

# NEWSLETTER 03/2023

Ambulanter Hospizdienst Much e.V.

Weil Sterben auch Leben ist

📍 Doktor-Wirtz-Straße 6, 53804 Much  
☎ 02245 - 618090  
✉ kontakt@hospizdienst-much.de



## Newsletter 3 – Januar 2023

Liebe Freunde, Mitglieder und Unterstützer des Ambulanten Hospizdienstes Much!

Heute wenden wir uns wieder mit unserem Newsletter an Sie, um Ihnen einen Überblick zu unserer Arbeit und unseren Zukunftsplänen zu geben.

Was gibt es Neues in unserem Dienst?

### Folgende monatlichen Angebote und Treffen haben sich weiter etabliert und werden gut angenommen:

- ✚ Treffen pflegender Angehörige in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro und der Seniorenassistenz Engels
- ✚ Themenrunde im Azurit, ein monatliches Angebot hospizlicher und palliativer Themen
- ✚ Trauer Treff für Menschen in Trauerprozessen
- ✚ MusiCA, monatliches Treffen für Senioren mit Live Musik von Uwe Werheit im Azurit
- ✚ Praxisbegleitungstreffen mit den ehrenamtlichen Hospizmitarbeitern

### Feste für die ehrenamtlichen Mitarbeiter

Der Wunsch des Hospizdienstes Much ist ein gutes und zuverlässiges Team zu haben. Ein Team, das sich wohl fühlt und mit der Arbeit in Verbindung steht. Wie schön, dass wir wieder Feste miteinander feiern können! Wir gestalteten ein Sommerfest mit einem aktiven Teil und anschließendem Abendessen.



## Weihnachtsfeier

Kaum ein Dankeschön und ein Geschenk kann dem Einsatz der ehrenamtlichen Mitarbeiter in der Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen gerecht werden.

Als Symbol für die sehr persönliche Arbeit gab es für Alle ein offenes Herz, wie auf dem „Pfad der Erinnerung und der Zuversicht“.



Mit offenem Herzen durch die Welt gehen und sich nicht vor den Sorgen und dem Leid der anderen verschließen. Das gehört zu der Grundhaltung des ambulanten Hospizdienstes Much.

Zum Jahresabschluss waren alle Mitarbeiter zu einem gemeinsamen Abend im Hotel FIT in Much eingeladen.

## Erste-Hilfe-Kurs für die Mitarbeiter

Sehr kurzweilig, verbunden mit viel Freude und Spaß ist uns allen nochmal bewusst geworden, wie wichtig es neben der „Letzten-Hilfe“ ist, auch „Erste Hilfe“ leisten zu können.

Jeden Augenblick können wir in die Situation kommen, Ersthelfer zu sein, Leben zu retten. Es ist so wichtig, nicht handlungsunfähig vor einer Notfallsituation zu stehen!

Ein Team der Johanniter zeigte uns mit vielen praktischen Übungen Erste Hilfe Maßnahmen im Straßenverkehr und in der häuslichen Umgebung.

Wir können nur den Appell weitergeben, regelmäßig diese Schulungen zu besuchen!



## Letzte Hilfe Kurs - Am Ende wissen wie es geht!

Menschen, die sich mit dem Tod auseinandersetzen möchten oder die selbst betroffen sind, finden in den „Letzte Hilfe Kursen“ viele Informationen und einen offenen Austausch über das Thema. Sie erfahren, wie und was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können und erhalten dadurch Sicherheit und Orientierung.

Die „Letzte Hilfe Kurse“ 2022 fanden im Frühjahr in Seelscheid und im November in Neunkirchen statt. Die Teilnehmer profitierten sehr von dem offenen Austausch und gingen bereichert nach Hause.

## Yoga für pflegende Angehörige – ein neues Angebot des Ambulanten Hospizdienstes Much in Kooperation mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband NRW

Ein großes Thema für pflegende Angehörige ist die Selbstsorge, die Fähigkeit die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und umzusetzen. Kaum eine Lebenssituation ist so anstrengend und kraftzehrend, wie die dauerhafte Pflege eines Angehörigen. Eigene Wünsche werden schnell hinten angestellt und es kommt leicht zu einem unausgeglichene Lebensalltag.

