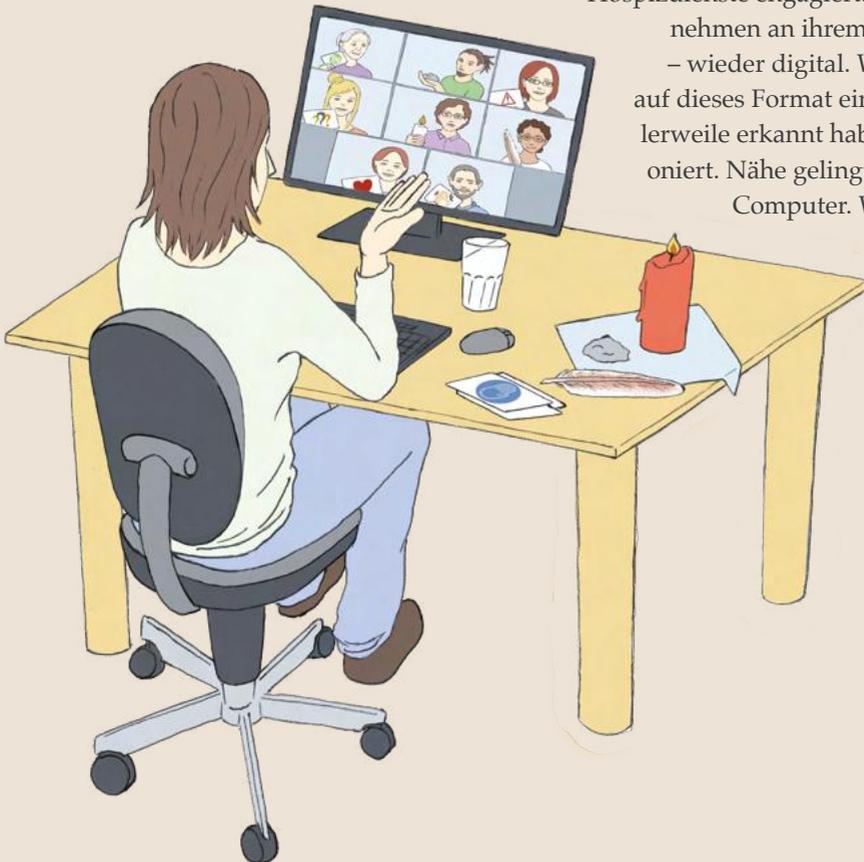


Februar

Claudia Tekampe verabschiedet sich. Viele Jahre war sie bei uns hauptamtliche Koordinatorin und Leitung im Kinder- und Jugendhospizdienst. Wir verabschieden sie an Weiberfastnacht mit Pappnase, Karnevalshut und Sekt via Videokonferenz. Wir bieten Trauerspaziergänge an und gehen mit Trauernden nach draußen. Ein kreativer Ersatz für die Trauergespräche in unseren Räumen. Wir können uns gegen das Corona-Virus impfen lassen und empfinden das als große Wertschätzung für unsere Arbeit.

April

Monika Jost, Gesamtleitung der Malteser Hospizdienste, verabschiedet sich. Über 25 Jahre hat sie sich für die Malteser Hospizdienste engagiert. 50 Menschen nehmen an ihrem Abschied teil – wieder digital. Wir lassen uns auf dieses Format ein, da wir mittlerweile erkannt haben: Es funktioniert. Nähe gelingt uns auch am Computer. Wir sind stolz.





Mai

Corona hat uns kreativ werden lassen. Begleitungen können auch digital stattfinden – das wissen wir jetzt. Im Kinder- und Jugendhospizdienst haben sich Menschen am Computer verabredet und gemeinsam gespielt. Trotzdem sind wir froh, dass es erste Begleitungen wieder offline gibt mit Hygienekonzept und Mundschutz. Und Ehrenamtliche dürfen wieder auf die Palliativstationen.

