Liebe Mitglieder des Verein Hospizarbeit Springe e.V.,

eine lange gepflegte Tradition soll wieder aufleben: Der **Infobrief Hospiz**. Es gab ihn von 2000 bis 2013. Lange gehörte ich schon damals zur Redaktion. Wir haben Beiträge über uns und unsere Tätigkeit veröffentlicht. So konnten unsere Mitglieder, Pflegeheime, Arztpraxen und Kirchen einen Eindruck bekommen, wie vielfältig Hospizarbeit ist. Zukünftig wollen wir unsere Mitglieder über die Vereinsaktivitäten und die Arbeit der Begleiterinnen und Begleiter informieren. Einige Mitglieder hatten den Wunsch geäußert, mehr über unsere aktuelle Arbeit zu erfahren.

Ich hoffe, wir haben interessante Beiträge zusammengetragen und wünschen viele neue Erkenntnisse.

Mit herzlichen Grüßen

Gabriele Griese

# Jahresbericht 2019 der Koordinatorinnen

Unser Verein Hospizarbeit entwickelt sich ständig weiter. Schwerpunkt unserer Arbeit ist und bleibt die ambulante Hospizarbeit. In unserem Tun fühlen wir uns dem Leitbild „Ein würdiges Leben bis zuletzt“ verpflichtet.   
Wir bemühen uns um ein menschenwürdiges, behütetes, sozial eingebettetes Sterben, das bewusst, selbstbestimmt, beschwerde- und schmerzarm gelingen soll. Eine liebevolle und achtsame Begleitung am Lebensende sehen wir als Möglichkeit für jeden Menschen, die nicht von finanziellen Möglichkeiten abhängig sein darf. Unsere hospizlichen Leistungen sind für die Betroffenen grundsätzlich kostenfrei.   
Unsere 39 ehrenamtlichen Hospizbegleiterinnen werden von uns Koordinatorinnen ausgebildet, begleitet und unterstützt.   
In der Regel werden parallel etwa 25 Schwerstkranke und ihre Zugehörigen in den letzten Wochen und Tagen vor dem Sterben begleitet. Wir begleiten im häuslichen Rahmen, aber auch im Pflegeheim, denn auch hier sind die Menschen zu Hause.

Insgesamt sind von uns im vergangenen Jahr 64 Patienten und ihre Zugehörigen begleitet worden, 40 Menschen, die wir zwischen 3 Jahren und einem Tag begleiteten, sind gestorben. Das Lebensalter der Begleiteten betrug 106 bis 63 Jahren. Über die Begleitung von Schwerkranken hinaus, informieren und beraten wir zuhause oder im Hospizbüro zu allen Fragen in Zusammenhang mit dem Sterben. Themen solcher Gespräche können Unterstützungsmöglichkeiten für die letzte Lebenszeit zuhause sein, Informationen über die zu erwartenden Veränderungen am Lebensende, geeignete palliativpflegerische Maßnahmen, Umgang mit Krisen oder Fragen zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Auch über den Tod hinaus bietet unser Verein Begleitung an. Wir begleiten Menschen in ihrer Trauer einzeln oder aber im Café für Trauernde, das 1x im Monat stattfindet.

Das Team des Trauercafés – 5 Ehrenamtliche wechseln sich an den Sonntagen ab - konnte an 11 Nachmittagen insgesamt 68 Gäste begrüßen, darunter 26 Männer. Das Trauercafé wird gut angenommen, 3-9 Personen kommen an den Nachmittagen zusammen, einige Gäste kontinuierlich länger als 1 Jahr. Der Erinnerungsnachmittag im November wurde von 20 Gästen besucht.

Ein neues Angebot im Bereich der Trauerarbeit stellt das „Wandern durch die Trauer“ dar. Sieben Ehrenamtliche engagieren sich hier und das Angebot wurde auf Anhieb gut angenommen, acht Teilnehmende wanderten mit und konnten sich so bewegt mit ihrer Trauer auseinandersetzen.

So zählten am Ende des Jahres insgesamt 45 Ehrenamtliche – davon 6 Männer - zu unserem Dienst. Die Ehrenamtlichen mit ihrer Empathie und auch Flexibilität sind die Voraussetzung für die Hospizarbeit. Der Kreis

der Ehrenamtlichen Hospizmitarbeiter und Mitarbeiterinnen hat sich erweitert, da wir im Jahr 2019 den 12. Vorbereitungskurs erfolgreich abschließen konnten.

