

Rundbrief

für Mitglieder, Freunde und Förderer



Ambulantes Hospiz
Oberhausen e.V.

AUSGABE 2 | 2015



Editorial

Liebe Mitglieder und Freunde des Ambulanten Hospiz Oberhausen,

die vergangenen Wochen waren geprägt vom Strom der Flüchtlinge, von denen viele in unserem Land eine Zuflucht gefunden haben. Die große Sympathie vieler Bürger für die Flüchtlinge aus der Fremde entspricht hospizlicher Haltung. Hospiz ist Haltung, eine Grundhaltung für das ganze Leben.

Wir möchten Sie deshalb in diesem Advent mit der von Bertolt Brecht 1922 geschilderten Geschichte einer jungen Flüchtlingsmutter grüßen. Das Marien-Gedicht lebt vom Kontrast der harten sozialen Wirklichkeit und der weihnachtlichen Idylle. Es vermittelt vor allem aber Hoffnung, die aus Armut wächst.

Das Ambulante Hospiz Oberhausen schaut auf ein gutes Jahr 2015 zurück. Wir freuen uns, bei der Adventfeier die neu qualifizierten Ehrenamtlichen des 16. Kurses zu begrüßen. Die Zahl der Begleitungen ist so stark gestiegen, dass wir auch 2016 Ehrenamtliche qualifizieren und unsere Kapazität für die Koordination aufstocken werden. Auch Trauerangebote und Fragen nach palliativer Versorgung werden gut nachgefragt. Unser Motto bleibt: „Wir kommen nach Hause und überall hin“.

Bei allen Mitgliedern, Ehrenamtlichen, Helfern und Freunden möchten sich Vorstand und Geschäftsstelle für die treue Arbeit herzlich bedanken. Wir wünschen Ihnen eine frohe Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr.

Prof. Dr. Claus Niederau
1. Vorsitzender

Gedicht

Maria

*Die Nacht ihrer ersten Geburt war
Kalt gewesen. In späteren Jahren aber
Vergaß sie gänzlich
Den Frost in den Kummerbalken und rauchenden Ofen
Und das Würgen der Nachgeburt gegen Morgen zu.
Aber vor allem vergaß sie die bittere Scham
Nicht allein zu sein
Die dem Armen eigen ist.
Hauptsächlich deshalb
Ward es in späteren Jahren zum Fest, bei dem
Alles dabei war:
Das rohe Geschwätz der Hirten verstummte.
Später wurden aus ihnen Könige in der Geschichte.
Der Wind, der sehr kalt war
Wurde zum Engelsgesang.
Ja, von dem Loch im Dach, das den Frost einließ, blieb nur
Der Stern, der hineinsah.
Alles dies
Kam vom Gesicht ihres Sohnes, der leicht war
Gesang liebte
Arme zu sich lud
Und die Gewohnheit hatte, unter Königen zu leben
Und einen Stern über sich zu sehen zur Nachtzeit.*

Bertolt Brecht



www.hospiz-oberhausen.de

Über 140 qualifizierte Ehrenamtliche unterstützen die individuelle Lebensqualität der Sterbenden und Trauernden, schenken Zuversicht und spenden Trost in Zusammenarbeit mit Arzt und Pflege. Wir helfen Ihnen und Ihren Angehörigen, mit Ohnmacht, Bitterkeit und Angst umzugehen und ermöglichen so ein selbstbestimmtes Leben bis zuletzt. „Wir kommen nach Hause und überall hin.“

Die Sterbehilfedebatte

Es ist ein die politischen Instanzen durchdringendes Thema, das im Herbst 2015 die Medien-Schlagzeilen bestimmte: die Diskussion über die Sterbehilfe. Noch bevor sich der Bundestag am 6.11.2015 für ein Verbot der geschäftsmäßigen Sterbehilfe aussprach, führte die Pfarrerin Ruth Levin der ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf mit dem Oberhausener Palliativmediziner Michael Etges hierzu ein Themengespräch.

Ein Gespräch mit Ruth Levin



Michael Etges



Was unterscheidet die Palliativmedizin von sonstiger Medizin?

