

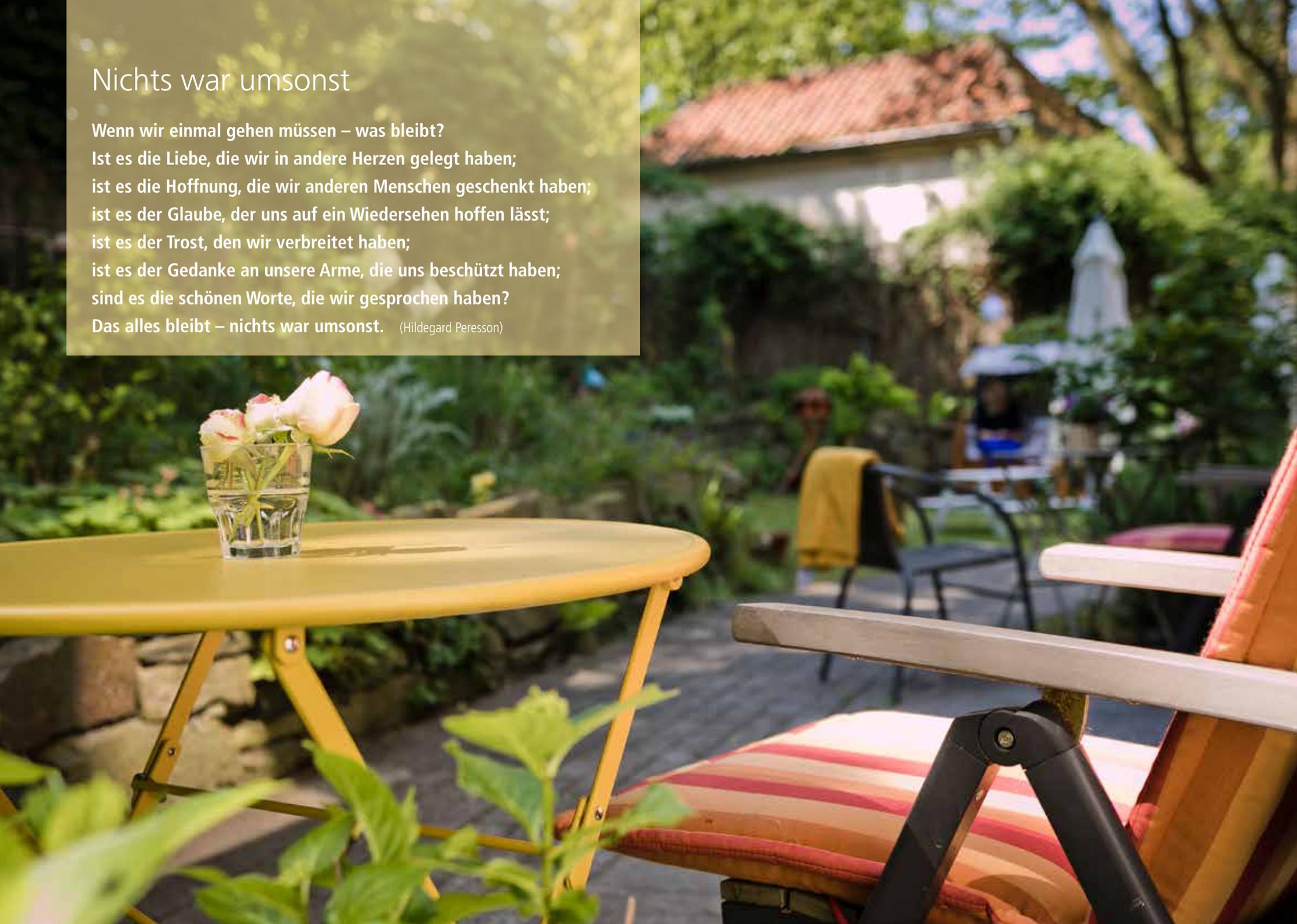


Hospiz
Am Ostpark



Nichts war umsonst

Wenn wir einmal gehen müssen – was bleibt?
Ist es die Liebe, die wir in andere Herzen gelegt haben;
ist es die Hoffnung, die wir anderen Menschen geschenkt haben;
ist es der Glaube, der uns auf ein Wiedersehen hoffen lässt;
ist es der Trost, den wir verbreitet haben;
ist es der Gedanke an unsere Arme, die uns beschützt haben;
sind es die schönen Worte, die wir gesprochen haben?
Das alles bleibt – nichts war umsonst. (Hildegard Peresson)



Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

liebe Kooperationspartner/Kooperationspartnerinnen, Freunde/Freundinnen und Förderer/Förderinnen der Hospizarbeit!

Mit den folgenden kurzen Zeilen hat die elf Jahre alte Lena den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eines Hospizes eine große Freude bereitet: „Liebes Hospiz, ich finde es toll, dass ihr euch so gut um meinen Papa kümmert. Anstatt mir von dem Geld etwas zu kaufen, möchte ich es an euch spenden. Danke, eure Lena.“ Ihrem Brief legte Lena einen Zehn-Euro-Schein bei.

Wie will ich sterben? Mit dieser Frage will sich wohl kaum jemand auseinandersetzen. Aber zum Leben gehört das Sterben dazu – eine Weisheit, die vielleicht nirgends deutlicher wird als im Hospiz. Die Worte der kleinen Lena sagen viel darüber aus, worum es im Hospiz geht. Es ist kein Ort, an dem die Menschen von morgens bis abends über den Tod philosophieren. Es geht vielmehr darum, den Menschen im Hospiz als Gast zu empfangen und das Leben so lebenswert wie möglich zu machen.

Eine liebevolle Zuwendung, das Vermitteln von Geborgenheit und eine an den Wünschen und Bedürfnissen eines unheilbar kranken Menschen orientierte Begleitung stehen im Mittelpunkt des Handelns. Die betroffenen Menschen und ihre An- und Zugehörigen werden mit ihren Ängsten und Nöten ernst

genommen und unterstützt. Mit dem Wissen, dass jeder Mensch einmalig ist, wird er auch im letzten Abschnitt seines Lebens in seiner Persönlichkeit geachtet. Begleitung im Sterben heißt Hilfe zum Leben, bis zuletzt.

Unser Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, allen, die sich ehrenamtlich in unserem Hospiz eingebracht und engagiert haben, sowie allen Menschen, die unser Hospiz fördern. Danke, liebes, großartiges Team unseres Hospizes Am Ostpark, dass ihr euch liebevoll um jeden Gast jetzt schon 20 Jahre gekümmert habt und dies weiterhin tun werdet.

Gott segne jeden Menschen, der in unserem Hospiz ein- und ausgeht!

Pastorin Verena Schmidt, Geschäftsführerin Bethel.regional
Mark Weigand, Geschäftsführer Bethel.regional



Pastorin Verena Schmidt



Mark Weigand



Leben, jetzt!

Selbstbestimmt leben und sterben

Zum Leben gehört die Selbstbestimmung eines jeden Menschen. Durch diese kann jeder Mensch das Leben und Sterben mit seiner bzw. ihrer eigenen Definition von Würde gestalten.

Für uns als ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeitende ist die Selbstbestimmung ein essenzieller Bestandteil der Arbeit im Hospiz Am Ostpark. Cornelia Büsing, Mitarbeiterin des Hospizes Am Ostpark beschreibt dies wunderbar in ihrem Erfahrungsbericht:

„Für mich bedeutet Hospizarbeit, eine Verbesserung der Lebensqualität der Menschen mittels palliativer Pflege zu ermöglichen und den Menschen mit Respekt vor ihrer Person zu begegnen. Jeder ist willkommen, egal mit welchem kulturellen, religiösen oder sozialen Hintergrund. Auch bedeutet es, den Alltag zu leben, Feste zu feiern, Fußball im großen Wohnzimmer zu schauen, gemeinsam lachen und weinen zu können. Dankbarkeit und Wertschätzung zu erhalten und zu sehen, dass Symptome gelindert werden können, hilft mir, mit herausfordernden Situationen umgehen zu können. Die Tage im Hospiz sind für die Gäste ihre letzte Lebenszeit. Ihre letzte Reise. Dies sollen sie als selbstbestimmt und würdevoll erleben, gemeinsam mit ihren An- und Zugehörigen.“

Mit einem multiprofessionellen Team aus ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden begleiten wir unsere Gäste und deren An- und Zugehörige auf den vier Ebenen des palliativen Gedankens. Diese umfassen die körperlichen, sozialen, psychischen und spirituellen Aspekte des Lebens. Diese vier Ebenen werden in Gänze und mit gleicher Gewichtung beachtet, um das Leben am Ende gemeinsam mit dem Gast und dessen An- und Zugehörigen mit Lebensqualität zu füllen.

Die Gestaltung des Lebens ist für unsere Gäste und deren An- und Zugehörigen in zehn freundlich sowie hell gestalteten Zimmern möglich.

Da die Hospizarbeit zu 95 Prozent durch die Kranken- und Pflegekasse finanziert wird, hat jeder Mensch ein Anrecht und die Möglichkeit, bei einer lebensverkürzenden Krankheit mit hohen Symptomlasten in einem stationären Hospiz sein Lebensende zu gestalten.

Die Hospizarbeit lebt von der Unterstützung der ehrenamtlichen Hospizbegleiter und Hospizbegleiterinnen, die ihre Zeit den Gästen und deren An- und Zugehörigen schenken sowie von der hauptamtlichen Begleitung durch ein multiprofessionelles Team. Dazu gehören die Pflegefachkräfte, Ärzte/Ärztinnen und ihre Praxen, die Therapeuten/Therapeutinnen, die lebensgestaltende Angebote machen, die Seelsorge und viele mehr.

Allen Mitarbeitenden, Helferinnen/Helfern, Wegbegleitern/Wegbegleiterinnen möchten wir auf diesem Weg für ihre tägliche Arbeit und Unterstützung im Hospiz Am Ostpark danken. Zudem möchten wir dem gezeiten Zentrum und dem Palliativ- und Hospiznetz für die langjährige gute Zusammenarbeit danken. Gemeinsam gestalten wir den Auftrag der Hospizbewegung, den Themen Sterben und Tod in der Gesellschaft einen Platz zu geben und diese zu enttabuisieren.