Juli

Der zweite Vorbereitungskurs trifft sich erstmalig in Präsenz. Gestartet ist er im Februar, nun sehen wir uns in echt. Ein tolles Erlebnis. Der erste Kurs wurde mittlerweile digital abgeschlossen.

Die Kindertrauergruppe trifft sich in der Amalienstraße. Endlich ist wieder Leben in der Bude. Kinderschuhe stehen im Eingangsbereich, Kinderlachen und Kinderstimmen sind zu hören.

August

Über ein Jahr haben wir unser wöchentliches Jour Fixe digital abgehalten. Nun treffen wir uns erstmals wieder in der Küche. Darauf Kaffee und Kuchen.

September

Die monatlichen Treffen der Ehrenamtlichen können nach langer Zeit wieder in der Amalienstraße stattfinden. Natürlich mit den allgemeinen Hygieneregeln. Wir freuen uns sehr über das Wiedersehen.



Oktober

Wir überreichen den 23 neuen Hospizbegleiterinnen und -begleitern ihre Zertifikate im Gemeindezentrum Wellinghofen. Mit einem kleinen Fest feiern wir, dass sie die Qualifizierung zur Sterbebegleitung absolviert haben. Herzlich willkommen.

Ausblick

Der Kinder- und Jugendhospizdienst ist 15 Jahre alt geworden. Das geplante Fest mussten wir absagen, wegen ... Na, Sie können es sich ja denken. Aber wir holen das nach. Den Termin finden Sie auf Seite 34.

Nicht nur Krimi liest die Mimi

In jedem guten Krimi gibt es mindestens einen Toten. Das steht wohl außer Frage. Wie kann man sich literarisch den Themen Tod und Trauer noch nähern? Wir verraten unsere Lieblingsbücher.



Der Baum der Erinnerung

Britta Teckentrup, arsedition

Als es für den Fuchs Zeit wird, Abschied zu nehmen, versammeln sich die Waldtiere, um sich zu erinnern – und zu trauern. Da bemerken sie ein Pflänzchen, das aus dem Boden sprießt und zu einem Baum heranwächst: im Gedenken an ihren Freund. Das Bilderbuch vermittelt Kindern ab 4 Jahren, wie wertvoll Erinnerungen sind.

Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster

Susann Pásztor, Kiepenheuer & Witsch

Fred ist alleinerziehender Vater und Sterbebegleiter. Bei seinem ersten Einsatz möchte er alles richtig machen. Aber Karla arrangiert sich schon selbst mit ihrem Tod und möchte nur etwas menschliche Nähe. Bald darf nur noch Freds 13-jähriger Sohn Karla besuchen. Susann Pásztor erzählt eine berührende Geschichte über die Schönheit des Lebens.



Wie ich mich ins Leben zurückgekämpft habe

Fynn Born, Eigenverlag

2018 erkrankt Fynn an einem Hirntumor. In seinem Buch erzählt er von Therapien, tollen Momenten und Tiefschlägen. Mit seinem Honorar will er andere Betroffene unterstützen. Im Juni 2021 ist er verstorben. Für uns ist dieses Buch ganz besonders, weil wir Fynn und seine Familie im Hospizdienst begleitet haben.

Niemehrzeit

Das Jahr des Abschieds von meinen Eltern

Christian Dittloff, Berlin Verlag

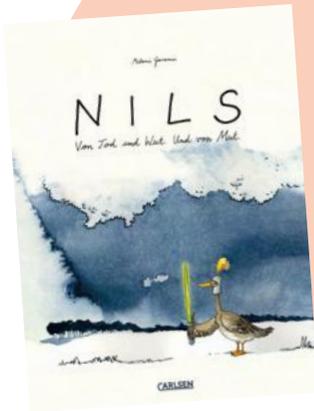
Die Eltern sterben binnen weniger Monate. Leben und Selbstbild des 35-jährigen Erzählers wirbeln durcheinander. Trotz der Überforderung sprudeln Traurigkeit, Witz und großes Glück ungeahnt intensiv. Christian Dittloff spürt dem Trauerjahr nach, verwebt klug und humorvoll Autobiografisches und hat eine große Lust am Erzählen.