Michael Etges: Ärztliches Handeln wird immer unter dem Aspekt der Heilung betrachtet. Bei der Palliativmedizin geht es nicht mehr um Heilung. Es geht darum, den Menschen eine möglichst gute Lebensqualität zu erhalten und Symptome wie Schmerzen, Atemnot und ähnliche Beschwerden, wie sie bei Schwerkranken und Sterbenden auftreten, zu lindern. Das Ziel ist also ein möglichst schmerzfreier und würdevoller letzter Lebensabschnitt und nicht eine Lebensverlängerung.

Die Weltgesundheitsorganisation sagt, eine palliative Versorgung von Patienten mit einer tödlichen Diagnose solle möglichst schon beim Erhalten der Diagnose einsetzen. Warum?

Etges: Palliativmedizin kann auch genutzt werden, um die Nebenwirkungen einer Krebstherapie zu lindern oder die Folgen solch massiver Therapien zu verringern. Palliativ gut versorgte Menschen haben oft eine höhere Lebensqualität während der Krebstherapie, leben

zum Teil länger oder brauchen weniger Chemotherapie.

Leisten Sie Sterbehilfe?

Etges: Nein. Im Sinne einer aktiven Sterbehilfe, bei der ein Mensch eine tödliche Spritze erhält, nicht. Das ist in Deutschland nicht erlaubt. Erlaubt ist aber eine passive Sterbehilfe, also das Einstellen weiterer Therapien wie Beatmung, künstliche Ernährung u. ä., sofern das dem Patientenwillen entspricht. Denn alles was das Leben verlängert, verlängert auch das Sterben.

Bei der Diskussion über die gesetzliche Neuregelung der Sterbehilfe in Deutschland geht es aber vor allem um die Beihilfe zum Suizid. Worum geht es genau?

Etges: Weder die Selbsttötung noch die Beihilfe zur Selbsttötung ist strafbar, jedenfalls für Angehörige und dem Gesetz nach auch für Ärzte. Trotzdem besteht für Ärzte eine erhebliche Rechtsunsicherheit, weil einige Landesärztekammern die Beihilfe in ihren Berufsverordnungen verbieten. So auch die für

Oberhausen zuständige Ärztekammer Nordrhein. Als Arzt muss ich dann bei der gegenwärtigen Gesetzeslage mit einer Verwarnung, einem Bußgeld oder im Zweifelsfall gar dem Entzug der ärztlichen Zulassung rechnen.

Sollte Ihrer Meinung nach das bisherige Gesetz geändert werden?

Etges: Es gibt in der aktuellen Diskussion einen Gesetzesentwurf, der vom SPD-Gesundheitsexperten Karl Lauterbach und vom Bundestagsvizepräsident Peter Hintze (CDU) befürwortet wird. Dieser Gesetzesentwurf möchte die ärztliche Beihilfe zum Suizid ausdrücklich erlauben und gesetzlich regeln. Sanktionen von Ärztekammern können dann nicht mehr verhängt werden. Dann hätten auch die Ärzte Rechtsicherheit, wenn sie schwerstkranken Menschen beim Suizid helfen. Und für die Patienten wäre es eine Beruhigung weil sie wissen: wenn ich es nicht mehr aushalte, kann mein Arzt mir helfen, meinem Leben selber ein Ende zu setzen. Allein die Möglichkeit zu haben, ist vielen schon eine Hilfe, die Angst vor dem Tod zu mindern.

Fortsetzung >

Unsere Unterstützung ist ganz individuell. Der Betroffene und seine Familie geben Art und Umfang an. Ob Gespräche hilfreich sind, das Betrachten von Bildern, das gemeinsame Singen oder Beten, das stille Aushalten – es ist immer anders.

Was passiert, wenn die palliative Behandlung an ihre Grenzen kommt und der Sterbende trotzdem noch Schmerzen oder Atemnot hat?

Etges: Es gibt Fälle, da kann es aus medizinischer Sicht nötig sein, eine sog. „palliative Sedierung“ durchzuführen. Das heißt, der Kranke wird dann in einen komaähnlichen Zustand versetzt. Das ist bei etwa jedem 20. Sterbenden, den ich begleite, der Fall. Auch die Angehörigen erleben das als große Erleichterung, weil der Sterbende sich nicht mehr quälen muss. Patienten können das aber auch

für sich selbst einfordern, wenn es nicht medizinisch nötig ist. Das nennt sich dann „terminale Sedierung“. Eine solche terminale Sedierung wird dann nach 24 Stunden unterbrochen und der Patient wird gefragt, ob er es als Erleichterung empfunden hat.