Eine weitere wichtige Aufgabe unseres Hospizdienstes besteht darin, den Hospizgedanken in die Öffentlichkeit zu tragen und zu verbreiten.

Dieses haben wir in Form von Vorträgen rund um das Thema Sterben – Krankheit – Tod angeboten, außerdem berichten wir in Seniorenkreisen und weiterführenden Schulen über unsere Arbeit. Auch haben wir Termine bei öffentlichen Veranstaltungen, wie „Tag der Vereine“ oder Wochenmarkt wahrgenommen, um den Bekanntheitsgrad zu erhöhen.

Der Letzte Hilfe Kurs findet mittlerweile 2x im Jahr statt und wird von uns Koordinatorinnen durchgeführt. Durch die Teilnahme an einem „Letzte-Hilfe-Kurs“ werden Menschen mit dem nötigen Basiswissen und der Sicherheit ausgerüstet, Schwerkranken und Sterbenden beizustehen. Wie bei der Ersten Hilfe geht es dabei in erster Linie um die Befähigung durch leicht zu erlernende Maßnahmen als Mitmensch aktiv zu werden und hilfreich zu sein.

Seit Sommer 2019 bieten wir 1x im Monat einen Offenen Gesprächskreis an,

wir möchten ein Forum bieten, zu den Themen Alter, Krankheit, Sterben ins Gespräch zu kommen. Interessierte sind jederzeit willkommen!

Das Projekt „Hospiz macht Schule“ konnte im vergangenen Jahr erfolgreich in einer 3. Grundschulklasse an der Grundschule Eimbeckhausen von einer Gruppe Ehrenamtlicher durchgeführt werden. Es hat sich eine stabile Anzahl von Menschen gefunden, die sich stetig im Bereich „Hospiz macht Schule“ engagieren und damit sind wir sehr gut vertreten und werden verstärkt nachgefragt. Auch auf diesem Weg wird der Hospizgedanke in viele verschiedene Häuser getragen und wir sind sehr froh, auch Kinder unterstützen zu können.

Wir blicken auf ein vielschichtiges intensives Jahr zurück.

Dank allen Ehrenamtlichen, die diese Arbeit tun und Dank an deren Angehörige, die sie dabei unterstützen.

Dank an alle, die die schweren Lebensthemen – Leiden, Sterben, Tod und Trauer – nicht vermeiden.

Dank an alle, die mit unserem Hospizdienst so vertrauensvoll zusammenarbeiten.

Dank an den gesamten Vorstand für das entgegengebrachte Vertrauen.

*Susanne Rokahr und Katrin Moormeister*

**Herbstfest in Springe am 6. Oktober 2019**

Nach dem Einführungskurs "Schwerkranke und sterbende Menschen begleiten lernen" von Februar bis Juni 2019 hatte ich Anfang Oktober meinen ersten "aktiven Einsatz" für den Hospizverein in der Öffentlichkeit: Zwei Stunden am Stand des Vereins beim Herbstfest in Springe auf den Verein aufmerksam machen und Rede und Antwort stehen.

Ich hatte durchaus Zweifel und Ängste, ob ich diese Aufgabe erwartungsgemäß erfüllen könnte, denn ich trat ja zum ersten Mal mit erfahrenen Mitgliedern als eine der "Neuen" auf.

Viele Fragen beschäftigten mich:

Wie erreiche ich die Menschen mit diesem sensiblen Thema?

Wie schaffe ich es, nicht aufdringlich oder missionarisch empfunden zu werden?

Werde ich auf Ablehnung stoßen und wie reagiere ich darauf angemessen?

Weiß ich auf alle Fragen eine zufriedenstellende Antwort?

Mit diesem Gedankenpaket kam ich am Stand an und wurde freundlich empfangen und einfühlsam in das Procedere eingeführt mit dem Hinweis: "Du kannst nichts falsch machen".

Das nahm mir den Druck und wirkte beruhigend auf mich. Erleichtert wandte ich mich den Marktbesuchern zu (zur Not waren da ja noch "die alten Hasen", an die ich mich bei Problemen wenden konnte) und bekam schnell die Bestätigung, dass es richtig war, wie ich mich verhielt. Ich war hier nicht lange "die Neue", sondern schnell "mittendrin".