Nils. Von Tod und Wut. Und von Mut.

Melanie Garanin, Carlsen

Nach dem tragischen Tod ihres jüngsten Sohnes reagiert Melanie Garanin auf ihre eigene Art: Sie zeichnet. Es entsteht eine Graphic Novel, in der ihre Verzweiflung und Wut ebenso Platz haben wie die schönen Erinnerungen und der Humor. Ein Buch, das nichts beschönigt und doch Mut macht.



Unzertrennlich Über den Tod und das Leben

Irvin D. Yalom und Marilyn Yalom
übersetzt von Regina Kammerer, btb

Irvin D. Yalom ist einer der angesehensten Psychotherapeuten Amerikas. Seine Frau Marilyn Yalom starb im Herbst 2019 nach 65-jähriger Ehe. Als klar war, dass ihre Krankheit zum Tode führen würde, begannen beide ein Buch zu schreiben – das am Ende Irvin D. Yalom allein fertigstellen musste.





Die Telefonzelle am Ende der Welt

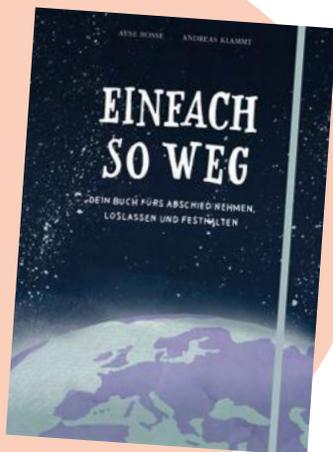
Laura Imai Messina, btb

In Japan steht am Meer eine Telefonzelle. Nimmt man den Hörer ab, kann man dem Wind lauschen – und den Stimmen der Vergangenheit. Eines Tages kommt auch Yui an den magischen Ort. Im Tsunami von 2011 verlor sie ihre Mutter und ihre kleine Tochter. Yui lernt hier Takeshi kennen. Gemeinsam schöpfen sie neuen Mut.

Einfach so weg Dein Buch fürs Abschied nehmen, Loslassen und Festhalten

Ayse Bosse und Andreas Klammt, Carlsen

Jeder darf traurig sein. Viele erleben einen Verlust und werden konfrontiert mit Angst, Vermissen und Wut. Und sie haben niemanden, um dies zu teilen. Dieses Buch wurde mit Jugendlichen für Jugendliche erstellt. Mit Geschichten, Liedern, Gedichten, Comics, Kreativ-Seiten und viel Platz für eigene Gedanken.



Manchmal ist es federleicht Von kleinen und großen Abschieden

Christine Westermann, Kiepenheuer & Witsch

Christine Westermann erzählt von freiwilligen und unvermeidlichen Verlusten und Abschieden. Wie befreiend kann es sein, einen Lebensabschnitt hinter sich zu lassen, um neu zu beginnen? Wie verkraftet man den Tod eines Freundes, der viel zu früh stirbt? Was passiert, wenn man bemerkt, dass äußere Attraktivität verblasst?

Ingrid Austermann

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Während Corona durfte ich ein Jahr lang nicht auf die Palliativstation. Mir hat die Nähe zu den Patientinnen und Patienten gefehlt, die Gespräche mit ihnen. Ich habe gespürt, dass etwas Wesentliches fehlt. Menschen, die in dieser letzten Lebensphase sind, müssen auf jeden Fall jemanden haben, mit dem sie reden können, der ihnen zuhört. Zuhören ist so wichtig. Die Erfahrung mache ich immer wieder. Auf den anderen Menschen eingehen. Das ist für mich Nähe.