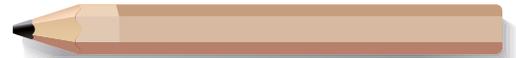
Ist schon einmal einer Ihrer Patienten in die Schweiz gefahren, um die Dienste professioneller Sterbehelfer in Anspruch zu nehmen?

Etges: Nein. In all den Jahren kein einziger.

Michael Etges ist Allgemeinmediziner, Anästhesiologe und Schmerztherapeut in der Sterkrader Gemeinschaftspraxis. Seit 2006 ist er in Oberhausen als Koordinator für palliative Versorgung Sterbender tätig und begleitet mit seinen Praxis-Kollegen als Palliativmediziner jährlich 250–300 Menschen an ihrem Lebensende bis zum Tod.

Eine Art Nachruf

Genau vor einem Jahr haben wir in unserem Rundbrief (2.2014) über Monika Nienhaus berichtet, die seinerzeit unheilbar an Krebs erkrankt war. Am 20.5.2015 starb sie, begleitet von unserer Sterbegleiterin Birgit Chmiel. Jeder Sterbegleiter geht anders mit dem Tod um, Birgit Chmiel schrieb ihre Eindrücke auf. Ihre Zeilen sind so besonders, dass wir sie baten, diese ebenfalls abdrucken zu dürfen. In gewisser Weise ist es zugleich ein Nachruf – und die Möglichkeit, auch als Sterbegleiter die Zeit danach zu verarbeiten.



Jede Begleitung ist anders und auf ihre Art besonders, ich durfte Fr. Nienhaus (53) in ihrem letzten halben Jahr begleiten. Wir waren uns vom ersten Besuch an zugetan, und über die Zeit hat sich eine Freundschaft entwickelt. Auch ihre Mutter schloß mich ins Herz, sodass ich ein Teil ihrer kleinen Familien wurde.

Frau Nienhaus hat es mir sehr einfach gemacht, weil sie von Anfang an eine genaue Vorstellung ihrer Begleitung hatte. Für die Zeit nach ihrem Tod war alles bis ins Kleinste geplant und schriftlich festgehalten. Für die Zeit, die ihr noch blieb, suchte sie jemanden fürs Herz, der sich zutraute, sie in ihren Plänen zu unterstützen.

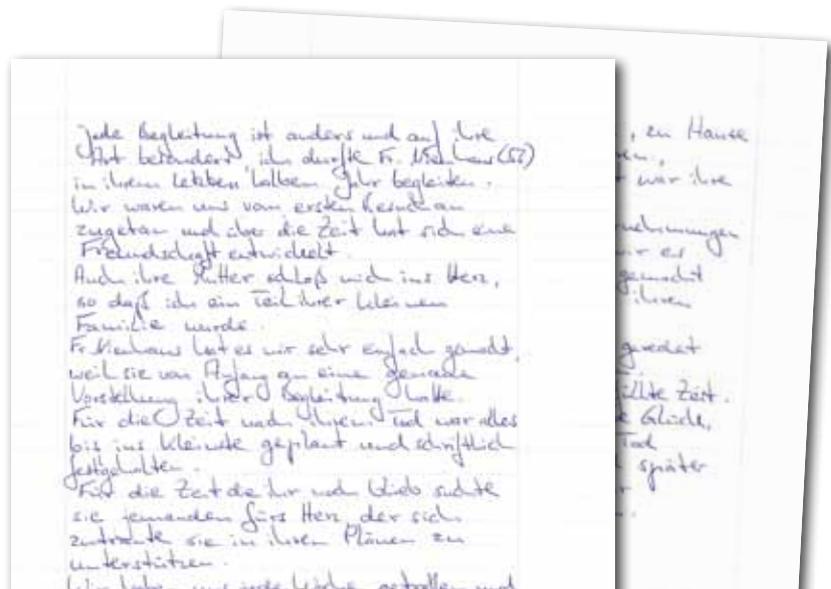
Wir haben uns jede Woche getroffen und dazwischen über WhatsApp und Telefon Kontakt gehalten. Sie hatte noch so viel vor, und wir haben uns bemüht, ihre guten Tage nach Kräften zu nutzen. Wir waren im Musical bei Sister-Act, in der Kleinstädter-Bühne, im Theater an der Nieburg, im Kino, auf dem Weihnachtsmarkt, zum Shoppen im

Centro, im Bero-Center im Café und bei McDonalds. Und egal ob wir unterwegs, zu Hause oder im Krankenhaus waren, immer gab es Eis. Joghurt war ihre Liebessorte.