Der Paritätische Wohlfahrtsverband und die Yoga Lehrerin - Annette Zahnow begrüßen pflegende Angehörige jeden 2. Donnerstag im Monat von 10.00h – 11.30h im katholischen Pfarrheim in Much. Sie sind eingeladen, die Möglichkeiten der Entspannung, der Bewegung und der Körperwahrnehmung kennenzulernen.

Finanziert wird dieses Angebot über den Paritätischen Wohlfahrtsverband.

### **Informationsabend zum § 217 – assistierter Suizid**

Mehr als 100 interessierte Menschen kamen zu dem Infoabend mit diesem spannenden Thema. Eine Zusammenfassung des Abends finden Sie im Anhang.

### **Ein neues Auto für den Hospizdienst**

Nach einer langen Wartezeit ist es endlich soweit, unser Hospizauto ist da!

Ein herzliches Dankeschön an die Rundschau - Altenhilfe DIE GUTE TAT e.V. für die Spende des Fahrzeugs! Das Auto ermöglicht den beiden Koordinatorinnen, flexibel und schnell zu den Familien zu kommen, die bislang ihren privaten Wagen für den Einsatz genutzt haben.

Neben der praktischen Verbesserung ist es zudem eine weitere gute Möglichkeit, auf den Hospizdienst und unsere Arbeit aufmerksam zu machen.



### **Palliative Versorgung in unserer Region**

Wir machen immer wieder die Erfahrung, dass Menschen bis zu ihrem Lebensende

- ✚ sich wenig bis gar nicht mit dem Thema Tod und Sterben auseinander setzen,
- ✚ dass das therapeutische Ziel auf jeden Fall die Lebenserhaltung und Verlängerung sein soll – auch wenn alte und kranke Menschen selbst einen anderen Wunsch äußern und die Lebensenergie zu Ende geht,
- ✚ dass die Möglichkeiten der Palliativmedizin nicht ausreichend kommuniziert werden oder die Palliativmedizin für viele Menschen – Therapieende und „nichts mehr tun“ bedeutet,
- ✚ dass viele Menschen in den letzten Lebenstagen nochmal ins Krankenhaus verlegt werden und dort in einer häufig wenig würdevollen Umgebung versterben und
- ✚ dass Angehörige im Rückblick lieber anders entschieden hätten und mit dem Prozess und der Entscheidung unglücklich sind.

### **Wir möchten Ihnen Mut machen, sich zu informieren!**

Die Palliativmedizin und Hospizarbeit kann sehr dazu beitragen, die letzte Lebenszeit bewußt und leidensmindernd zu gestalten.

Es ist wichtig, sich früh um Hilfen und spezialisierte Dienste zu kümmern, denn durch die hohe Belastungssituation der verschiedenen Dienste wird ein Erstbesuch oft erst nach vielen Tagen möglich.

„Der, der sich frühzeitig mit den verschiedenen Möglichkeiten auseinandersetzt - kann besser entscheiden, wo der Weg hinführt“

**„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben“**  
Cicily Saunders

## Erinnerungsfeier an der Fatima Kapelle

Dank der vielen Unterstützer und dank des guten Wetters konnten wir auch in diesem Jahr wieder die Erinnerungsfeier an einem besonderen Ort – der Fatima Kapelle Much – gestalten.

Im Mittelpunkt dieser Feier stand das Thema „Risse im Leben“ und die persönliche Erinnerung an jeden Verstorbenen. Der Verlust eines geliebten Menschen ist eine der größten Herausforderungen, die uns das Leben stellt.

Risse im Leben tun weh, verändern den Menschen, brauchen viel Zeit – um irgendwann „das Wertvolle im Menschen“ auszumachen.

Trauernden Menschen tut es gut – in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten – Kraft und Mut zu finden.

## Pfad der Erinnerung und der Zuversicht

Der ambulante Hospizdienst Much gestaltete im Sommer 2021 den „Pfad der Erinnerung und der Zuversicht“. Der Weg beginnt an der Fatima Kapelle in Much und führt hoch bis zur „Blauen Bank“.