Die Stellwand mit den Satzanfängen: "Bevor ich sterbe, möchte ich..." war DER Türöffner und führte schnell zu Gesprächen mit Menschen, die Interesse zeigten, stehen blieben, lesend, nickend, nachdenklich und die z.T. einen

angefangenen Satz vollendeten.

Ein Kontakt war oft schnell hergestellt und die Gespräche wurden ohne besondere Anstrengung intensiv, inhaltsreich und für mich bereichernd.

Meine Rolle erfüllte mich und löste ein zufriedenes Gefühl in mir aus.

Natürlich gab es auch Menschen, die keine Notiz von uns nahmen oder unsere "Annäherungsversuche" ablehnten.

Das konnte ich durchaus tolerieren- nicht jeder ist bereit sich mit dem Tod zu beschäftigen (schon gar nicht hier und "auf

Knopfdruck"). Viele Menschen können sich nicht vorstellen, dass eine Auseinandersetzung mit dem Sterben unser Leben reicher machen kann.

Für diejenigen da zu sein, die offen sind und reden möchten, das hat diesen Nachmittag für mich so wertvoll gemacht und mir gezeigt, dass ich auf dem richtigen Weg bin beim Verein Hospizarbeit.

Ich freue mich auf weitere derartige Einsätze und Begegnungen.

*Barbara Schnabel*

**„Hospiz macht Schule“**

„Hospiz macht Schule“ wurde „005/06 gegründet und seit 2007 von der Bundeshospiz Akademie durchgeführt.

Unser Hospizverein hat sich 2014 entschlossen, dabei mitzumachen und einige von uns nahmen im Frühjahr 2014 an einem Wochenendseminar in Lüneburg teil. Durch diese Schulung wurden wir für die Durchführung qualifiziert.

Ziel ist es, Kindern im Primarbereich das Thema „Tod und Sterben“ nahe zu bringen, um zu zeigen, dass der Tod zum Leben dazu gehört. In einem geschützten Rahmen sollen alle Fragen, die sie zu dem Thema bewegen, angesprochen und so gut wie möglich beantwortet werden.

Das Konzept sieht vor, dass mehrere Ehrenamtliche diese Woche durchführen, je nach Klassenstärke, denn es wird viel in Kleingruppen mit drei bis vier Kindern gearbeitet. Für uns hat sich als ideal der Zeitpunkt Ende Klasse 3 oder Anfang Klasse 4 herausgestellt. Die Projektwoche ist in 5 Tage gegliedert :

Tag 1 „Werden und Vergehen“,

Tag 2 „Krankheit und Leid“,

Tag 3 „Sterben und Tod“,

Tag 4 „Vom Traurigsein“,

Tag 5 „Trost und Trösten“

Die Themenschwerpunkte werden mit Geschichten, Bilderbüchern und Filmen nahegebracht und Pantomime, Fantasiereisen, Meditation und der Umgang mit Farben und Musik ergänzen das Ganze. Am 5. Tag findet ein Abschlussfest statt. Dazu sind dann Eltern und Angehörige eingeladen.

Unser Einsatzgebiet ist der Bereich Bad Münder und Springe, wir waren auch schon in der Waldorfschule in

Sorsum. Je nach Möglichkeit wird die Woche ein- bis zweimal im Jahr durchgeführt. Im letzten Jahr waren wir

zum wiederholten Male in Eimbeckhausen und in 2020 sind wir im Frühsommer in Gestorf und im Herbst in

Eimbeckhausen.

Unser Team besteht im Moment aus 11 Ehrenamtlichen und die Arbeit mit den Kindern macht uns trotz aller Anstrengungen viel Freude und ist für uns alle sehr bereichernd.

*Babsi Hartmann*

(Aufgrund der Corona- Pandemie fällt die Projektwoche „Hospiz macht Schule“ im Juni leider aus. Ob die Woche im Herbst stattfindet, wir wissen es nicht.)

**Märchen in der Hospizarbeit, Fortbildung 19.11.19**

Märchen eignen sich gut, um in der Hospizarbeit eingesetzt zu werden.

Allen Märchen liegen feste Strukturen zugrunde, egal aus welchem Land sie kommen. Gut und Böse sind scharf

voneinander abgegrenzt. Der Held, oft schwache Person, begibt sich auf einen unbekannten, gefahrvollen Weg. Helfer tauchen auf, wenn man sie anerkennt, findet sich eine Lösung, um ans Ziel zu gelangen. Am Ende siegt immer das Gute.