Daniela Wiemers

Trauerbegleiterin

Die Trauerbegleitung hat unter Corona gelitten. Die meisten meiner Begleitungen haben pausiert. Beim Telefonieren fehlt mir einfach etwas. Ich kann besser auf andere eingehen, wenn ich sie sehe. Nach dem Lockdown habe ich einige Kontakte wieder aktiviert. Teilweise haben wir ein halbes Jahr pausiert, waren uns jetzt aber wieder nah. Natürlich ist in dem halben Jahr bei den Trauernden eine Menge passiert, aber darüber konnten wir gut sprechen. Nähe ist für mich ein Gefühl des Verbundenseins, ein emotionales Mitschwingen.

Angebote 2022

*Auch 2022 sind wir gerne für Sie da. Alle Angebote sind kostenfrei und finden in der Amalienstraße 21 statt. Wir halten aktuelle Abstands- und Hygienebestimmungen ein. **Melden Sie sich bitte vorher an**, damit wir planen können: 0231 8632902 oder hospizdienste.dortmund@malteser.org*

Angehörige begleiten

Leitung Elfriede Pfeiffer-Kuchler

Wenn ein Familienmitglied schwer krank ist, sind die Angehörigen oft mehrfach gefordert: für die Familie sorgen, für die Erkrankten da sein, im Beruf alles geben. Vielleicht ist es aber auch belastend, für die Erkrankten nichts tun zu können. Sei es, weil sie an einem anderen Ort wohnen, oder weil schon lange kein Kontakt mehr besteht.

Mit unseren Angehörigentreffen laden wir Sie ein, sich mit anderen auszutauschen – über das, was Sie bewegt, was Ihnen guttut, was Sie entlasten kann. Schon das Gespräch miteinander hilft manchmal weiter.

Die Treffen sind **jeden 2. Mittwoch im Monat von 15.30 bis 17.30 Uhr**, ausgenommen im Juli und August.

| | |
|------------|---------------|
| 12. Januar | 8. Juni |
| 9. Februar | 14. September |
| 9. März | 12. Oktober |
| 13. April | 9. November |
| 11. Mai | 14. Dezember |

Trauercafé

Leitung Maria Rakers-Winter, Inge Werner

Abschiednehmen ist ein schmerzlicher Prozess, der das Leben grundlegend verändern kann. Unser Trauercafé bietet einen geschützten Raum, in dem Trauernde gemeinsam Trauer leben, Verständnis für ihre besondere Lebenssituation erfahren und nach neuen Wegen suchen können.

Das Trauercafé ist **jeden 2. Donnerstag im Monat von 15 bis 17 Uhr** geöffnet, ausgenommen im Juli und August.

| | |
|-------------|--------------|
| 13. Januar | 9. Juni |
| 10. Februar | 8. September |
| 10. März | 13. Oktober |
| 14. April | 10. November |
| 12. Mai | 8. Dezember |

Einzelbegleitung

Vielleicht ist ein Einzelgespräch im Moment besser für Sie? Wenn Sie das möchten, melden Sie sich gern. Dann können wir einen Termin vereinbaren.

Trauergruppe für junge Erwachsene

Leitung Dorothee Peter, Silvia Rosin

Wenn jemand einen geliebten Menschen verliert, ist nichts mehr wie es war. Es beginnt eine besonders schwierige und herausfordernde Zeit. Vielleicht hilft es Ihnen, sich mit anderen zu treffen, die in einer ähnlichen Situation sind. Die Trauergruppe richtet sich gezielt an junge Erwachsene. Im geschützten Rahmen können Sie sich an Ihre Verstorbenen erinnern und mit kreativen Methoden Ihre Trauer ausdrücken. Denn jede Trauer ist individuell und einzigartig. Trost und Halt gibt dabei die gemeinsame Erfahrung aller, einen geliebten Menschen verloren zu haben.