Wenn die Kraft für Unternehmungen nicht reichte, haben wir es uns zu Hause gemütlich gemacht oder ich habe auch

nur ihren Schlaf bewacht. Wir haben viel gelacht, geredet und manche Träne vergossen. Es war eine schöne und erfüllte Zeit.

Am Ende hatte ich das große Glück, zwei Stunden vor ihrem Tod an ihrem Bett zu sitzen und später auch noch zu Hause von ihr Abschied nehmen zu können.



Nach dem Beratungsgespräch mit der Koordinatorin wird die passende Begleitung ausgesucht. Dieser Ehrenamtliche gestaltet dann nach den Bedürfnissen und Wünschen des Kranken oder Sterbenden die Zeit. In der Regel findet zweimal wöchentlich ein Besuch statt. Alle unsere Ehrenamtlichen stehen unter Schweigepflicht. Die Begleitung ist kostenlos.

Mit dem Vergessen leben

Ist die Demenz wirklich wie der Honig im Kopf? Der Kinofilm hat das Thema bemerkenswert vermittelt und zugleich gezeigt, mit welcher Unverständlichkeit Nichtbetroffene der Demenz meist begegnen. Diese unterschiedlichen Wahrnehmungsebenen zwischen Kenntnis und Unkenntnis will das Netzwerk Demenz Oberhausen auflösen, das Verständnis für Demenz in der Bevölkerung stärken und die Lebensqualität der Betroffenen verbessern.

1,5 Millionen Menschen in Deutschland sind heute an Demenz erkrankt. Betroffen sind zumeist ältere Menschen, und da die Bevölkerung immer älter wird, nimmt auch die Zahl der Demenzkranken zu. Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft geht sogar davon aus, dass die Anzahl der Erkrankten bis 2050 auf 3 Mio. steigt. „Demenz wird in Zukunft einen immer größeren Teil der Bevölkerung betreffen, daher muss die Gesellschaft lernen, mit dieser Krankheit umzugehen“, sagt Holger Eichstaedt, Vorsitzender des Vereins Lebensqualität bei Demenz Oberhausen. Zusammen mit dem Oberhausener Chefarzt für Geriatrie Dr. Friedrich-Wilhelm Elstermann von Elster gründete er 2007 das Netzwerk Demenz, das Erkrankte und Angehörige berät, deren Lebensqualität verbessert, Schulungen anbietet und inzwischen mehr als 90 ehrenamtliche Demenzberater geschult hat.

Demenz im Hospiz

Zwischen dem Beginn einer Demenz und dem Tod vergehen durchschnittlich sieben Jahre, und damit kommt schließlich auch das Ambulante Hospiz ins Spiel. 20 von 70 derzeit hospizlich begleiteten Personen sind dement, also müssen auch die Ehrenamtlichen lernen, mit der Demenz umzugehen. Während der Qualifizierung zum Sterbebegleiter haben sie eine ganztägige Fortbildung zu diesem Thema. Außerdem bietet das Ambulante Hospiz weiterführende Fortbildungen zur Demenz am Lebensende an. Im Unterschied zu den ehrenamtlichen Begleitern des Netzwerks Demenz begleitet das Hospiz Demenzkranke am Lebensende. Während Demenzbegleiter, die Tagespflege und auch der Betreuungsdienst die Kranken oft über Monate oder sogar Jahre pflegen, beschäftigen und fördern, will das Hospiz Betroffene und Angehörige in dieser schweren letzten Zeit vor allem entlasten.

Leuchttürme

Die Arbeit des Hospizes und des Netzwerks betrifft zwar ein identisches Thema, und



doch gehen beide Stellen anders auf das Thema zu. Auch deshalb kooperieren das Hospiz und das Netzwerk Demenz miteinander und leiten Betroffene und Interessierte mit ihren Fragen an die richtigen Ansprechpartner des Netzwerks weiter – die sogenannten Leuchttürme. Das sind Mitglieder des Netzwerks Demenz, die kostenlos über den Krankheitsverlauf, den Umgang mit Erkrankten und die Bewältigung von Alltagsproblemen informieren. Zu Ihnen zählen Apotheken, Krankenhäuser, Seniorenzentren, Krankenkassen u. v. m.