Den Förderern und Förderinnen sowie Freundinnen und Freunden der Hospizarbeit sei ebenfalls ein hoher Dank ausgesprochen für die finanzielle Unterstützung und somit Förderung unserer Arbeit. So kann sich das Hospiz immer weiter entwickeln und sich den Bedarfen und Bedürfnissen unserer Gäste und deren An- und Zugehörigen anpassen.

Janina Monka, Leitung Hospiz am Ostpark
Jana Goettner, stellv. Leitung Hospiz am Ostpark



Janina Monka



Jana Goettner

Zeitstrahl



2003

Das Hospiz
wird gebaut

Bezugsfertig





2013

10 Jahre Hospiz
Am Ostpark



2019

Umbau und Umzug in
die Mergelteichstraße



2023

(Weiter-)Entwicklung Hospiz Am Ostpark

2003 erfolgte die Grundsteinlegung des Hospizes Am Ostpark. Es ist das zweite Hospiz in Dortmund.

In den letzten 20 Jahren hat sich das Hospiz baulich sowie inhaltlich in einem ständigen Veränderungsprozess befunden. Dies zeigt der Zeitstrahl exemplarisch.

Die Bewegung in und an dem Hospiz ist ein Teil der gesamten Hospizarbeit, die sich mit dem Begriff „Hospizbewegung“ in der Gesellschaft verankert hat. Die einzige baulich feste Instanz ist und war die runde und asymmetrische Bauweise des Hauses, in der sich die stetige Bewegung widerspiegelt. Hier ist es uns möglich, gleichzeitig das Leben zu bejahen, zu verabschieden, Feste zu feiern und Menschen zu begleiten.

Raum und Würde

Der Hospiz-Umbau

Das Hospiz Am Ostpark war von Beginn an ein Haus, in dessen Räumen Ruhe, Geborgenheit und Friedlichkeit zu spüren und ein unangestregtes Verweilen möglich war. Die Begegnungen mit Mitarbeitenden, die Bilder, die sanfte Farbgebung und der präsenste Garten sowie hohe helle Fenster erschienen bodenständig und spirituell anregend zugleich. Dies wurde durch die besondere Bauform mit hohen Fluren, einer runden Außenwand und der Lage im gewachsenen Quartier wie auch die Ausrichtung der Gastzimmer nach Osten, Süden und Westen unterstützt. Das Tageslicht schien grün gefiltert durch die umstehenden hohen Platanenkronen und auf der Straße gegenüber waren gedämpft die Kinder der städtischen Kita zu hören.

Nötiger Umbau

Als dann im Jahr 2016 die baulichen Defizite immer stärker spürbar wurden, lag die Entscheidung nahe, das Haus und den Standort möglichst zu erhalten, aber grundlegend zu erweitern und umzubauen. Die spürbaren funktionalen Defizite bestanden in den zu geringen Raumgrößen der Gastzimmer, der Nutzung der Bäder durch jeweils Personen, der zum Teil schlecht angeordneten Lage von dienstlichen Räumen und Funktionsräumen und einer fehlenden Empfangssituation für Besucher, Angehörige und Interessierte. Dadurch entstanden Störungen, Geräusche, unangenehme Begegnungen, also Erschwerung der pflegerischen Hilfen und Verlust an Zeit für die alltägliche Begleitung der Gäste.

Hinzu kamen neben den funktionalen Defiziten auch die gesellschaftlichen Veränderungen, die zu einer größeren kulturellen Vielfalt, einer größeren Bandbreite an beteiligten Generationen

wie auch Krankheitsbildern geführt haben. Insofern gewann die notwendige Rückzugsmöglichkeit vor einer Gemeinschaft auf Zeit an Bedeutung. Demgegenüber mag es in früheren Jahren eher motiviert gewesen sein, durch ein Gefühl der Gemeinschaft im gemeinsamen Wohnzimmer, gemeinsame Mahlzeiten in der Küche und Begegnungen im Garten Trost und Beistand zu finden.

Würdevolle Gestaltung

Die vorhandene Farbgebung, die Materialität der Einrichtung und auch die Abstimmung von Tageslicht und Kunstlicht erschienen etwas angestaubt und sollten ebenso wie der Grundriss überdacht oder neu gedacht werden. In einem gemeinschaftlichen Prozess der Planung und Abstimmung unter kundiger Führung wurde schnell deutlich, dass neben den klaren funktionalen Anforderungen die emotionale und zwischenmenschliche Dimension der Gestaltung einen großen Raum einnehmen würde. So war es folgerichtig, dass neben dem Begriff der Qualität und Funktion die Würde des Gastes, der An- und Zugehörigen sowie die Würde der Pflegenden und Begleitenden zum Maßstab für Ideen und Entscheidungen wurden.

Würde bedeutet die Achtung vor der Individualität, die Hinwendung zum Verstehen anstelle voreiligen Wissens. Würde bedeutet die Akzeptanz von Bedürfnissen, das Recht, frei von Schmerzen zu sein, das Recht auf Zuhören, dass Alles ganz schrecklich und Alles in Ordnung sein darf.

Neugestaltung auf vielen Ebenen

Das Gastzimmer sollte so funktional wie möglich mit Einbaumöbeln ausgestattet werden, sodass im Falle der Pflege oder Begleitung alle Materialien und Hilfsmittel verfügbar und erreichbar sein sollten, ohne im Raum sichtbar zu werden. Ein Hin- und Herlaufen der Pflegenden sollte weitgehend vermieden werden. Die Farbgebung samt Wand- und Deckengestaltung sollte hell und warm sein, ohne eine eigene erkennbare Farbwirkung zu haben. Neben dem großen bodentiefen Fenster mit separatem türbreiten Öffnungsflügel wurde ein weiteres kleineres Fenster gegenüber dem Bett in die Außenwand



geschnitten, damit Tageslicht und Sichtkontakt auf Wunsch verändert werden können, die große Weite oder die kleine Verbindung nach außen in einem geschützten Raum erlebbar werden. Mit LED-Streifen wurde akzentuiertes Kunstlicht mit Tageslichtcharakter verdeckt als Leselicht eingebaut oder als Nachtlicht dezent eingesetzt, um für den Gang in der Nacht auf die Deckenleuchte verzichten zu können. Wandflächen und Wandborde sollen es nun ermöglichen, mit eigenen Bildern und Motive, Farbe oder Inspiration in das Wohnzimmer zu bringen. Der Vorflur, parallel zum Bad, schafft einen Distanzraum zwischen dem Bett, dem Sessel, dem Tisch und den Aktivitäten auf den Fluren. Diensträume und Funktionsräume wurden neu strukturiert, sodass sowohl konzentriertes Arbeiten in Büros als auch hauswirtschaftliche Arbeiten wenig störend im Alltag wahrzunehmen sind. Der Gemeinschaftswohnraum im Obergeschoss wurde etwas verkleinert, erhielt dadurch aber eine zusätzliche Nische mit Sofa in der Raumerweiterung zum Garten. So findet man nun auch hier eine Rückzugsmöglichkeit außerhalb des Gastzimmers.

Garten in der dritten Dimension

Durch die Erweiterung des Gebäudes und Veränderung der Gartenfassade ist es nun möglich, im Erdgeschoss mit dem Bett in den Garten zu fahren. Da die Gesamtfläche des Gartens dadurch kleiner wurde, entstand der Gedanke, den Garten in die dritte Dimension zu erweitern und höher liegende Gartenbereiche sowie Inseln zu schaffen. Dadurch ist auch der Garten bunter und vielfältiger geworden.

Nach wie vor ist es für einen Außenstehenden kaum zu begreifen, in welchem Umfang täglich Koordinierungsaufgaben, Verwaltungsvorgänge und hauswirtschaftliche Leistungen in dem Haus erbracht werden, ohne dass es in der Ruhe und Aufgeräumtheit der Atmosphäre dieses Hauses spürbar wird. Ein sehr hohes Maß an Funktionalität der Räume und der Arbeitsweisen ist also nötig, um neben der baulichen Gestaltung einen Ort der Achtung und Würde zu schaffen, wie es das Hospiz Am Ostpark darstellt.

[Armin Nedden]



A bright, modern guest room with a large window, a bed with yellow linens, and a small table with a chair. The room is well-lit and features a large window with white curtains. A bed with yellow linens is in the foreground, and a small table with a chair is near the window. A television is mounted on the wall to the left. The room is clean and inviting.

Die Würde ist für uns alle ein essenzieller Bestandteil des Lebens. Um die Würde zu erleben, benötigt es die Selbstbestimmung, das eigene Leben nach den Werten und Normen, die uns geprägt haben und prägen, zu gestalten.

Daher war uns die Gestaltung der Gästezimmer im Hospiz Am Ostpark ein wichtiges Anliegen. Wir haben besonderen Wert auf dezente, aber fröhliche Farben gelegt sowie auf die Mitbestimmungsmöglichkeit der Gäste geachtet. Beispielsweise kann die Bettposition selbstbestimmt im Raum gewählt werden, um Freiheit, Geborgenheit oder Sicherheit zu erfahren.



Es war und ist uns sehr wichtig, auch die Gemeinschaftsräume in dezenten, aber fröhlichen Farben zu gestalten, sodass Gäste, Mitarbeitende, An- und Zugehörige, Ehrenamtliche sowie Besucher und Besucherinnen jederzeit herzlich empfangen werden und von Freundlichkeit umgeben sind.

Die Würde spiegelt sich in uns als Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im täglichen Tun wieder. Das tägliche Miteinander ist geprägt durch Individualität sowie Lachen und Humor.

Der Sinnes- und Duftgarten am Hospiz Am Ostpark

„Es ist so angenehm, die
Natur und sich selbst in
sanfter Wechselwirkung
miteinander ins Gleichge-
wicht zu bringen.“

Johann Wolfgang von Goethe

Nach dem Umbau des Hospizes Am Ostpark und der Rückkehr im Jahr 2019 an den alten Standort in die Von-der-Tann-Straße, war vieles nicht mehr, wie es vorher war.