12 verschiedene Kunstobjekte und Skulpturen sind auf diesem Weg und laden ein: Das Leben als Ganzheit zu betrachten, in dem Glück und Gelungenes, aber auch Krise und Veränderung, seinen Platz haben.

So viele Menschen geben uns eine positive Rückmeldung und sind sehr dankbar, immer wieder diesen Weg gehen zu können.

Auch wir sind dankbar für die Idee, die Umsetzung und die Unterstützung der vielen Helfer und freuen uns sehr, mit diesem Weg eine Anregung und Bereicherung geben zu können.



## Ideen und Pläne für das neue Jahr 2023

- geplant ist ein Wochenende im März mit den ehrenamtlichen Mitarbeitern im Kloster Marienstatt
- Ende März 2023 beginnt ein neuer Befähigungskurs für ehrenamtliche Begleiter
- „Letzte Hilfe Kurse“ im Frühjahr und Herbst
- Erinnerungsfeier im Oktober und ein gemeinsamer Gottesdienst als „Kraftquelle“
- Öffentliche Veranstaltungen zu hospizlichen Themen

Nähere Infos zu den Themen und unserer Arbeit finden Sie auf unserer Homepage [www.hospizdienst-much.de](http://www.hospizdienst-much.de) oder im Büro 02245/618090.

*Das Team des Ambulanten Hospizdienstes Much wünscht Ihnen eine gute Zeit*

## Rückblick zur Informationsveranstaltung des Ambulanten Hospizdienstes

**Selbstbestimmt leben....**

**Selbstbestimmt sterben...**

**Bietet die Suizidassistentz eine Lösung**

Mit dem § 217 StGB hatte der Gesetzgeber die "geschäftsmäßige" Beihilfe zur Selbsttötung unter Strafe gestellt.

Im Februar 2020 wurde er durch das Bundesverfassungsgericht für verfassungswidrig und nichtig erklärt, weil es nicht dem Persönlichkeitsrecht und somit nicht dem Recht eines jeden auf Selbstbestimmung entspricht. Das Urteil macht es dringend erforderlich, dass sich unsere Gesellschaft intensiver und sachlich angemessen mit Fragen der Hilfe beim und zum Sterben auseinandersetzt.

Niemand kann jedoch dazu verpflichtet werden, Suizidhilfe zu leisten. Auch Ärzte dürfen sich dagegen entscheiden, das todbringende Medikament zu rezeptieren.

Zu Beginn würde ausführlich der aktuelle rechtliche Stand vorgestellt, dies auch in Abgrenzung zu der in Deutschland verbotenen Tötung auf Verlangen. Erlaubt ist hingegen die passive Sterbehilfe, bei der das Sterben zugelassen wird und lebenserhaltene Therapien unterlassen werden.

Im Focus der Gesprächsrunde nahmen eindeutig die Möglichkeiten der Palliativtherapie einen wichtigen Platz ein. Die palliative Medizin hat einen ganzheitlichen Blick auf alle Facetten des Lebens und sieht den Tod nicht als Tabu. Am Lebensende keine belastenden Symptome aushalten zu müssen, dazu Menschen um sich zu haben, die einfach da sind: das sorgt für eine bessere Lebensqualität.

Werden dazu noch die Sorgen seelischer, sozialer und existenzieller Art ernst genommen, können Schwerkranke häufig ihr Leben bis zur letzten Minute aushalten.

Ein möglicher Ausweg bei unerträglichem Leid kann eine palliative Sedierung sein und der freiwillige Verzicht auf Essen und Trinken, auch Sterbefasten genannt.

Basierend auf einer gut verfassten Patientenverfügung als einen wichtigen Baustein, ist es unvermeidbar, sich frühzeitig Gedanken über das Lebensende zu machen. Hier werden für das selbstbestimmte Sterben erste Weichen gestellt.

Zusammengefasst informierte der Abend vielfältig zu der Fragestellung und regt so hoffentlich die Auseinandersetzung mit dem Thema an.

Er hatte nicht den Anspruch, fertige Antworten zu liefern.