Vielen Älteren sind Märchen aus ihren Kindertagen oder durch Kinder und Enkelkinder bekannt. Märchen können die Tür für Gespräche öffnen. Sie können eine Hilfe sein, um Lebenswege zu überdenken und Ängste zu reduzieren.

Folgende Märchen wurden vorgelesen:

* Das Wasser des Lebens
* Die Reise zur Sonne
* Die Frau, die das Land der Toten besucht
* Von der Beutelratte, die sich fledermauste *Martha Krehnke*

**Die Beutelratte, die sich fledermauste**

Es war einmal eine Beutelrate, die war ihr altes Leben müde, da sagte sie sich: „Ich bin zu alt für dieses Rattenleben und zu langsam, meine Beine sind schwer und wollen mich nicht mehr. Es ist Zeit, dass ich mich verwandele. Aber was soll ich werden? Ich will im Dunkeln meine Wege finden, ohne dass man mich sieht. Soll ich also eine Schabe werden? Lieber nicht. Die Leute würden mich verachten und zertreten. Soll ich eine Schlange werden? Ach nein, dann wird man mich fürchten und hassen.

Ich will eine Fledermaus werden! Die fliegt durch die Nacht und frisst reife Bananen!“

Und dann ging die alte Ratte daran, sich zu fledermausen. Mit ihrem langen Schwanz und ihren Hinterpfoten hielt sie sich fest an einen Zweig und hängte sich Kopf nach unten auf, wie Fledermäuse das tun. Aber da bekam sie einen Schluckauf.

Eine Fledermaus, die vorüber flog, hörte, wie sie schluckte und schluckte. Sie flatterte um die Ratte herum. „Was machst du denn da?“, fragte sie, „willst du dich über mich lustig machen?“ – „Nein“, sagte da die alte

Ratte, „ich will mich nicht über dich lustig machen. Ich will mich fledermausen.“ – „Wir Fledermäuse haben

keinen Schwanz, sagt die Fledermaus. Da warf die Ratte ihren Schwanz ab und hielt sich nur noch mit den Hinterpfoten fest. – „Wir Fledermäuse brauchen keinen Beutel!“ – Da warf die Beutelratte ihren Beutel fort. –

„Wir Fledermäuse haben Flügel!“ – Da dehnte und dehnte die Beutelratte ihre alte Haut und spannte neue

Flügel aus. Die Fledermaus flog davon und sagte zu ihrem Volk: „Denkt euch, was ich gesehen hab’. Dahinten ist eine Beutelratte, dich sich fledermaust. Sie will sich verwandeln, um mit uns zu leben. Lasst sie in Ruhe,

dass sie sich verwandeln kann.“ Da riefen alle Fledermäuse: „Eine Ratte, die sich fledermaust! Eine Ratte die

sich fledermaust! Los, los, das müssen wir sehen!“, und sie flogen alle dorthin und sahen die Beutelratte, die da hing und sich fledermauste.

„Ratte, Ratte, hast du dich schon verwandelt?“ fragten sie – „Ja, verwandelt hab’ ich mich schon“, sagte die Ratte, „und jetzt möchte ich fliegen. Aber ich fürchte mich.“ – „Fürchte dich nicht, Ratte!“, riefen die Fledermäuse. „Fliege! Es ist wunderschön.“ Die alte Ratte wollte gern fliegen, aber sie fürchtete sich und zitterte und war ganz schwer vor Angst und blieb hängen. „ Hab keine Angst“, riefen die Fledermäuse, „ wir werden dich das Fliegen lehren. Breite nur deine Arme aus, lass deine Flügel schwingen und dann lass dich fallen - und du wirst fliegen!“

Da spannte die alte Ratte ihre neuen Flügel aus, sie lässt sie schwingen, lässt sich los – sie fliegt! „Wunderschön ist es!“, ruft sie und fliegt davon durch die Nacht. Wir können sie nicht sehen, aber sie sieht uns auch im Dunkeln. Sie findet Bananen, mehr als genug, und die reifen, die frisst sie.

So hat die alte Beutelratte sich gefledermaust. Ein alter Indianer hat’s erzählt. In seinem Land ist es geschehen.

*Indiomärchen aus Südamerika bearbeitet von Heinrich Dickerhoff*

**Meine erste Begleitung**

Und dann war er da – der Telefonanruf mit der Frage, ob ich eine Begleitung übernehmen kann, meine erste. Ich habe zugesagt und schon am Nachmittag haben wir uns in der Familie getroffen.