Wir mussten feststellen, dass vom alten Garten kaum etwas übrig geblieben war. Noch mit der Inneneinrichtung und der Organisation der neuen Räume beschäftigt, traute ich mich gar nicht, nach draußen zu schauen!

Wo sich sonst große Bauernhortensien breitmachten, grinste mich jetzt ein kleiner gelber Bagger auf einem Haufen Bauschutt an und erschreckte mich. Schon früher war der Garten auch meine Kraftquelle. Bei schwierigen bzw. herausfordernden Begleitungen ging mein Blick kurz in den Garten, um mich neu zu erden. Und diese Kraftquelle musste es wieder geben – für uns alle.

Ein neuer Sinnes- und Duftgarten

So entstand die Idee, einen Sinnes- und Duftgarten anzulegen. Ein naturnaher Garten sollte unseren Gästen und Zugehörigen ein Ort der Ruhe, Entspannung

und Inspiration sein, ein Ort, der Erinnerungen weckt und die Jahreszeiten erlebbar macht. Dabei wollten wir nachhaltig arbeiten, d.h. auf chemische Mittel verzichten und durch Pflanzenvielfalt die Ansiedlung von Insekten und Kleintieren wie Eichhörnchen und Igel fördern.

Mit Unterstützung der Gartenarchitektin Anja Maubach wurde ein Pflanzenkonzept erstellt. Dieses ergab sich nicht als ausreichend und so ergänzten wir den Pflanzenplan durch viele weitere Duftstauden und -sträucher. Jeder Gartennutzer bzw. jede Gartennutzerin sollte einfach Freude beim Anblick der Pflanzen haben können. Aber auch kleine Gartenaccessoires sollten den Betrachter zum Verweilen einladen.

Die Lage des Hospiz-Gartens

Der Garten des Hospizes Am Ostpark ist ein Kleinod mitten im Osten von Dortmund. Er umschließt das Hospizgebäude an drei Seiten. Der Garten ist etwa 600 Quadratmeter groß und grenzt zu einer Seite an das Haus Von-der-Tann-Straße von Bethel.regional, an einer weiteren Seite an die Straße und an der dritten Seite an eine stillgelegte S-Bahn-Trasse.





Das Anlegen des Gartens

Im ersten Sommer nach dem Hospiz-Umzug habe ich viel Freizeit im Hospiz-Garten verbracht. Der frühere Kollege Joachim Zamponi und zwei Mitarbeiter aus dem Ehrenamt haben uns die Kräuterbeete zwischen den EG-Zimmern mit Rosmarin, Salbei und Lavendel bepflanzt.

Das Anlegen des großen Staudenbeetes wurde durch schlechte Bodenverhältnisse erschwert, da der Bauschutt nicht abgetragen worden war und nur wenig Muttererde aufgefüllt wurde.

Mit meiner Kollegin Heike Kranz habe ich im Dauerregen die schönsten Duftrosen und Duftstauden gekauft. Damit die Blüten nicht gleich verregnet wurden, haben wir alle Pflanzen zunächst in den Wintergarten gebracht. Dort saß Frau R. im Pflegestuhl, umrahmt von Blumen, und rauchte. Sie hatte große Freude an der Aktion. Frau R., gelernte Floristin, führte vor ihrer Erkrankung selber zwanzig Jahre einen Blumenladen. Sie suchte sich eine Rose aus, die nach Erdbeeren duftete. Diese Rose sollte in das Beet vor ihrer Terrasse eingepflanzt werden.

Ein Gemeinschaftsprojekt

Zwei Tage später war es soweit. Mit unserer Leitung, Janina Monka, und weiteren interessierten Kolleginnen und Kollegen haben wir gebuddelt, gepflanzt und gesät. Dabei haben uns viele Gäste begleitet und das Wirken mit großem Interesse verfolgt. Die ganze Aktion wurde noch von unserer ehrenamtlichen Kollegin Christine Andrea mit Livemusik am Klavier unterstützt. Alle Teilnehmenden hatten viel Freude an diesem Nachmittag.

Für mich war das Anlegen des Gartens von der Planung bis zur Durchführung und darüber hinaus eine einzigartige Zeit. Ich habe unglaublich intensive Momente mit unseren Gästen und ihren Zugehörigen erlebt, in denen ich eine andere Ebene als die zwischen Gast und Pfleger erfahren durfte. Manche Gäste hatten Pflgetipps für die Blumen und Anregungen. Sie äußerten Wün-

sche, was vor ihre Terrasse gepflanzt werden soll. Eine Bewohnerin äußerte den Wunsch, eigenständig ein Hochbeet Hegen und versorgen zu wollen. Es gab einen Gast, der im Rollstuhl sitzend geholfen hat, die Rosenspaliere zu bauen. Eine junge Patientin hat uns beim Schneiden der Obststräucher unterstützt und war stolz, das noch geschafft zu haben.

Selbst unsere Gäste mit einem Hirntumor, Hirnmetastasen oder Demenz im fortgeschrittenen Stadium, die keine Erinnerung mehr an ihre eigenen Familienmitglieder haben, fühlen sich geborgen und sicher in der Natur. Die in manchen Phasen der Krankheit auftretende Unruhe wird deutlich gemildert, weil ein Garten für jeden Menschen einen so nachhaltigen Wiedererkennungswert besitzt, dass Ängste abgebaut werden und mehr Ruhe einkehrt.

Raum für Kommunikation, Meditation und Trauer

Einige der Gäste und Zugehörigen, aber auch Kolleginnen und Kollegen, denen der Garten bisher ganz fremd gewesen war, erkundigten sich immer wieder nach Pflanzennamen und waren erstaunt über die Intensität des Duftes der Rosen und Kräuter. Selbst unsere Ärztinnen und Ärzte, die oft in Eile sind, nehmen jetzt den Garten bewusst zur Kenntnis und halten für einen Moment inne. Vom Frühjahr bis Anfang November wird der Garten von unseren Gästen und ihren Zugehörigen genutzt. Besonders Menschen mit Luftnot genießen den Aufenthalt in der Natur.

Zu Fuß, mit dem Rollstuhl oder im Bett können sie in den Garten gelangen. Jedes Gästezimmer im Erdgeschoss hat eine eigene kleine Terrasse mit Sitzgelegenheit und Sonnenschirm. Die Terrassen sind bewusst nicht extra abgeteilt zum Nachbarn, damit ein freier Blick auf den Garten bewahrt ist und untereinander der Austausch ermöglicht und gefördert wird. Die Gäste, die im Obergeschoss wohnen, haben die Möglichkeit, den Balkon oben oder die Terrasse unten vorm Gartenhaus zu nutzen.



*„Von der Erde bist
du genommen und
zur Erde kehrst du
zurück.“*

(Bibel, Genesis 3:19)

Außerdem stehen ihnen und ihren An- und Zugehörigen viele Sitzgelegenheiten im Garten zur Verfügung, wie zum Beispiel ein Strandkorb oder eine Bank oder Sitzgelegenheiten unterm Rosenspalier.

Viele Hospiz-Feste finden im Laufe des Jahres im Garten statt:

- das große Sommerfest im August,
- Wintergrillen im Advent,
- der Bläserchor zu Weihnachten
- Chorauftritte im Sommer
- Grillnachmittage an den Wochenenden.

Einige Angehörige und Zugehörige, die als Dank und zur Erinnerung eine Pflanze gespendet haben, kommen regelmäßig den Garten besuchen, um einen Ort zum Erinnern und Trauern zu haben. Besonders Hinterbliebene, bei denen es aufgrund von Corona-Einschränkungen oder aufgrund einer Bestattung durch das Ordnungsamt nicht möglich war, in Ruhe und im Beisein Abschied zu nehmen.

Das Gartenjahr

Viele Stauden und Rosen benötigen schon bald Pflanzenstützen und Spaliere. Nicht alle Pflanzen überlebten den kalten Winter und so musste im Frühjahr so manches neu gepflanzt werden. Um den Garten winterfest zu machen, braucht es Kokosmatten und Schutzfolien. Der Garten wächst und entwickelt sich und es macht große Freude, dies mitgestalten und erleben zu dürfen. Zur Erhaltung des Gartens benötigen wir helfende Hände, die etwas vom Gärtnern verstehen, und finanzielle Mittel. Damit dieser Garten wächst und bestehen bleiben kann, haben wir aktuell eine neue Bewässerungsanlage beauftragt. Da wir auf Nachhaltigkeit setzen, soll Regenwasser dafür genutzt werden.

[Ein Erlebnisbericht von Claudia Riedel]



Der köstliche Duft des Auflaufs verbreitet sich von der Küche aus in den hellen Fluren. Sechs Gäste und ein Ehemann freuen sich auf den Auflauf von Katja Will. Es erinnere sie an zu Hause, erzählt mir die Ehrenamtliche, die mit Herz und Kreativität jeden Dienstag im Hospiz Am Ostpark ein frisches Mittagessen kocht – auf Wunsch auch ein Leibgericht.

Das Zuhause – ein Ort, den die Hospiz-Gäste für immer verlassen haben. Weil sie mit ihren Schmerzen und den Begleiterscheinungen ihrer Erkrankung nicht mehr daheim versorgt werden können. Das Hospiz heißt sie freundlich willkommen. Hier werden sie und ihre An- und Zugehörigen aufgefangen, versorgt und umsorgt – von den Mitarbeitenden wie den Ehrenamtlichen. Sie wisse, dass sie das Sterben nicht verhindern könne, aber sie könne die letzten Tage bunter machen, beschreibt Katja Will mit einem Lächeln den Antrieb, mit dem sie seit 19 Jahren die Mitarbeitenden zweimal wöchentlich unterstützt. Die hellen Räume und freundlichen Farben in den Räumen auf beiden Etagen des Hospizes Am Ostpark vertreiben sofort meine düsteren Vorstellungen von Sterben und Tod. Hier bekommen die Menschen in einem heimeligen Am-

v. Bodelschwingshache Stiftungen Bethel
Bethel.regional

Hospiz Am Ostpark



Ein Stück Zuhause

Ein Blick von außen

biente das, was sie auf ihrem letzten Weg brauchen und wünschen: von der Pflege, palliativmedizinischen Versorgung über Zuwendung und Gespräche, Mal- und Musikangebote bis hin zu Grillabenden auf der Terrasse oder Film- und Fernsehnachmittagen – auch mit den An- und Zugehörigen. Dortmund ist eine Fußballstadt: Wenn der BVB spielt, werden auch die Betten ins große Wohnzimmer geschoben.