Die Trauergruppe trifft sich **jeden 3. Dienstag im Monat von 19 bis 21 Uhr**, ausgenommen im Juli.

| | |
|-------------|---------------|
| 18. Januar | 16. August |
| 15. Februar | 20. September |
| 15. März | 18. Oktober |
| 19. April | 15. November |
| 17. Mai | 20. Dezember |
| 21. Juni | |

Trauergruppe

Leitung Ursula Kohlhase, Iris Warmulla-Parys

Die Trauergruppe trifft sich **jeden 4. Donnerstag im Monat von 19 bis 21 Uhr**, ausgenommen im Mai und Juli.

| | |
|-------------|---------------|
| 27. Januar | 22. September |
| 24. Februar | 27. Oktober |
| 24. März | 24. November |
| 28. April | 22. Dezember |
| 23. Juni | |
| 25. August | |



Kindertrauergruppe

Leitung Anika Dlugosch, Karin Sinn, Davina Klevinghaus

Kinder trauern anders als Erwachsene. Mitten in ihrem Tun sind sie plötzlich tieftraurig, fast untröstlich – und im nächsten Moment erfreuen sie sich an einer Kleinigkeit. Sie haben ein feines Gespür, was sie der Person, die mit ihnen zusammen ist, zumuten können und wollen ihre Traurigkeit manchmal nicht zeigen. Vielen Kindern tut es gut, ihre Trauer mit Gleichaltrigen zu erleben und dafür einen geschützten Raum zu haben.

Vor der Teilnahme Ihres Kindes bitten wir Sie um ein Vorgespräch, damit wir uns zum Wohl Ihres Kindes eng mit Ihnen abstimmen können. Neben diesen Terminen bieten wir auch kostenfreie Einzel- und Familienbegleitungen an. Bei Interesse nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

Die Treffen sind für 6- bis 10-Jährige am **letzten Dienstag des Monats, von 15.30 bis 17.30 Uhr**, ausgenommen sind die Schulferien.

25. Januar

22. Februar

29. März

26. April

31. Mai

30. August

27. September

25. Oktober

29. November

11- bis 14-Jährige treffen sich am **letzten Mittwoch des Monats, von 16.30 bis 18 Uhr**, ausgenommen sind die Schulferien.

26. Januar

23. Februar

30. März

27. April

25. Mai

31. August

28. September

26. Oktober

30. November



Treffen für junge Angehörige

Kinder und Jugendliche, deren Geschwister, Eltern oder Großeltern schwer erkrankt sind, laden wir zu gemeinsamen Treffen ein. Mit anderen zusammen zu sein, kann so gut tun: etwas zu unternehmen, eine schöne Zeit zu erleben, eine Auszeit von der Krankheit zu haben. Dabei genügt oft schon das Wissen, dass es den anderen in der Runde ähnlich geht und man sich nicht groß erklären muss.

Die Dauer und der Ort der Treffen richten sich nach unserem jeweiligen Programm. Bisher waren wir beispielsweise im Hochseilgarten und zum Bogenschießen im Rombergpark. Wir haben zusammen Plätzchen gebacken und Gesellschaftsspiele gespielt.

Wenn Du Lust hast, etwas mit anderen Kindern und Jugendlichen zu unternehmen, dann melde Dich bitte bei uns.

Du kannst uns **telefonisch** erreichen unter 0231 8632902.

Oder schreib uns eine **E-Mail**:
kinderhospizdienst.dortmund@malteser.org

Information bei Ihnen vor Ort

Was ist eigentlich Hospizarbeit? Was ist ein ambulanter Hospizdienst für Kinder, Jugendliche und Erwachsene? Wie hilft er? Kostet das etwas?

Wir möchten Sie informieren und laden Sie ein zum Gespräch:

*Mittwoch, 16. März, 10 Uhr
Kfd St. Remigius
Siegenstraße 12, 44359 Dortmund*

*Montag, 4. April, 18 Uhr
Gemeindezentrum Heilig Geist
Wellinghofen
Auf den Porten 9, 44265 Dortmund*

*Mittwoch, 12. Oktober, 18 Uhr
Franziskus-Zentrum
Gleiwitzstraße 281, 44328 Dortmund*

Gerne kommen wir auch in Ihre Gemeinde, Gruppe oder Organisation und informieren Sie über die Angebote der Malteser Hospizdienste St. Christophorus. Nehmen Sie einfach mit uns Kontakt auf.