Der Sohn hatte sich an den Hospizverein gewandt, weil er und seine Mutter nicht mehr richtig weiterwussten. Den Pallitivstivstützpunkt hatte er auch angefragt.

Die Familie: der Vater, 86 Jahre alt, nach mehreren Schlaganfällen dement und bettlägerig, die Ehefrau, selbst schwer an Arthrose erkrankt und der Sohn, der seit 3 Jahren seine Eltern liebevoll betreut.

Das Erstgespräch zusammen mit Katrin war schon geprägt von Vertrauen und Respekt. Es war deutlich, dass in erster Linie der Sohn eine Unterstützung braucht. Der Vater hatte oft Nahrung verweigert und der Sohn hatte jetzt Angst, nichts tun zu können.

Ich habe den Vater begrüßt und ihm erklärt, wer ich bin und warum ich ihn besuche. Es gab während der ganzen Begleitung nur beim dritten Besuch einmal eine Reaktion, er nestelte seine linke Hand unter der Bettdecke hervor und hielt sie hoch. Ich nahm sie in meine Hände und hielt sie fest. Das habe ich als einen Moment von Verbundenheit und Einverständnis gespürt.

Beide Familienmitglieder habe ich im Laufe des Kennenlernens gefragt, ob sie den Ehemann und Vater gehen lassen könnten. Die Ehefrau sagte klar, dass sie es kann. Der Sohn sagte: „Wenn ich meinen Vater gehen

lasse, habe ich keinen Lebensinhalt mehr.“ Ich habe nachgefragt, warum das so ist. Der Sohn hat jahrelang weit weg von zuhause gelebt und nicht gearbeitet. Nach einem Treppensturz der Mutter hat er sein Leben komplett umgekrempelt, ist zurück nach Hause gekommen und hat sich um die Eltern gekümmert. Er konnte sein Tun und die absolut liebevolle Sorge vor allem um den Vater nicht positiv sehen. Ihn plagte auch das schlechte Gewissen, dass er genug mit dem Vater getan hat.

Und dann gab es da den einen Satz, der mich sehr berührt hat. „Wir tuen meinem Vater das Schlimmste an, wir waschen und windeln ihn und manchmal spüre ich seinen Unmut darüber. Vielleicht sollte er doch in ein Hospiz

gehen, dann könnten die Schwestern das machen und wir können schöne Dinge mit ihm tun!“

Darüber haben wir lange gesprochen. Der Sohn äußerte auch, er würde seinem Vater so gerne noch so viel

sagen. Ich habe ihn gefragt, ob er die Möglichkeit sieht, sich ans Bett zu setzen und das zu tun. Bei dem nächsten Besuch sagte er, er habe es versucht, es ginge nicht.

Bei jedem meiner Besuche habe ich den Vater begrüßt, ihm etwas erzählt und auch an seinem Bett gesessen. Und bevor ich gegangen bin, habe ich mich genauso verabschiedet.

Dann hatte ich eine Erkältung und bin in Absprache mit der Familie nicht mehr persönlich dort gewesen, um eine Ansteckung zu verhindern. Kontakt haben wir über das Telefon gehalten.

Der Zustand des Vaters verschlechterte sich und als ich am Donnerstag telefonierte, um zu sagen, dass ich kommen kann, wurde klar, dass sich der Lebensweg des Vaters schnell vollenden würde. Ich bin sofort hingefahren und wir haben ruhig und pragmatisch miteinander gesprochen.

Am folgenden Tag habe ich meine Enkelkinder besucht. Und dann rief der Sohn an, sein Vater sei eingeschlafen. Er erzählte er mir, dass er am Morgen aufgewacht sei und lange mit seinem Vater gesprochen habe und er habe es mit Liebe getan. Er habe ihm alles sagen können und hatte das Gefühl, dass sein Vater es hören konnte. Dann sei er aus dem Haus gegangen und kurze Zeit später habe seine Mutter angerufen und ihm gesagt, dass sein Vater verstorben sei. Und es sei für ihn in Ordnung gewesen.

Abends habe ich Ehefrau und Sohn besucht. Und es hat mich gerührt, dass der Vater in seinem Bett aufgebahrt war. Ich habe mich verabschiedet und seine Hände noch einmal gestreichelt. Mit der Ehefrau habe ich gebetet. Es war deutlich zu spüren, wie wichtig das Gespräch von Vater und Sohn zum Abschied war.