Menschen aller Nationalitäten, Konfessionen und sozialen Schichten werden hier vorurteilsfrei so angenommen, wie sie sind. Sie sollen hier am Ende ihres Lebens so leben können wie bisher.

In ihren Zimmern sind viele Gäste umgeben von Bildern aus glücklichen Tagen: Fotos zeigen Kinder, Enkelkinder, Urlaubsbilder. Auch Blumen vom letzten Besuch stehen auf dem Tisch. Besucherinnen und Besucher sind im Hospiz stets willkommen – zu jeder Zeit. An- und Zugehörige können auch mit im Zimmer schlafen oder in einem eigenen Zimmer.

Ein Gast wartet auf seine Frau. Er möchte mit ihr auf der Terrasse direkt vor seinem Zimmer die Sonnenstrahlen genießen. Mitten in der Stadt ist das Hospiz selbst eine grüne Oase umgeben von Bäumen und Sträuchern. Der kleine Garten mit Strandkorb und Grill wird von einer Ehrenamtlichen gepflegt und von den Gästen gerne genutzt. Er sei hier sehr gut aufgehoben,

sagt mir der Mann dankbar. Selbst als er noch einmal zu seinem Friseur in die Innenstadt wollte, habe eine Ehrenamtliche diesen Ausflug ermöglicht und begleitet. Die Endlichkeit seines Lebens hat er akzeptiert, sie macht ihm keine Angst: Aber er fürchtet die Schmerzen auf dem Weg dorthin. Er möchte so wenig wie möglich leiden.

Dafür sorgen die Palliativmediziner und -medizinerinnen, die einmal pro Woche und nach Bedarf zu den Gästen ins Hospiz kommen. Pflegerin Cornelia Büsing ist seit sieben Jahren im Hospiz Am Ostpark tätig. Hier habe sie, anders als im Krankenhaus, Zeit für Sterbende und deren Schmerzen und Ängste. Hier könne sie den Menschen neben der Pflege das geben, was sie brauchen. In seltenen Fällen stabilisieren sich die Gäste, sodass sie wieder zu Hause oder im Altenheim gepflegt werden können. Auch dabei steht das Hospiz den An- und Zugehörigen beratend und helfend zur Seite.

Stirbt ein Gast im Hospiz, brennt im geweihten Foyer eine Kerze für ihn. Die Angehörigen trauern sehr unterschiedlich, beobachten die Hospizmitarbeiterinnen und -mitarbeiter. Muslime und Musliminnen trauern sofort und klagend, Sinti und Roma mit vielen Menschen und auch Kindern Afrikaner und Afrikanerinnen feiern den Verstorbenen mit Trommeln in bunten Gewändern und Deutsche neigten dazu, Tod und Trauer zu verdrängen. Nach dem christlichen Selbstverständnis des Hospizes Am Ostpark darf hier jede Kultur, jede Religion die eigene Spiritualität ausleben.

Mit Musik, Kerzen, Rosen und einem Imbiss gedenken die An- und Zugehörigen bei einer Erinnerungsfeier gemeinsam an die Verstorbenen der letzten drei Monate. Auf einer kleinen Kommode im großen Wohnzimmer liegt das

Erinnerungsbuch mit Namen, Fotos oder persönlichen Worten zum Andenken an die verstorbenen Eltern, Partner, Freunde und manchmal auch Kinder im frühen Erwachsenenalter. Wenn junge Menschen sterben, junge Mütter und Väter, stoßen auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hospizes an ihre emotionalen Grenzen, da weinen auch sie mit den An- und Zugehörigen.

Anders als Erwachsene gingen kleine Kinder noch vorurteilsfrei mit dem Tod um, erzählt Cornelia Büsing. Kindern und Jugendlichen helfe es, wenn die Eltern sie teilhaben lassen an der todbringenden Krankheit und das gemeinsam verarbeiten.

Auch Tom Vogt waren die Themen Sterben und Tod zu Beginn seines Betheljahres völlig fremd. „Hier wird man geerdet“, sagt der 19-jährige Bochumer. Nach seinem Abi hatte er sich in unterschiedlichen sozialen Einrichtungen beworben. Doch der menschliche Umgang mit ihm bei Bethel hat ihn überzeugt. Er schätzt die Dankbarkeit und das Vertrauen der Hospiz-Gäste. In seinem Freiwilligen Sozialen Jahr habe er erfahren, was es bedeutet, zu pflegen und zu begleiten. Und dass es Fragen ohne Antworten gibt. Er könne heute besser mit menschlichen Berührungen und Situationen umgehen, die überfordern. Und sich mit anderen Menschen über die großen und kleinen Dinge des Lebens freuen: über die Geburt des Enkelkinds oder über das Leibgericht, das Katja extra für einen Gast gekocht hat. Dessen Duft jetzt so köstlich durch die Flure des Hospizes Am Ostpark zieht. Den sieben Gästen, die dies heute gemeinsam am Küchentisch genießen, bringt es ein Stück Zuhause zurück.

[Sabine Raupach-Strohm, Journalistin]

Was macht den ehrenamtlichen Dienst im Hospiz für mich wertvoll?

Thomas Weise,

2 1/2 Jahre im Hospizdienst

Das Gefühl, Menschen, die sich in einer extremen Ausnahmesituation befinden, ein kleines Stück weit weiterhelfen zu können. Bei dem ehrenamtlichen Dienst im Hospiz gibt es aber nicht nur Tränen und Trauer, sondern durchaus auch schöne und positive Momente. Oft auch ein positives Feedback von Gästen und Zugehörigen. Auch, wenn man im Dienst viel Schmerz und Leid hört und sieht, ist es erfüllend, Teil eines Teams zu sein, das sich bemüht, den Gästen möglichst angenehme letzte Tage und Wochen zu bereiten und ihnen ein Sterben in Würde zu ermöglichen.

Katja Will,

seit 19 Jahren im Hospizdienst

Meine wichtigste Inspiration ist es, den Menschen ihre letzten Meter so bunt wie möglich zu machen.

Helga Windgassen,

seit 20 Jahren im Hospizdienst

Hospiz ist weniger ein Ort als eine Idee. Hospiz ist ein Angebot zu einem erfüllten Leben auf der letzten Wegstrecke. Dabei steht der Mensch mit seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Respekt vor seinem Willen ist für mich Voraussetzung für eine gute Begleitung.

Katja Subellok,

seit 4 Jahren im Hospizdienst

Hospiz ist nicht nur ein Raum zum Sterben. Hospiz ist eine Form des unmittelbaren (Er-)Lebens: Leben – jetzt! Wenn auch das Hier und Jetzt wegen seiner inflationären Verwendung abgenutzt erscheint. Im Hospiz wird dieses Prinzip lebendig. Jeder Moment der Begegnung zählt als Lebensmoment!

Uli Elischewski,

seit 5 Jahren im Hospizdienst

Meine persönliche Erfahrung in der Rehaklinik brachte mich zur Hospizarbeit. Die dort erlebte Art der Zuwendung kann ich nun wiederum im Hospiz weitergeben. Es ist ein beständiger Austausch von Nehmen und Geben.

Peter Brockmann,

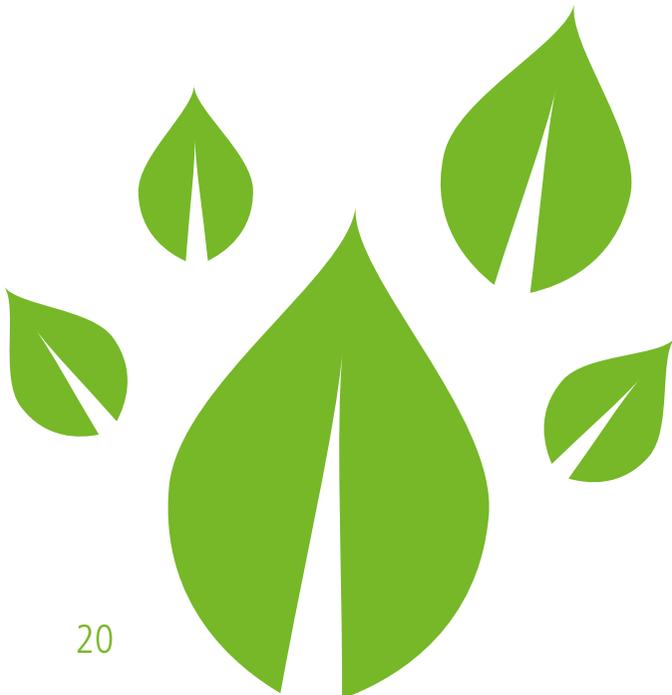
seit 16 Jahren im Hospizdienst

Immer komme ich gerne zum Hospizdienst und meistens gehe ich wieder in noch besserer Stimmung. Mich flexibel zur Verfügung zu stellen für das, was im Haus gerade ansteht, so verstehe ich mein Ehrenamt. Dabei Teil eines ganzheitlichen Betreuungssystems oder eines Teams zu sein, macht die Arbeit noch wertvoller.