„Tod hat keine Bedeutung. Ich hab mich nur ins nächste Zimmer aufgemacht. Ich bin ich und Du bist Du: Was immer wir füreinander gewesen sind, das gilt auch weiter.“

Henry Scott Holland

Informationsgespräche zur Patientenverfügung

Sie möchten eine Patientenverfügung verfassen und wissen nicht wie? Sie haben schon eine Verfügung und wissen nicht, ob sie noch aktuell ist? Über die unterschiedlichen Instrumente der Patientenvorsorge informieren wir Sie gerne und beantworten Ihre Fragen.

Montag, 28. Februar, 16 bis 18 Uhr

Dienstag, 24. Mai, 10 bis 12 Uhr

Donnerstag, 25. August, 16 bis 18 Uhr

Freitag, 18. November, 10 bis 12 Uhr

Möchten Sie mit uns einzeln sprechen?

Dann melden Sie sich gerne.

Letzte Hilfe-Kurs

Sterben ist ein natürlicher Teil des Lebens, ruft aber oft große Unsicherheit und Hilflosigkeit hervor. In dem Basiskurs „Letzte Hilfe“ möchten wir Ihnen Orientierung bieten und einfache Handgriffe mit auf den Weg geben. Wir möchten Ängste und Unsicherheiten nehmen und Sie ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Wir sprechen auch über mögliche Beschwerden während des Sterbeprozesses, wie man diese lindern kann und über das Abschiednehmen.

Weitere Infos: www.letztehilfe.info

Termine in Dortmund

Mittwoch, 20. April, 16 bis 20 Uhr

Mittwoch, 19. Oktober, 9:30 bis 13:30 Uhr

Termin in Schwerte

Donnerstag, 25. August, 17 bis 21 Uhr

Save the date again

15+1 Jahre Kinder- und Jugendhospizdienst Dortmund

Corona hat uns im vorigen Jahr ausgebremst und schweren Herzens mussten wir unsere Jubiläumsfeier absagen. In diesem Jahr wird umso lebendiger mit einem bunten Programm gefeiert. Wir freuen uns auf alle Familien und Ehrenamtlichen, auf alle, die uns durch Spenden, mit kreativen Ideen, aufmunternden Worten oder in kollegialer Zusammenarbeit unterstützt haben.

Die Feier ist geplant für **Samstag, 6. August**, in der Kinderglückhalle, Gottlieb-Daimler-Straße 33, Holzwickede.



Sophie Niedobetzki

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Bei dem Vorbereitungskurs haben wir uns lange Zeit nur online gesehen, dennoch sind wir uns super ans Herz gewachsen. Als wir uns dann persönlich getroffen haben, hat es sich so angefühlt, als hätten wir uns schon das ganze Jahr in echt gesehen. Die persönliche Nähe hat mir sehr gefehlt während Corona. Jetzt sind persönliche Treffen wieder möglich und ich merke, wie gut mir das tut, von den Menschen umgeben zu sein, die mir wichtig sind. Nähe ist für mich die emotionale Bindung zu anderen.



Fatima Haoua

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Seit zwei Jahren rufe ich einen Herrn an, etwa ein oder zwei Mal pro Woche. Die Chemie zwischen uns beiden stimmt einfach. Im Lockdown waren die Gespräche noch einmal intensiver. Da leidet jemand unter den Einschränkungen, ist einsam, hat Schmerzen – und ich darf ihn begleiten. Nähe ist für mich wie ein Anklopfen an eine Tür. Nähe ist die Freiheit, selbst zu bestimmen, wie weit sich diese öffnet.