Vorsorge

Diese Beratungsstellen informieren nicht nur Betroffene und Angehörige, sondern auch Interessierte. Aus der Erfahrung heraus weiß Petra Podubrin, Koordinatorin beim Ambulanten Hospiz, dass sich viele Menschen tendenziell zu spät mit der Demenz beschäftigen. „Die Themen Krankheit und Tod sind mit Angst besetzt, und solange alle gesund sind, will kaum einer was von ihnen wissen. Dabei hat eine frühe Auseinandersetzung mit den Themen Tod und Demenz ja nichts mit dem Sterben zu tun, sondern mit dem Leben bis zuletzt.“ Eine Demenzbegleitung ist sogar einfacher, je früher man sich mit dem Thema auseinandersetzt. Wenn es erst so weit ist, dass sich ein Erkrankter nicht mehr mitteilen kann, müssen Begleiter aus der Biografie die Persönlichkeit des Menschen herauslesen, was er mag und was nicht. „Falls ich irgendwann mal dement werden sollte, habe ich meiner Familie schon gesagt, was

ich will und was ich nicht will“, sagt Podubrin. Ein wichtiger Schritt, sich frühzeitig im Leben auf die Ungewissheit der Zukunft vorzubereiten – auf vielen Ebenen. Auch auf dieser.

Demenz geht alle an

Je mehr Menschen dement sind, umso besser muss jeder mit ihnen und der Demenz umgehen können. Eichstaedt und Podubrin sind sich einig: „Ganze Innenstädte müssen demenzfreundlicher werden.“ Daher beteiligte sich das Hospiz zusammen mit dem Netzwerk Demenz auch an dem 2. Sterkrader Symposium für quartiersnahe Versorgungskonzepte für Menschen mit Demenz. Das klingt visionär, ist aber durchaus relevant. Etwas kurzfristiger angelegt ist ein Projekt, bei dem derzeit eine Theatergruppe für Menschen mit und ohne Demenz gegründet werden soll. Dazu arbeitet das Netzwerk mit dem Theatervolk aus Duisburg zusammen, einem Institut für Theaterpädagogik, das die Schauspieler anleitet und das bereits Erfahrung im Umgang mit Demenzkranken hat. Und natürlich beschäftigt sich auch das Hospiz immer stärker mit der Demenz und bietet beispielsweise ab 2016 ein vierteljährliches Infotreffen für all jene Ehrenamtlichen an, die Menschen mit Demenz begleiten. „Der Umgang mit Demenzkranken ist herausfordernd, aber unsere Ehrenamtlichen haben gute Ideen, wie sie damit umgehen können. Vieles lernt man in der Qualifikation und in den Fortbildungen, aber letztlich schult vor allem die Erfahrung“, weiß Podubrin.

Die Gruppe der **Helfenden Hände** unterstützt die gesamte Hospizarbeit ohne direkten Kontakt zu Betroffenen. Die Teilnehmer setzen ihre unterschiedlichen Talente und Stunden in vielen Bereichen ein: z. B. beim Verarbeiten des Rundbriefes, bei der Standardarbeit oder beim Herrichten des Frühstückstreffe. Die Gruppe trifft sich jeden 2. Dienstag im Monat von 10–12 Uhr, ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Die Begleitung in der Trauer

Damit Trauernde den Verlust eines geliebten Menschen nicht allein verarbeiten müssen, bietet das Ambulante Hospiz Oberhausen auch qualifizierte Trauerbegleitungen an. Redakteur Michael Bokelmann im Gespräch mit Monika Bott, ehrenamtliche Sterbe- und Trauerbegleiterin, und der Trauernden Birgit Koch*.

Frau Koch, was bedeutet die Trauerbegleitung für Sie?

Koch: Mein Mann ist vor acht Monaten gestorben, es war eine unendlich schwierige Zeit, und das ist es auch heute noch. Genau hier gibt mir die Begleitung Halt. Immer, wenn ich mich mit Frau Bott getroffen habe, gehe ich befreiter nach Hause.

Und wie lange hält dieses gute Gefühl an?