Letzte Worte und Begegnungen

Eine Sammlung tröstender, hoffnungsvoller, spiritueller Momente und Situationen in der Begleitung der Gäste und ihrer Angehörigen



Abflug und Umsteigen

Fr. F.: „Ich mache jetzt einen Abflug!“

Ich: „Soll ich Ihre Eltern anrufen? Was brauchen Sie für Ihre Reise?“

Fr. F.: „Nein, Nicole, das erledigen wir beide alleine – zusammen!“

Muss ich eigentlich umsteigen?“

Ich: „Nein, das ist ein Direktflug. Ich bleibe bei Ihnen und passe auf, dass Sie den richtigen Flieger nehmen.“

Fr. F.: „Das weiß ich, schön, dass Sie da sind.“

Ich: „Wäre es nicht gut, sich von Ihren Eltern zu verabschieden, wenn Sie Ihre Reise antreten?“

Fr. F.: „Ja, das wäre schön. Rufen Sie an?“

Rosenduft in Zimmer 7

Der ganze Raum ist erfüllt von einem zarten Rosenduft. Ein großer Strauß langstieliger, dunkelroter Rosen. Die Stehlampe verbreitet warmes Licht. Die Atmosphäre ist ruhig, fast feierlich.

Frau Z. liegt ruhig und unbewegt auf ihrem Bett; es ist nicht zu erkennen, was sie wahrnimmt. Herr P., ihr Partner, erzählt: „Wir haben uns vor ... Jahren im Laufsteg kennengelernt. Sie stand da mit einer Freundin. Ich fragte sie, ob sie mit mir tanzen würde. Sie schaute mich von oben bis unten an, dann sagte sie: Ja. Wir haben dann zusammen getanzt und nie wieder damit aufgehört. Das Tanzkleid und die Tanzschuhe für die letzte Reise liegen schon im Schrank bereit.“

02

„Guck mal: Da hat sie mir einfach die Wäsche gewaschen! Ihr seid alle so lieb! Ich könnte euch alle umarmen, so!!!“ Herr K. macht eine Geste mit weit geöffneten Armen, als wolle er die ganze Welt umarmen.

Ein Traum wird wahr

Ein junger Mann zieht bei uns ein, viel zu jung (18 Jahre) und dazu komplizierte Familienverhältnisse. Wir mussten uns alle annähern. Viele Gespräche, einfach nur Gesten, ein kleines Lächeln, das Wertschätzen jedes einzelnen Familienmitgliedes brachen jegliche Barrieren. Es begann eine schöne sowie schwierige Begleitung. Bald wurden wir morgens mit einem Lächeln von D. empfangen. D. war absoluter BVB-Fan. Sein Zimmer erstrahlte nur so von BVB-Artikeln. „Ich möchte so gerne noch einmal zu einem Spiel ins Stadion“, dies war Ds. größter Wunsch.

Es wurde Kontakt mit dem BVB aufgenommen. Schnell war klar: Dieser Wunsch kann und wird erfüllt werden. Ein Kollege begleitete D. zum Spiel. Leuchtende Augen kamen zurück ins Hospiz. D. hielt ein Trikot in der Hand mit allen Unterschriften der Spieler: „Schaut mal, in diesem Trikot möchte ich meine letzte Reise antreten!“

Meine Kinder kommen gleich

Frau K., 43 Jahre, erzählt mir, wie traurig sie ist, sterben zu müssen. „Meine beiden Jungs (7 und 11 Jahre) sind doch noch so klein. Ich würde doch so gerne ihren Lebensweg begleiten.“ Es fließen viele Tränen. Ich höre zu und halte ihre Hand. Frau K. wischt sich die Tränen weg. „Gleich kommen meine Jungs. Sie sollen mich nicht so sehen.“ Die Zimmertür springt auf, zwei fröhliche Jungs laufen herein mit vollen Taschen im Arm. „Wir wollen gleich mit Mama essen!“ Ich: „Toll, dann lasst uns gemeinsam ein kleines Restaurant bauen!“ „Oh, ja!“ Die Jungs sprudeln vor Begeisterung.

Wir gestalten das Zimmer um. Es entsteht ein kleines, gemütliches Restaurant. Alles wird so geschoben, dass Frau K. mittendrin steht mit dem Bett. Der Raum entfaltet eine schöne Atmosphäre. Man vergisst einen Augenblick die Wirklichkeit. Frau K. strahlt: „Danke, diesen Moment werde ich immer in meinem Herzen behalten.“





Sechzehn Minuten

Sonntagabend saß er bei mildem Wetter im Rollstuhl zwischen den Stauden vor der Tür des Hospizes und hatte die Trommel neben sich auf die Bank gelegt. Seine Trommel! Darüber kamen wir in ein Gespräch. Es gebe ein Musikstück, in dem der Trommler mit der Präzision eines Uhrwerks 16 oder 17 Minuten lang den immer gleichen Rhythmus durchhalten muss. Echt? Das konnte er nicht so wirklich glauben.

Also nahm ich am Mittwoch Ravels „Bolero“ mit. Ich hatte Dienst, es gab noch neun andere Gäste im Haus, wir verabredeten uns für 10.30 Uhr vor der Stereoanlage. Er kam zu Fuß aus seinem Krankenzimmer, die Wirbelsäule unter 45° gebeugt. Aufrichten konnte er sich nicht, er schob den Rollstuhl mühevoll vor sich her, denn auf dem lag ja die Trommel. Und er war entschlossen, die Herausforderung anzunehmen und den angesagten Rhythmus mitzutrommeln!

Der Krebs in seinem Gehirn hatte auch die Feinmotorik seiner rechten Hand schon geschädigt. Es war zu sehen gewesen, als er versucht hatte, sich ein Brötchen zu streichen. Und jetzt ein Versuch mit diesem komplizierten Rhythmus?

Klar ging das schief. Erst mal. Sergej, der Kämpfer, pfuschte sich durch die Takte, schimpfte cholerisch auf seine Hände, brachte alles Mögliche an Geräuschen zustande, traf daneben, sang das Thema mit. Und dann, in der 11. Minute, hatte er es getroffen und trommelte sich lachend zum aufschwellenden Finale durch. Hatte mindestens 16 Minuten lang nicht an seine Zukunft und das, was ihm bevorstand, gedacht. Zog aus dem Kram auf dem Rollstuhlsitz eine Banane hervor und schenkte sie mir.

Das wäre drei Wochen zuvor noch nicht passiert. Denn als ich sein Zimmer im Hospiz zum ersten Mal betreten hatte, lag nicht er im Pflegebett, sondern eine große Stehlampe. Der hatte er den Schirm abgeschraubt; außerdem sollte das schwere Ding fünf Meter weiter in den Erker verstellt werden, von mir, für die die Lampe kaum zu heben war. Noch dazu lag quer über dem Boden ein Elektrokabel. Also zog ich den Stecker. Ein Schrei voller Wut: „Jetzt sind alle meine Daten weg!“ Aber ein Laptop hat einen Akku. Nichts war passiert. Und Sergej kriegte sich wieder ein, als ich ihm frische Brötchen vom Bäcker holte.

Dass mit seinem Kopf etwas nicht stimmte, hatte er am Bau in 60 Metern Höhe gemerkt, als ihm bei der Arbeit schwindelig wurde. Über die Qualen aller Therapien vor diesem Umzug ins allerletzte Zuhause: von ihm selbst kein Wort. Nur ein paar Worte in seinem Deutschrussisch: „So viel kannst du machen in Technik. Bei Krankheit nicht. Krankheit scheiße.“

Und er plädiert für eine weitere musikalische Sitzung. Das beschert mir Kopferbrechen. Es muss Musik sein, die ihm die wichtige selbstvergessene Hingabe an den Rhythmus ermöglicht. Ich bin musikalischer Laie. Und Sergej könnte mein Sohn sein. Die Musik seiner Generation fehlt in meiner Sammlung. Ich brüte einen Samstagnachmittag lang über und zwischen meinen häuslichen Klangbeispielen. Ich kann nicht wissen, was bei ihm ankommt. Außerdem war der „Bolero“ für seine rechte Hand zu schwierig. Ein Risiko, das sich als Glücksgriff erweist: ein sinfonisches Allegretto. Eine einfache, prägnante Struktur, nicht zu schnell. Sergej trommelt leise, versunken, gelöst, lächelnd. Schön! Findet er. Was war das? Das war der 2. Satz aus der 7. Sinfonie Beethovens! Nein! Echt? Stolz!

Als ich gehe, hält er mir beide Hände entgegen. Meine Wange fühlt an seinem therapiekahlen Kopf, der kalt und schweißnass ist, wie sehr ihn eine ganze Stunde Konzentration angestrengt hat. „Wann sind Sie wieder hier“, fragt er in sachlichem Ton. Was hat noch der Fuchs zu dem kleinen Prinzen gesagt, als der ihm das Wesen freundschaftlicher Nähe erklärt: Du bist zeitlebens verantwortlich für das, was du dir vertraut gemacht hast. Zeitlebens. Mein Leben lang oder seins? Das wird absehbar nicht lange sein.

Es ist aus mehreren Gründen unprofessionell, Nahrungsmittel zu essen, die aus einem Krankenzimmer kommen. Sergejs Geschenk, die schon bräunliche Banane, habe ich gegessen. Trotzdem!

Glücksbringer

Herr Z. teilte sein Pflegebett mit Flachzange, Seitenschneider, Schnitzmesser und Klebepistole. Schließlich hatte er sein Werkzeug sein ganzes Leben lang immer bei sich gehabt. Hatte immer gerne für die Schulkinder in seinem Stadtteil die Tierfiguren gebastelt, die sie von der kargen Wiese gegenüber nicht kennen konnten. Ob ich auch eins möchte?

Und so erzählte ich ihm von meiner Enkeltochter, der angehenden Lehrerin, der gerade 29 Grundschul Kinder in einem prekären Stadtteil anvertraut worden waren. Als Erkennungstier und Glücksbringer hatten die Kinder sich eine Giraffe erwählt. Die kannten sie aus dem Bilderbuch. Und aus dem Zoo.

Mit seinem ersten Giraffenentwurf war Herr Z. unzufrieden. Der Hals zu kurz. Die Beine zu dick. Aber nach drei Tagen war Cora geboren, schön geformt aus vielen Schichten brauner Pappe, die seine geschickten Hände plastisch geformt hatten. Über die noch fehlenden Punkte auf Coras braunem Fell hatten wir längere Diskussionen. Schwarz schied aus. Endlich entschied sich Herr Z. für Rot. Alle Kinder lieben Rot als Symbol der Wärme. Und so kaufte ich in glücklicher Vorfreude ein Töpfchen rote Farbe ein und nahm aus meinem Nähkasten schwarzen Zwirn ins Hospiz mit. Für den Giraffenschwanz. Herr Z. hat nicht mehr miterlebt, wie begeistert 29 kleine Giraffen von ihrem neuen Klassenhaustier waren. Aber ich bin eigentlich sicher, dass die Nachricht ihn auf geheimnisvolle Weise erreicht hat.