So erreichen Sie uns

Malteser Hospizdienste St. Christophorus

Amalienstraße 21, 44137 Dortmund
Tel. 0231 8632902, Fax 0231 8632905

hospizdienste.dortmund@malteser.org

kinderhospizdienst.dortmund@malteser.org

kinder-und-jugendtrauer.dortmund@malteser.org

www.malteser-hospizdienste-dortmund.de

www.kinderhospizdienst-dortmund.de

Malteser Hospizdienst Schwerte

Bahnhofstraße 8, 58239 Schwerte
Tel. 02304 9106086, Fax 02304 9106087

hospizdienst.schwerte@malteser.de

www.malteser-hospizdienst-schwerte.de



INGE HOLTKÖTTER-SCHULZ

_ Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst
_ Verwaltung
_ Krankenschwester,
Palliative Care
inge.holtkoetter-schulz@malteser.org
Mobil 0175 9591566



ANNIKA LORENZEN

_ Koordinatorin im ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst
_ Sozialarbeiterin B.A.
_ Gesundheits- und Kinderkrankenschwester
_ Pädiatrische Palliative Care
annika.lorenzen@malteser.org
Mobil 0151 23892615



MICHAELA BÜSCHLER

_ Koordinatorin im ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst
_ Krankenschwester,
Palliative Care
michaela.bueschler@malteser.org
Mobil 0175 4598040



SILKE WILLING

_ Leiterin und Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst
_ Krankenschwester,
Palliative Care
silke.willing@malteser.org
Mobil 0151 53113944



KARIN BUDDE

_ Leiterin und Koordinatorin im ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst
_ Krankenschwester,
Pädiatrische Palliative Care
karin.budde@malteser.org
Mobil 0160 99604959



VERONIKA MAY

_ Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst Schwerte
_ Kinderkrankenschwester,
Pädiatrische Palliative Care
veronika.may@malteser.org
Mobil 0151 15742566



GABRIELE HEMICKER

_ Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst
_ Altenpflegerin,
Palliative Care
gabriele.hemicker@malteser.org
Mobil 0171 3065566



DAVINA KLEVINGHAUS

_ Koordinatorin Kinder- und Jugendtrauerbegleitung
_ Trauerbegleiterin
_ B.A. Sonderpädagogische Förderung
davina.klevinghaus@malteser.org
Mobil 0170 1273912



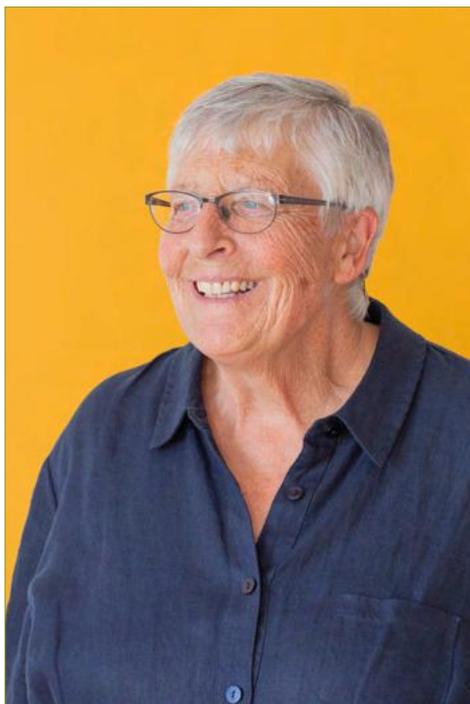
ELKE RATH-KLEFF

_ Leiterin und Koordinatorin im Besuchsdienst und Telefonbesuchsdienst
_ Dipl. Sozialarbeiterin
elke.rath-kleff@malteser.org
Mobil 0160 99609049

Brigitte Tiemann

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Im ambulanten Hospizdienst habe ich eine Frau fast ein Jahr begleitet. Wir konnten über alles sprechen. So ist zwischen uns Nähe entstanden. Im Moment bin ich einmal in der Woche auf der Palliativstation. Dann gibt es Waffeln und Musik. Ich habe den Part übernommen, die Waffeln zu backen. Bei bestimmten Liedern werden die Patientinnen und Patienten manchmal von ihren Erinnerungen übermannt, es rollen Tränen. Dann wende ich mich ihnen zu und versuche ihnen beizustehen. Wir sind uns nah.