Der Sohn gestaltete die Traueranzeige selbst und hat noch einmal alle seine Gedanken hineingelegt. Zur

Trauerfeier stellte er Bachsche Musik zusammen. Ich habe an der sehr würdevollen Feier teilgenommen, da Ehefrau und Sohn mich eingeladen haben.

Auch jetzt reden wir manchmal noch gerne miteinander und ich bin stolz, welches Vertrauen und welche Dankbarkeit ich bekommen. Der Sohn hat Pläne für die Zukunft, wie er sie gestalten kann, wird sich finden.

Diese Begleitung war wichtig für mich. Ich konnte feststellen, was ich kann. Da ich eher schnell und spontan bin, konnte ich hier Langsamkeit und Demut lernen. Und ich habe keine Berührungsängste, verständnisvoll und respektvoll Sterbende und ihre Familie auf einem wichtigen Abschnitt ihres Lebens zu begleiten und verstorbene Menschen zu verabschieden. Die Bedeutung, die manche Menschen im Leben von anderen haben, wurde mir noch einmal tief bewusst. *Christiane Schulze-Kirschner*

**Wandern durch die Trauer – ein Erfahrungsbericht einer Trauerbegleiterin**

Ein sonniger und warmer Samstag im Herbst 2019 am frühen Nachmittag: Zwei weitere Trauerbegleiterinnen und ich warten gespannt an der Ziegenbuche darauf, wie unser erstes Angebot „Wandern durch die Trauer“ angenommen wird. Wir hatten eine Menge an Ideen und haben viel Zeit in unser neues Projekt gesteckt.

Wer wird sich angesprochen fühlen? Wie viele Menschen würden sich heute Nachmittag einfinden? Wie würde sich die Gruppe zusammensetzen? Wer braucht Unterstützung und in welcher Form? Viele Fragen, die zunächst erst einmal offen waren und die ein flexibles und einfühlsames Reagieren benötigten.

Aus unserem Ausbildungskurs, der von August 2018 bis März 2019 stattgefunden hat, war die Idee eines neuen

Angebotes für Trauernde entstanden. Wir wollten mit dieser Idee vor allem jene Trauernde ansprechen, die

durch das Wandern einen Zugang zur Trauer finden könnten und dadurch auf Menschen treffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Das gemeinsame Gehen durch die Natur und das Empfinden der Jahreszeit sollten

eine ungezwungene Atmosphäre schaffen, gemeinsam ins Gespräch zu kommen oder auch mal gemeinsam zu schweigen.

In mehreren Planungstreffen suchten wir Texte und Impulse heraus, verfassten Infobriefe für die Zeitung, für Gemeindebriefe und Aushänge. Vorweg loteten wir verschiedene Wegstrecken aus und entschieden uns für eine ca. 2,5 Stunden lange Wanderstrecke von Bad Münder nach Nettelrede und zurück. Diese Strecke haben wir in kleiner Runde vorher einmal ausgetestet, um ein Gefühl für Tempo, Haltepunkte und Dauer der Wanderung zu bekommen. Da wir im Vorhinein nicht wissen konnten, wie viele Trauernde das Angebot annehmen würden oder ob jemand von uns dreien kurzfristig nicht teilnehmen kann, waren einige aus unserer Gruppe „auf Abruf“.

Doch nun zurück zur eigentlichen Trauerwanderung: Nach und nach kommen Interessierte zum Treffpunkt; mal allein, mal zu zweit und eine Trauernde in Begleitung ihres Hundes. So ist die Stimmung sogleich ein wenig aufgelockert, denn der Vierbeiner verbreitet mit seinem freundlichen Wesen sofort eine entspannte Atmosphäre. Nach der offiziellen Begrüßung setzt sich die Gruppe mit neun Trauernden und drei Ehrenamtlichen in Bewegung und erreicht nach 10 Minuten den ersten Haltepunkt, an dem ein Impuls für die nächste Wegstrecke gegeben wird: Jeder darf sich aus einem Stoffsäckchen einen Stein herausnehmen, der symbolisch für den Verstorbenen die Wanderung mit begleitet. Dazu wird ein Text als Anregung und zum Innehalten vorgelesen. Viele Trauernde zeigen sich sehr berührt. Nach und nach wird deutlich, wer von ihnen mehr Ruhe braucht und allein gehen möchte, wer für ein Gesprächsangebot dankbar ist oder wem es gerade ein Anliegen ist, sich zwanglos unterhalten zu können.