Was mir Herr B. heute erzählt hat

Er hat eine Nichte auf Lanzarote. Sie betreibt dort ein großes Restaurant. Er hat sie vor Jahren auch schon besucht. Aber er würde nicht mehr dorthin wollen. Hier (im Hospiz) sei es viel schöner.



Ein Engel

Herr A. auf O2 liegt im Sterben. Seine Frau sitzt – vielleicht seit einer Viertelstunde – in der Wohnküche. Davor hatte sie schon viele Stunden am Bett ihres Mannes gewacht. Es klingelt auf O2 „Notruf“ (d. h. es wurde die grüne Anwesenheitstaste und anschließend die rote Taste gedrückt).

Am Fußende des Bettes von Herrn A. sitzt Herr H. aus dem Nachbarzimmer ruhig in einem Sessel. Er beschäftigt sich mit der Handtasche und dem Portemonnaie von Frau A. (Anmerkung: Herr H. ist kognitiv eingeschränkt, ein seelenvoller Mensch mit viel Herzenswärme). Ich sehe, dass Herr A. verstorben ist.

Kopf an Kopf liegen

Frau von K. auf E1 liegt im Sterben. Sie atmet ruhig, sehr leise, so als würde sie das Leben bald aushauchen. Herr L., ihr Partner seit 25 Jahren, begleitet sie Tag und Nacht. Als ich gegen Morgen ins Zimmer komme, ist er gerade auf den Beinen. „Sie atmet so leise, ist es bald soweit? Ich habe Angst davor, ich habe Angst vor dem Abschied!“

Meine Kollegin kommt dazu, wir treten ans Bett und nehmen Kontakt mit Frau von K. auf, um sie zu bewegen. Sie öffnet die Augen, es ist deutlich zu spüren, dass sie mit ihrem Bewusstsein anwesend ist. Herr L. tritt ans Bett, streichelt seine Frau zärtlich und spricht liebevoll mit ihr. Meine Kollegin und ich treten zurück und werden Zeugen einer sehr innigen Begegnung zwischen den beiden. Wir brechen den Lagewechsel ab, schieben beide Betten so zusammen, dass er weiter ihre Hand halten kann, sie liegen Kopf an Kopf. Leise verlassen wir das Zimmer.

Taman?

Frau O. auf E3 wird dreimal in der Nacht bewegt – gedreht: 22.00 Uhr, 2.00 Uhr und 5.00 Uhr – So ist es verabredet. Diese Lagerungsrunden haben etwas fast Sakrales für mich! Diffuses Licht, wir nähern uns leise, flüstern, berühren Frau O., um sie auf die Bewegung vorzubereiten.

Frau O. überlässt ihren Körper komplett der Hilfe und den Impulsen, die wir von außen geben. Wir bewegen sie zu zweit, Stück für Stück, langsam, jede auf einer Seite des Bettes stehend, mit eingespielten Griffen. Dass wir das so tun können, zu zweit – mit Ruhe, Würde, Liebe –, erfüllt mich mit großer Dankbarkeit. Frau O. wird Tag und Nacht begleitet von ihrem Mann, der ihr kaum von der Seite weicht, jeden Wunsch von ihr übersetzt. Er gibt Anweisung, wenn wir die Lage an einer Stelle noch verbessern sollen. „Taman?“ „... tamam“ – es ist jetzt gut.

In dieser Nacht entferne ich eine subkutane Nadel. Das Lösen des Pflasters ist eine schmerzhafteste Prozedur, die dauert – endlich geschafft! „Ibrahim!“, Frau O. bedeutet ihrem Mann, er müsse nachsehen, ob auch alles richtig ist. Er erhebt sich von seinem Lager, tritt heran und drückt einen Kuss auf die Stelle, wo vorher die Nadel saß. Die große Liebe zwischen den beiden füllt den Raum.

Im Nachtdienst

Sie mochte es gerne, rundherum mit der Decke zugedeckt zu sein, und sie fragte dann ihren Mann, er übersetzte immer für uns, ob sie denn auch gut zugedeckt sei. Darauf beugte ich mich zu ihr runter und sagte: „Sie sind eingepackt wie ein Lahmacun.“ Das Lachen darauf war von allen groß und zimmerfüllend.

Nächte und Tage

Herr L. auf O4 hatte am Tag Besuch von der Pfarrerin Frau Steinhauer gehabt. Erst schläft er, dann hören wir ihn stöhnen: „Ich habe Angst!“

Es tut ihm gut, dass wir ihm zuhören. Mit seiner flüsternden Stimme erzählt er uns, er wolle jetzt vor Jesus Christus treten und sich verantworten. Diesen Weg könne er nur alleine gehen. Er bittet uns, ihn allein zu lassen. Eine halbe Stunde später ruft er: „Können Sie ein Lied anstimmen?“ Vor dem Hintergrund der vorigen Begegnung fällt mir „Lobe den Herrn“ ein.

Da ich nicht textsicher bin, hole ich das Gesangbuch dazu, wir einigen uns auf die ökumenische Fassung. Ich höre eine kräftige Singstimme von einem Mann, der sonst nur leise flüstert. Unsere beiden Stimmen klingen schön zusammen und so singen wir alle vier Strophen in die Nacht hinaus.

Herr L. ist belebt und beseelt gleichermaßen. Er hört meine Kollegin in der Küche hantieren. Er besteht darauf, ich müsse sie holen, er möchte, dass wir alle zusammen sind. So wach und munter wie er ist, setzen wir ihn in den Brodstuhl, sodass er in der Küche dabei sein und zusehen kann, wie der Geburtstagskuchen für Frau O. gebacken wird. Er nascht zwischen durch Schokolade und probiert später den noch warmen Kuchen mit uns. Von den Kolleginnen hören wir am nächsten Abend, dass Herr L. am Tage nicht wiederzuerkennen war. Er sei viel wacher und vitaler gewesen, seine Stimme kräftiger.





Freiwilliges soziales Betheljahr* im Hospiz

Ein ehrlicher Erfahrungsbericht

* Das Betheljahr ist ein Freiwilligendienst der v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel, welcher als Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder als Bundesfreiwilligendienst (BFD) absolviert wird. Ein Orientierungs- und Bildungsjahr für junge Erwachsene. Freiwillige junge Menschen zwischen 17 und 26 Jahren können sich jährlich für das Betheljahr bewerben.

Das Betheljahr umfasst in Deutschland rund 550 Einsatzstellen in unterschiedlichen Praxisbereichen. Je nach Stärken und Interessen kann der Einsatzbereich von den Teilnehmenden selbst ausgewählt werden. Dieser reicht von der Betreuung und Pflege von Menschen mit Behinderungen über die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bis hin zur Hilfe für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung oder Suchterkrankung.

Die Arbeit im Hospiz ist durch die Begleitung von sterbenden Menschen eine ganz besondere. Auch wenn man es gar nicht denken mag, zeigt sie mir regelmäßig, wie schön das Leben sein kann. Es sind die kleinen Dinge, die Menschen in so einem Haus ein Stück altes Leben zurückgeben. Sei es ein Parfüm, das man lange nicht getragen hat, ein Radio, etwas zu essen, was man, schon lange nicht mehr gegessen hat, oder auch einfach nur ein nettes Gespräch über Trucks oder etwas, was einen sonst so gerade bewegt.

Eiswürfel für den Genuss

Für manche Menschen ist das Essen und Trinken nicht mehr möglich. Doch auch in so einer Situation kann man ihnen Genuss bieten, indem man beispielsweise Eiswürfel aus Saft anbietet. Diese sind in dem Fall ganz einfach zu lutschen. Sogenannte Geschmacksschäumchen gibt es auch. All diese Dinge erfordern keinen großen Aufwand. Ich muss gestehen, dass ich diesen Dingen auch nicht eine allzu große Bedeutung zugeschrieben hatte, bis ich mich mit einem weiblichen Gast, Frau B., unterhielt, welche aufgrund von Übelkeit nicht mehr essen und trinken konnte. Sie erzählte mir, wie sehr sie sich wünsche, mal wieder ein vernünftiges Bier zu trinken, dies jedoch leider nicht mehr könne. So berichtete sie, wie viel es das bedeute, wenigstens Eiswürfel mit Geschmack lutschen zu können und somit etwas genießen zu können, obwohl es sich dabei nur um eine Kleinigkeit handelt.

Aktionen für schöne Momente

Neben solchen Kleinigkeiten, die einem das Leben auch in einer so bitteren Lage versüßen können, gibt es auch immer wieder große Angebote, wie zum Beispiel Fußballschauen, Grillen, Pizzabacken, Spieleabende und vieles mehr. Zu diesen Angeboten sind die Angehörigen auch herzlichst eingeladen, um den Menschen, vor allem zusammen, eine möglichst letzte schöne Zeit zu ermöglichen. Denn vielleicht ist es das letzte Grillen, das letzte Fußballschauen, das letzte Beisammensein. Bei solchen Angeboten kann man sich, wenn man eine gute Idee hat, auch selbst einbringen. So habe ich zum Beispiel auch schon Events veranstaltet wie einen Kinoabend.