Koch: Unterschiedlich. Manchmal mehrere Tage, manchmal ist es aber am anderen Tag schon wieder vorbei. In dieser dunklen Jahreszeit fällt es mir noch schwerer, mit der Trauer umzugehen. Wir waren immerhin 42 Jahre zusammen und davon 38 Jahre verheiratet. Nicht mehr mit ihm zu leben, fühlt sich an, als hätte man mich amputiert. Wir gehörten einfach zusammen, und manchmal kann ich immer noch nicht fassen, dass er nicht mehr da ist. Ein Beispiel: Wenn ich früher vom Kegeln nach Hause kam, war mein Mann häufig schon im Bett. Noch vor Kurzem sagte ich: ‚Ich gehe jetzt nach Hause, mein Mann liegt ja schon im Bett.‘ Die liebe Gewohnheit sitzt so tief.

Bott: Es braucht einfach Zeit, bis man versteht, dass die Trennung durch den Tod endgültig ist. Das kann viele Monate dauern und ist natürlich von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich.

Koch: Wenn ich sein Grab besuche, rede ich immer noch mit ihm. Ist das normal?

Bott: Ja, das ist es. Es kann sogar sehr hilfreich sein. Häufig ist es so, dass trauernde Menschen das Gefühl haben, verrückt zu werden, weil sie sich anders verhalten als bisher. Tatsächlich ist die Trauer aber ein absoluter Ausnahmezustand. Und ein Ziel der Trauerbegleitung ist es, diesen Zustand anzunehmen und etwas milder zu sich zu sein. Die Begleitung soll einen Schonraum schaffen, in dem nichts muss und alles kann.



Wie kam es zu der Trauerbegleitung?

Koch: Mein Mann hatte eine Sterbebegleiterin vom Ambulanten Hospiz Oberhausen e.V. Nachdem er verstorben war, habe ich die Dame angesprochen, ob auch die Möglichkeit einer Trauerbegleitung besteht. Sie hat für mich einen Termin bei der Koordinatorin Frau Peters gemacht, der wenige Tage später stattfand. Frau Peters hat dann eine Begeleitung durch Frau Bott vorgeschlagen.

Bott: Kurz nach der Beerdigung ihres Mannes haben wir uns dann zum ersten Mal getroffen. Seitdem sehen wir uns im Abstand von zwei, drei oder auch mal vier Wochen. Da richte ich mich ganz nach dem Bedürfnis von Frau Koch.

Was machen Sie, wenn Sie sich treffen?

Bott: Wir reden über alles Mögliche und manchmal lachen wir auch miteinander. Und da ich Entspannungspädagogin bin, machen wir zeitweise auch entsprechende Übungen.

Koch: Manchmal kommt es aber auch vor, dass ich gar nicht weiß, was ich sagen soll. Ich kann einfach manchmal nicht in Worte fassen, was in mir los ist.

Bott: Dann frage ich vorsichtig nach, wie genau etwas zu verstehen ist, an was sie sich erinnert oder was sie empfunden hat. Ich frage natürlich nur nach, wenn ich merke, dass es für Frau Koch in Ordnung ist. Und ich beobachte immer, ob sie etwas zu meiner Frage sagen möchte, oder ob das nicht der Fall ist. Ich gehe nur so weit, wie Frau Koch es möchte. Kürzlich haben wir zum Beispiel über das Thema Schuld gesprochen. Nach einer gewissen Zeit haben Trauernde manchmal das Gefühl, nicht genug getan zu haben und fühlen sich schuldig. Näher betrachtet hat aber jeder in jedem Moment sein Möglichstes gegeben. Hätte er es anders gekonnt, hätte er es anders gemacht. Aber bis man das so sehen kann, braucht es seine Zeit.

Frau Koch, sprechen Sie innerhalb der Familie über den Tod Ihres Mannes?

Koch: Ich habe zwei Töchter, aber mit ihnen rede ich nicht über meine Trauer. Ich will sie nicht belasten, sie sind ja selbst betroffen. Also bin ich bei ihnen sehr vorsichtig, mit dem, was ich sage. Die Gespräche mit Frau Bott tun mir gut, weil ich mich wirklich einfach gehen lassen kann.

Bott: Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass in der Trauer Gespräche mit Perso-

* Name von der Redaktion geändert

Fortsetzung >

nen außerhalb der Familie sehr hilfreich sein können. Das war auch meine Motivation, mich zur Sterbe- und Trauerbegleiterin qualifizieren zu lassen. Letztendlich ist Trauer wichtig, wie sollten wir sonst mit dem Tod umgehen?