Gut, dass wir zu Dritt sind, um zu begleiten. So kann jede von uns dort unterstützen, wo es gerade nötig ist. Auch das Tempo der Gruppe ist unterschiedlich bei teils leichten, teils ansteigenden Wegstrecken. Da ist es sinnvoll, dass zunächst jeder in seinem eigenen Tempo gehen kann, aber auch, dass wir die Gruppe nach einiger Zeit wieder zusammenführen. Am Tempsstein, oberhalb von Nettelrede, wird eine weitere Geschichte vorgelesen. Auch hier – mit wunderbarem Rundumblick über das Deister-Süntel-Tal und weit darüber hinaus – berühren die Worte und lassen nachklingen. Beim Abwärtswandern in Richtung Hofcafé entstehen zwanglose Gespräche von Trauernden über ihre verstorbenen Angehörigen.

Die Einkehr, für die im Vorhinein bereits ein Tisch reserviert wurde, wird als angenehm und stärkend empfunden. Nach einer Dreiviertelstunde wird der Rückweg angetreten. Unterbrochen wird der Weg nochmals durch einen letzten Impuls mit einem Gedicht und einer Trauerkarte, die jeder Teilnehmer mitnehmen darf. Die Rückmeldungen sind sehr wertschätzend und ermutigen uns, das Angebot im Frühjahr fortzusetzen.

Zusammenfassend können wir sagen, dass diese Trauerwanderung auch für uns eine völlig neue und zum Teil auch herausfordernde Erfahrung war. Unbekannte Menschen spontan in ihrer unterschiedlichen Trauer wahrzunehmen und zu begleiten, Trauernde, die zum Teil viel Gesprächsnähe suchen und zulassen, das wurde zu einer ganz besonderen Erfahrung. Aber auch zu sehen, dass durch das Trauer-Wandern ein verbindendes Element zwischen diesen unterschiedlichen Menschen geschaffen wird, macht Mut das Projekt fortzuführen.

*Britta Prusiecki*

**Spendenkonto Volksbank eG Lehrte-Springe-Pattensen-Ronnenberg**

**IBAN: DE3625193331080166100 BIC: GENODEF1PAT**

*Hinweise auf Veranstaltungen und Informationen finden Sie auf unserer Homepage* [***www.hospizspringe.de***](http://www.hospizspringe.de)

**Weitergehen**

Gehen

Schritt für Schritt

Einen Fuß vor den anderen setzen

Eine gewohnt alltägliche Übung

Die wir tun, ohne zu denken

Und auf einmal:

Fehlt der Halt

Laufen auf nasser Watte

Alles wackelt

Ich bin aus dem Gleichgewicht

Muss mich neu ausrichten

Meine Schrittgeschwindigkeit wieder finden

Den besten Weg dafür suchen

Meinen Weg

Und den finde ich nicht durch Stehenbleiben

Nicht durch Rückwärtsgehen

Ich muss ausprobieren

Auch mal rechts oder links abbiegen

Mich vielleicht auch mal verlaufen

Um mich wieder neu zu orientieren

Und weiter zu gehen

Ich gehe Für mich Zu mir.

*Christiane Hülsbusch*

Liebe Mitglieder,

vieles ist inzwischen passiert, was unseren Alltag auf den Kopf gestellt hat. Die Virus Pandemie hat uns kräftig aufgeschreckt und unser aller Tun verändert.

So war es nicht möglich, Begleitungen in der gewohnten Form weiter zu führen, die Pflegeheime schlossen ihre Türen…Sogar Angehörige konnten nicht besucht werden, eigentlich unvorstellbar. Für jeden Einzelnen waren und sind die Auswirkungen noch spürbar.

Mittlerweile geht leise Hoffnung um, dass das Gröbste geschafft sein könnte, nach und nach werden Auflagen wieder gelockert.

Wir haben hier im Büro weiterhin versucht, die Versorgung schwerkranker und sterbender Menschen aufrecht zu erhalten und auch für Angehörige in dieser schwierigen Zeit da zu sein. Die Not war deutlich spürbar.

Nun hoffen wir auf bessere Zeiten und wünschen Ihnen und ihren Familien gute Gesundheit!

Mit herzlichen Grüßen aus dem Hospizbüro,

Susanne Rokahr und Katrin Moormeister