Die Grundidee war eigentlich, einen Ausflug ins Kino für die Gäste zu planen. Da dies allerdings leider aufgrund der oftmals fehlenden Barrierefreiheit in Kinos und der schlechten Verfassung der Gäste nicht möglich ist, musste eine andere Idee her. Also holten wir das Kino einfach zu uns ins Haus. Gesagt, getan. Der große Fernseher war die Leinwand und ich der Popcorn-, Nachos- und Getränkeverkäufer (oder eher gesagt der Verteiler). Das große Wohnzimmer wurde abgedunkelt und die Gäste gefragt, was sie trinken und essen wollen. Viele brauchten auch nicht lange für die Antwort, da dies schon im Vorfeld, zumindest von einigen, untereinander besprochen wurde. Herr H. und Frau H., die sich schon einige Tage vorher auf den besagten Kinoabend freuten, hatten schon vorher einen genauen Plan, was sie zusammen trinken und essen würden. Ein Malzbier, was natürlich geteilt wurde, einmal süßes Popcorn und einmal Salziges für Herrn H. Auch der andere Gast, der gekommen war, Herr W., hatte sich schnell für Apfelschorle und Nachos entschieden. Und dann ging es schon los. Es lief die Buddy-Komödie „Catch me“, um die Menschen, sei es auch nur für zwei Stunden, abzulenken und vielleicht sogar zum Lachen zu bringen. Obwohl dieser Kinoabend nicht viele Besucherinnen und Besucher hatte, lohnte er sich dennoch. Wenn man ein Lächeln oder sogar ein Lachen an der ein oder anderen Stelle des Films wahrnehmen durfte, war dies schon all die Mühe wert. Das Hospiz hat mir an diesem Abend gezeigt, dass Humor ein mächtiger Verbündeter sein kann.

Der eigene Weg

Hospiz bedeutet allerdings auch Leid. Die Gäste leiden, die Angehörigen leiden, aber auch das Hospiz-Team leidet. Dieses Leid zumindest bestmöglich erträglicher zu machen, ist Aufgabe des Hospiz-Teams, obwohl dies nicht immer möglich ist. Da der Weg in den Tod ein Weg ist, den man alleine gehen muss, können wir diesen nur begleiten. Diesen schwerwiegenden Weg muss der Gast selber gehen. Und das tut jeder auf seine Weise. Dies zu akzeptieren, ist jedoch nicht immer leicht, sowohl für die Angehörigen als auch für das Personal selbst. Jeder stirbt auf seine Art, ob einem das gefällt oder nicht.

Und auch jeder geht mit seiner eigenen Endlichkeit selbst um. Es gibt zum Beispiel Leute wie Frau K. Frau K. war schon 94 Jahre alt und wartete sehnsüchtig darauf, endlich sterben zu können. „Der liebe Gott will mich noch nicht, obwohl ich schon fertig bin mit dem Leben“, sagte sie. Frau K. hatte ihr Leben gelebt: „Und irgendwann ist auch mal gut, nicht? Mit 80 macht der Körper sowieso nicht mehr, was du willst.“ Frau K. wollte nur noch ihre Ruhe und so ist sie auch in Ruhe gestorben. Als gerade mal keine ihrer Töchter oder der Pfleger im Zimmer war, machte sie sich still und heimlich auf den Weg.

Die Angst vor dem Tod nehmen

Frau W. wiederum hing noch sehr an ihrem Leben und wollte in ihrem doch noch jungen Alter schlichtweg einfach nicht sterben. Der Umgang mit ihr erwies sich für mich als herausfordernd, denn was sagt man einem Menschen, der sein Leben noch vor sich hat und dieses auch gerne noch leben würde? Hinzu kamen verständlicherweise regelmäßige Angst- beziehungsweise Panikausbrüche, die wegen kleinster Dinge ausgelöst wurden. Wie eine Telefonnummer, die gerade nicht zu finden war. Wie nimmt man jemandem die Angst vor dem Tod? Eine Frage, die sich für mich als äußerst herausfordernd darstellt. Und eine allzu befriedigende Antwort darauf habe ich bis heute nicht gefunden. Beistand zu leisten und da zu sein, sind Verhaltensweisen, die zwar helfen, aber wie genau hilft man jemandem, sein eigenes Ende zu akzeptieren? Das Hospiz setzt sich auch mit solchen Fragestellungen täglich auseinander und versucht, Menschen mit solchen Fragen auf ihrem Weg zu helfen und zu unterstützen.

Neben den Gästen brauchen auch die Angehörigen Beistand. Sei es ein Kaffee, ein Stück Kuchen, eine Zigarette oder ein simples Gespräch. All das kann helfen, vor allem ein Gespräch, bei welchem man sich die Sorgen und Probleme der Angehörigen anhören kann. Ich habe hier gelernt, dass dies meistens schon reicht. Einen kleinen Moment braucht man gelegentlich, um seine Sorgen und Probleme einfach mal abzuladen und sich dabei auch vielleicht mal wieder Luft zu machen.



Dankbarkeit und Grenzen

Im Hospiz zu arbeiten, kann einen sehr erfüllen und die Dankbarkeit, die man, dort erfährt, ist unbeschreiblich. Darüber hinaus erdet diese Arbeit einen Menschen wie mich persönlich sehr und erfüllt mich mit Dankbarkeit über meine Gesundheit und die meiner Angehörigen. Allerdings kann diese Arbeit auch sehr kräftezehrend sein. Es gibt Gäste, die einen sehr einnehmen und die Energie rauben, obwohl dies nicht absichtlich passiert.

Dort klare Grenzen zu ziehen, ist besonders wichtig. Grenzen zu ziehen, habe ich im Hospiz gelernt. In diesem Zusammenhang habe ich außerdem gelernt, was es heißt, professionell zu handeln. Vorkommnisse, bei denen Professionalität gefragt war, waren beispielsweise, wenn man mit Geschrei und Beleidigungen konfrontiert wird oder auch gar über Kolleginnen und Kollegen hergezogen wird. Einfach ist dies allerdings nicht immer.

Versorgung verstorbener Gäste

Den stärksten Eindruck im Hospiz hat bei mir jedoch die Versorgung der bereits Verstorbenen hinterlassen. Dies in Worte zu fassen, ist schwierig. Dieser Mensch, der vor einem liegt, wirkt so surreal, obwohl man ihn persönlich kennt und ihn womöglich an jenem Tag noch gewaschen hat. Es scheint so, als wäre er eine Puppe, ohne dies despektierlich zu meinen. Er wirkt nicht wie ein echter Mensch. Allerdings habe ich solche Versorgungen als sehr schön empfunden. Zu solchen Versorgungen gehört, den Gast noch einmal frisch zu machen, um ihm einen würdevollen Auszug zu ermöglichen.

Das Hospiz ist ein Ort, der mir viele Dinge vermittelt und beigebracht hat. Es hat mir gezeigt, was es bedeutet, zu sterben, krank zu sein, wie wichtig die Begleitung ist und wie schön trotz bescheidener Umstände das Leben sein kann. [Tom Vogt]



Angehörigen-Statements

Eine Sammlung wertschätzender und kraftgebender Worte aus 20 Jahren Hospiz Am Ostpark

In Ihrem Haus,
findet man die nötige
Ruhe und Kraft,
Abschied zu nehmen.

Es tut gut, Menschen
zu kennen,
die einfach da sind.

Sie fühlte sich hier in
guten Händen und stets
gut versorgt und betreut.

Ich bin glücklich,
dass ich den Abschied hier
so erleben konnte Es kommt
mir so vor, als wäre dies die
Vorstufe zum Himmel.

Wir werden diesen Ort
und seine Menschen immer
in Erinnerung behalten.

Danke, dass die
Lebensfreude in den letzten
Wochen erhalten blieb und wir
alle gemeinsam diese Zeit
genießen konnten.

Hier hat sich ihr
Lebenskreis geschlossen
und sie war sehr
glücklich.

Wir haben alle Hilfe
gebraucht, hier hat man
sie uns gegeben, dafür
sind wir sehr dankbar.

Man kann sich
bei Ihnen sehr wohlfühlen, ob
nun gesund oder krank. Die
liebevollen Art des gesamten
Personals hat immer so gut
getan, man war
nicht allein.



Danke, dass alle Gäste in Ihrem Haus eine Persönlichkeit sind/waren und Sie auf individuelle Bedürfnisse eingehen.

Solche Pflegekräfte mit Herz und Wärme sind eine Bereicherung für jene Menschen, die uns bald verlassen.

Die selbstverständliche Hingabe und Freundlichkeit der guten Hausgeister.

Ohne sie alle wären wir verloren gewesen. Ein einfaches Dankeschön reicht hier im Leben nicht aus.

Hier war das letzte Zuhause, mit einem selbstbestimmten wundervollen Abschied.

Danke für diesen Ort des Mitgefühls, der Würde und des Respekts.

Durch dieses tolle Team, ist mein letzter Gang, bedeutend erleichtert worden.

Das ganze Team leistet eine Menge und das sollte man echt zu schätzen wissen. Mit Ihrer Hospizarbeit leisten Sie so viel Wertvolles, geben Menschen in ihren letzten Lebenstagen Mut, Kraft und doch auch Hoffnung.



Bilder als Brücke ins Leben



Das war ein doch sehr ungewöhnlicher, fröhlicher Auszug im frühen Herbst 2020. Margot T. konnte das Hospiz Am Ostpark in Dortmund mit dem Ziel, ins eigene Zuhause zurückzukehren, verlassen.

Nach einer schweren Operation hatte sie sich in einem Vierteljahr palliativer Pflege und Begleitung gut erholt und stabilisiert. Unerwartet stand die Tür in einen neuen Lebensabschnitt für sie offen. Eine offene Tür, die Tür ihres Zimmers zum Hospizgarten nämlich, hatte eine besondere Bedeutung innerhalb der anrührenden Geschichte von Margots Rückkehr in geschenktes Leben. Denn durch diese Tür hüpfte kurz nach ihrem Einzug ins Hospiz ein Eichhörnchen herein, leuchtend rot ausgefärbt mit buschigem Schwanz



und blanken Knopfaugen. Zutraulich und neugierig blieb das Tier längere Zeit vor der Kranken sitzen, sodass es schien, als brächte es ihr eine Botschaft von Lebendigkeit und Ermutigung.