🔗 *Der Trauer kann man also mit Wohlwollen auch etwas Positives abgewinnen?*

Bott: Ja, wenn wir sie aus einem anderen Blickwinkel betrachten. Alle Gefühle wie Freude, Angst, Wut und Trauer sind in uns vorhanden und haben ihren Sinn. Im Grunde sind sie neutral, nur bewerten wir die letzten drei meistens negativ. Dabei hilft die natürliche Angst, Gefahren zu erkennen. Die Wut macht uns wiederum auf etwas aufmerksam, dass für uns nicht

in Ordnung ist. Und die Trauer brauchen wir zur Verarbeitung von Trennungen jeglicher Art. Ich halte es auch für gesund, diese Gefühle auszuleben – natürlich mit Rücksicht auf andere. Wenn man sie ständig unterdrückt, bleiben sie im Körper haften, und wir werden irgendwann krank.

Ehrenamtliche Verstärkung

Das Ambulante Hospiz Oberhausen freut sich darüber, die Absolventen des 16. Qualifizierungskurses als neue Sterbebegleiter begrüßen zu dürfen. Dreizehn Oberhausener nahmen seit Anfang 2015 an der Qualifizierung für Sterbebegleiter teil und unterstützen nun den Verein mit Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit.

Alle künftigen Sterbebegleiter setzen sich im Verlauf ihrer Qualifizierung nicht nur intensiv mit sich selbst auseinander, sondern auch mit der eigenen Einstellung zur Endlichkeit und der Verarbeitung von Verlusten. Dazu kommen das Verständnis und Einüben von kommunikativem Grundwissen, inklusive der nonverbalen Kommunikation. Zudem greift die Qualifizierung die Themen Sterbephasen, Pallia-

tive (lindernde) Medizin und Pflege, Patientenverfügung, Ethik, Trauerbegleitung, Dokumentation und Krankheitsbilder auf.

Die Einheiten finden zumeist abends oder an den Wochenenden statt, so dass auch berufstätige Menschen daran teilnehmen können. Der Vorbereitungskurs ist kostenfrei und wird auch 2016 erneut angeboten.



Impressum



Ambulantes Hospiz
Oberhausen e.V.

Ambulantes Hospiz Oberhausen e.V.
Marktstraße 165 | 46045 Oberhausen
Telefon: 0208. 810 11 10
E-Mail: kontakt@hospiz-oberhausen.de
www.hospiz-oberhausen.de

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 9.00 – 14.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Koordinatorinnen:

Nicole Peters, Petra Podubrin,
Rafaela Schmitz und Sabine Schrade

Sekretariat:

Ursula Schwark

Spendenkonto:

Volksbank Rhein-Ruhr
Kto: 43 49 90 0000, BLZ: 350 603 86
BIC GENODED1VRR
IBAN DE87 3506 0386 4349 9000 00
Sparkasse Oberhausen
Kto: 50 10 26 31, BLZ: 365 500 00
BIC WELADED1OBH
IBAN DE52 3655 0000 0050 1026 31

Realisierung www.wortlaut-pr.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen und schreiben in der zumeist kürzeren männlichen Sprachform. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten natürlich für beiderlei Geschlecht.

Ankündigungen/Termine

Frühstückstreff – jeweils von 9.30 bis 11.30 Uhr

Jeden 3. Mittwoch im Monat laden wir Sie herzlich zu einem geselligen Frühstück in unsere Geschäftsstelle in der Marktstraße ein.
Zusätzlich laden wir Fachleute ein, die zu einem Thema referieren.

20.01.2016 Düfte – ein Fest für die Sinne?

17.02.2016 Selbstbestimmt am Lebensende

16.03.2016 Achtsamkeit durch Vorsorgeuntersuchungen

13.04.2016 Rituale im Alltag und für den Alltag

18.05.2016 Krankenhauskeime – was steckt dahinter

15.06.2016 Die neue Krankenkassen-Karte, Möglichkeiten und Risiken

Gesprächsangebot

Jeden 2. und 4. Freitag findet von 15 – 17 Uhr ein HospizCafé statt.

Herzlich Willkommen sind alle Menschen, die sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer befassen. Sie haben die Möglichkeit mit Menschen ins Gespräch zu kommen, die ähnliches bewegt.

Das Café wird von erfahrenen Trauerbegleitern begleitet.