Hedda Döring

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Nähe ist, wenn man Anteil aneinander nimmt, füreinander da ist, ganz absichtslos. Ich empfinde dann Geborgenheit und fühle mich sehr lebendig. Wenn von den Menschen etwas grundsätzlich Wohlwollendes ausgeht, dann fühle ich mich sehr gewollt, sehr akzeptiert. Und das ist die Basis. Dann kann ich mich öffnen und Nähe fühlen. In der Coronazeit habe ich gelernt, Nähe wertzuschätzen und gemerkt: auch ohne leibhaftige Berührung kann ich Nähe empfinden. Ich habe mich nicht einsam gefühlt, sondern verbunden.

Wir sind auf Ihr Engagement angewiesen

Die Malteser freuen sich über Ihre Spende

Dieses Engagement ist in unterschiedlicher Weise möglich:
durch Ihre ehrenamtliche Mitarbeit genauso wie durch Ihre Spende,
Ihre Fördermitgliedschaft oder durch eine von Ihnen initiierte
Spendenaktion.

Diese Spenden ermöglichen es uns, die vielfältigen Beratungs- und Hilfsangebote für Kranke, für Angehörige, für Trauernde, für Familien kostenfrei und unbürokratisch anzubieten. Diese Kostenfreiheit ist ein hohes Gut. Gerade in Krisenzeiten kommen neben der Sorge um Angehörige oder die eigene Gesundheit häufig auch existenzielle Probleme hinzu. Daher ist es Ratsuchenden oft nur möglich, unsere Angebote in Anspruch zu nehmen, weil sie über Spenden finanziert werden.

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.malteser-hospizdienste-dortmund.de/spenden-und-kontodaten

Unser Spendenkonto bei der Pax Bank

Malteser Hospizdienste

IBAN: DE15 3706 0120 1201 2160 24

BIC: GENODED1PA7

Über den Verwendungszweck „**Erwachsene**“, „**Kinder**“ oder „**Schwerte**“ können Sie steuern, in welchem Bereich wir die Spende vorrangig einsetzen sollen. Schreiben Sie uns für die Spendenquittung Ihre Anschrift in das Mitteilungsfeld.

Und wenn Sie regelmäßig etwas spenden möchten, können Sie dies mit einer **Fördermitgliedschaft im Hospiz-Freundeskreis St. Christophorus** tun. Mit einem Jahresbeitrag ab 50 Euro sorgen Sie für eine sichere finanzielle Basis unserer Hospizarbeit. Gerne schicken wir Ihnen die entsprechenden Unterlagen zu.



FÜREINANDER DASEIN

Die heutige Zeit ist mitreißend, spannend, herausfordernd und vor allem schnelllebig. Dinge begeistern uns, doch oft nur oberflächlich. So plötzlich, wie sie kommen, geraten sie wieder in Vergessenheit. Was zählt, ist Spaß – für den Gedanken an Leid ist nur wenig Platz in unseren überladenen Köpfen. Erst, wenn man selbst oder ein nahe stehender Mensch leidet, wird klar, dass Mitgefühl und Fürsorge immer Teil unseres Lebens sein müssen. Für uns bei Murtfeldt spielt das Wohl der Menschen eine zentrale Rolle. Wir möchten, dass es unseren Mitarbeitenden und ihren Familien gut geht und wir engagieren uns in vielen sozialen und humanen Projekten. Die Arbeit der Malteser Hospizdienste verdient große Hochachtung und es ist uns eine Herzensangelegenheit, einen kleinen Beitrag für diese wertvolle Arbeit zu leisten.

murtfeldt.de

Tel. +49 231 20609-0

 **Murtfeldt**
GROUP