Genesung ist ein Prozess, der erarbeitet sein will. Margot T. fand ihren eigenen Weg, als die Kunsttherapeutin des Hospizes, sie zum Malen ermutigte. Das hatte sie seit ihrer Schulzeit nicht mehr getan. In einem arbeitsreichen Leben wäre wohl auch kaum Zeit dafür gewesen. Aber jetzt gab es Zeit, inneren Bildern Ausdruck zu geben. Eine kleine Entengeschichte, ein hübsches Naturidyll, erschien auf dem Aquarellpapier und bald auch das erste Porträt des Lieblingstieres im roten Pelzmantel. Viele hübsche Eich-



hörnchen hat Margot T. in den folgenden zweieinhalb Jahren gemalt und ebenso putzige Pinguine. Warum gerade die? Mit verschmitztem Lächeln beantwortet sie die Frage: „Weil ich anfangs keine Farben hatte und Pinguine sind doch schwarz-weiß, da genügte ein Bleistift.“

In vielen Bildbänden hat Margot T. Vorlagen für ihre Buntstiftzeichnungen gefunden. Sie hat die Impressionisten und die Expressionisten kennengelernt. Und manchmal war die eigene kreative Beschäftigung auch ein Mittel, um Schmerzen zu vergessen und die Nebel düsterer Besorgnisse aufzulösen. Eigene Bilder wurden für Margot T. eine Brücke zurück ins Leben. [Helga Windgassen]



Letzte-Hilfe-Kurse

Ein Mutmachkurs mit Strahlkraft

Als wir 2017 den ersten Letzte-Hilfe-Kurs in Dortmund angeboten haben; hätten wir nicht damit gerechnet, dass das Angebot sich heute so großer Nachfrage und Beliebtheit erfreut und die Weiterentwicklung derartige Kreise zieht.

Nachdem wir in einer Palliativzeitschrift einen Artikel von Dr. Georg Bollig, dem Entwickler des Kurskonzeptes, gelesen hatten, waren wir so begeistert von der Idee, dass wir direkt eine Kursleitendenschulung gemacht haben, um die Kurse auch in Dortmund anbieten zu können.

Trotz intensiver Bewerbung und Ausschreibung von Jutta Ahring und mir waren die ersten Kurse nur sehr spärlich besucht. Wir haben nicht aufgegeben und weiter emsig die Werbetrommel gerührt. Wir haben zunächst eigene Flyer und Poster gestaltet, da es zum damaligen Zeitpunkt noch keine Vorlagen von Letzte Hilfe Deutschland gab. Einige Berichte in der Presse, Werbetouren durch die Nachbarschaft und bei öffentlichen Veranstaltungen sowie die Weiterempfehlung der Kursteilnehmenden sorgten dann nach und nach für Zulauf und ausgebuchte Kurse mit Warteliste.



Unterschiedliche Fragestellungen

Die vierstündigen Kurse beinhalten vier Module und richten sich an alle Menschen, die sich über die Themen rund um das Sterben, Tod und Palliativversorgung informieren wollen. Es werden Wissen und Sicherheit vermittelt und ein lebendiger Dialog gefördert. Teilnehmende kommen mit ganz unterschiedlichen Fragen und in unterschiedlichen Lebenssituationen in die Kurse, manche möchten sich präventiv informieren, manche sind als pflegende Angehörige aktuell in einer Pflege- und Begleitungssituation, manche möchten sich im Anschluss an eine Begleitung informieren.

Da es uns eine Herzensangelegenheit ist, das Thema Tod und Sterben in die Mitte der Gesellschaft zu bringen, haben wir die Kurse, die anfangs nur in Gemeinden und im gezeiten Zentrum in der Arndtstraße angeboten wurden, auf viele weitere Kursorte mitten im Leben erweitert.

So haben wir beispielsweise Kurse in der DASA-Arbeitsweltausstellung im Rahmen der Ausstellung „Pia sagt lebwohl“ angeboten. Aktuell bieten wir Kurse im Rahmen der Dauerausstellung „Heilen und Pflegen“ an. Unsere Kursteilnehmenden haben dort auch die Möglichkeit, kostenlos die tollen Ausstellungen der DASA zu besuchen.

Auch im schönsten Stadion der Welt, mitten im Herzen der Stadt Dortmund, durften wir schon Kurse geben.

Ausweitung des Kursangebots

Durch unseren Träger, Bethel.regional sowie von Kolleginnen und Kollegen aus Angeboten für Menschen mit Behinderungen kamen Anfragen, ob es nicht auch ein Kursangebot in leichter Sprache geben könnte. In Zusammenarbeit mit dem Büro für leichte Sprache in Bielefeld, pro Werk, haben wir einen ersten Entwurf für einen Kurs mit leichter Sprache erstellt. Dr. Bollig war so begeistert, dass er uns daraufhin zum 1. Internationalen Letzte Hilfe Symposium in Dänemark eingeladen hat, um das neue Kursformat vorzustellen. Mittlerweile gibt es Letzte-Hilfe-Kurse in 20 Ländern, zum Beispiel Brasilien, Kanada und Australien.

Um dem Bedarf verschiedener Zielgruppen gerecht zu werden, gibt es die Kurse mittlerweile auch für Kinder im Alter von acht bis 16 Jahren und für Mitarbeitende im Gesundheitswesen (Letzte Hilfe Professionell). Seit der Pandemie bieten wir die Kurse auch online an. Das Onlineformat erfreut sich insbesondere bei pflegenden Angehörigen großer Beliebtheit.

Kurse in leichter Sprache

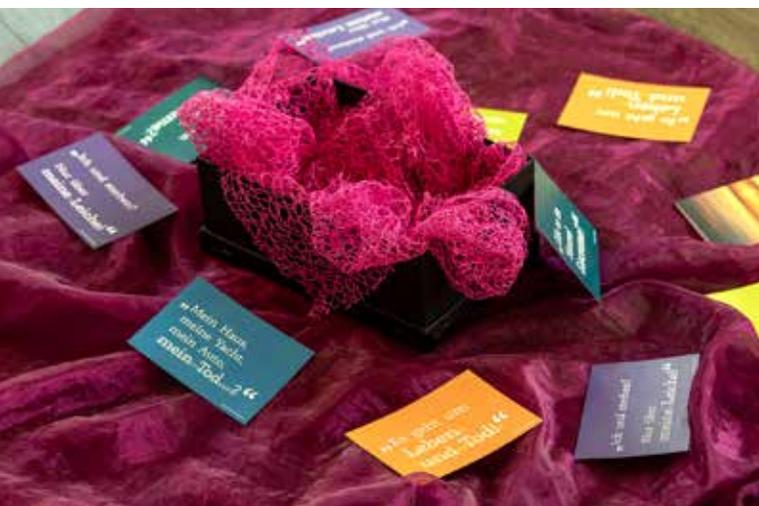
Die Zeit der Pandemie haben wir in einer bundesweiten Arbeitsgruppe intensiv genutzt, um mit Kolleginnen und Kollegen aus der Hospizarbeit und dem Bereich für Menschen mit Behinderungen das Kursformat in leichter Sprache gemeinsam weiterzuentwickeln. Die im Kurskonzept angewandte Methode der leichten Sprache basiert unter anderem auf kurzen Sätzen, einfacher Sprache, wenigen Wörtern auf den Präsentationsfolien, klarer Struktur und Bildern, die die Sprache ergänzend darstellen. Eine Prüfgruppe des Büros für Leichte Sprache hat die Präsentation Korrektur gelesen. Die Einführung der Kurse wird wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Um den Austausch und die Vernetzung zu fördern, bieten wir für die Region Ruhrgebiet vom Hospiz Am Ostpark regelmäßig Netzwerktreffen für Kursleiterinnen und Kursleiter an.

Ausblick: Im Hospizteam ist der Letzte-Hilfe-Begeisterungsvirus voll verbreitet und wir freuen uns über die Kursleiterbefähigung weiterer Kolleginnen und Kollegen. [Alexandra Hieck]



Letzte-Hilfe-Stand

Unser Letzte-Hilfe-Stand auf dem Markt der Möglichkeiten in der Stadthalle Bielefeld, anlässlich des 150. jährigen Betheljubiläums. Dank himmlischen Popcornduftes war unser Stand bei Alt und Jung sehr beliebt. Für Kinder und Erwachsene gab es außerdem tolle Kreativangebote an unserem Stand. Auf einer Wäscheleine wurden viele bunte Zettel mit Wünschen „Bevor ich sterbe, möchte ich ...“ der Besucherinnen und Besucher mit Wäscheklammern aufgehängt.



„Mein Haus, meine Yacht, mein Auto, mein Tod ...?“

„Und, was ziehst du auf deiner Beerdigung an?“

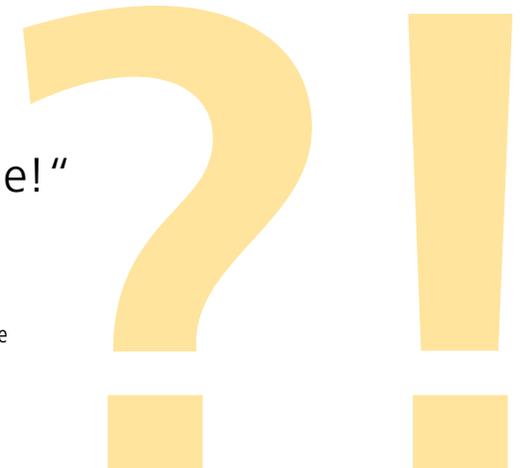
„Es geht um Leben und Tod!“

„Gibt es im Himmel Eiscreme?“

„Ich und sterben? Nur über meine Leiche!“

„Nein Danke, wir sterben nicht!“

„Wir müssen mal reden ...!“ Quelle: leben-und-tod.de





Hospiz
Am Ostpark

Bethel 
v. Bodelschwingsche
Stiftungen Bethel

Bethel.regional

Herausgeber: v. Bodelschwingsche Stiftungen Bethel | Bethel.regional
Hospiz Am Ostpark | Von-der-Tann-Straße 42 | 44143 Dortmund
Telefon: 0231-534250-200 | hospiz-am-ostpark@bethel.de
Gestaltung: Pia Gätjen | Fotos: Katrin Biller, (Zeitstrahl: Bethel.regional)

www.hospiz-am-ostpark.de