

Ambulanter Hospiz- und
Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V.



Blick *Wechsel*

● Leben begleiten bis zuletzt

**Sterben, Tod und Trauer –
Was geht mich das an?**



Sind die Themen
in unserer
Gesellschaft
angekommen?

Herausgeber:
Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V.

Redaktionsleitung:
Manuela Vicky Sieker

Redaktionsteam:
Ilse Böinghoff, Ina Büschemann, Elisabeth Burgdorf, Sylvia Bracht, Gabriele Klose, Meike Kohlbrecher, Beate Lüling

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder, sondern sind als Diskussionsanregungen gedacht.

Layout und Satz:
Ziele und Zeichen
meyer@zieleundzeichen.de

Druck:
2D Drewes Druck OHG,
Auflage 4.000 Stück

Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V.
info@hospiz-lippe.de
www.hospiz-lippe.de
Bankverbindung:
IBAN: DE12 4765 0130 0106 0092 85
SWIFT-BIC: WELADE3LXXX

Detmold, Leopoldstraße 16,
32756 Detmold
Tel. 05231-962800
Fax 05231-962801

Lage, Lange Straße 70,
32791 Lage
Tel. 05222-3639310
Fax 05222-3639315

Lemgo, Haferstraße 25,
32657 Lemgo
Tel. 05261-777383
Fax 05261-668477

Bad Salzuflen, Lange Straße 9,
32105 Bad Salzuflen
Tel. 05222-3639310
Fax 05222-3639315

Spendenkonten:
Sparkasse Paderborn-Detmold-Höxter
IBAN DE92 4765 0130 0047 4747 47
SWIFT-BIC WELADE3LXXX

Sparkasse Lemgo
IBAN DE58 4825 0110 0004 4444 44
SWIFT-BIC WELADED1LEM

Vorwort	03
Einstieg Wir sind auf dem Weg	04
Im Gespräch Sterben, Tod und Trauer – verdrängte Themen?	06
Fachartikel Die Hospizbewegung und ihre kulturelle Dimension	08
Erinnerungen Was Zahlen nicht erzählen	10
Erfahrungsbericht Gedanken ...	12
Gedicht Bevor du sterbst	15
Fachartikel „Verantwortung für Deutschland“	16
Ausbildung Alles hat seine Zeit – Sterbeseminar auf einer Nordseeinsel	18
Erfahrungsbericht Es braucht Mut und Vertrauen	20
Reflexion Auf der einen Seite – auf der anderen Seite	22
Stimmen Was wir so alles hören	24
Aus dem Verein Den Moment genießen	25
Aus dem Verein 20 Jahre – ein besonderer Meilenstein	26
Aus dem Verein 25 Jahre Regionalgruppe Extertal – Gemeinschaft und Engagement	27
Aus dem Verein Unsere Bibliothek – ein Ort zum Entdecken ...	28
Bücher und Medien	30
Aus dem Ehrenamt Über das Leben sprechen, wenn es um den Tod geht	32
Wir brauchen Freunde Mitgliedserklärung und Kontakt	34
Liedtext Heute hier, morgen dort	36



Besuchen Sie auch unsere Website
www.hospiz-lippe.de

Fotos:
Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V., IStock, Adobe Stock



Liebe Hospizler:innen, liebe Interessierte,

Der Titel unseres Blickwechsels „Sterben, Tod und Trauer – Was geht mich das an? – Sind diese Themen in der Gesellschaft angekommen?“ begleitet viele Gespräche in unserer Hospizarbeit – und vielleicht auch Sie beim Aufschlagen dieser Zeitschrift. Sterben, Tod und Trauer gehören untrennbar zum Leben. Und doch haben wir oft den Eindruck, dass sie in unserer Gesellschaft wenig Raum haben. Wir sprechen über vieles offen, planen und sichern unser Leben ab – aber wenn es um Abschied, Endlichkeit und Trauer geht, werden wir oft still, ängstlich und unsicher.

Gleichzeitig erleben wir Veränderungen: Sterben und Trauer tauchen in den Medien auf, es gibt neue Formen der Bestattung, Trauercafés, Vorsorgeangebote und öffentliche Debatten über Selbstbestimmung und Menschenwürde. Aber bedeutet Sichtbarkeit auch wirkliche Auseinandersetzung, oder bleibt vieles an der Oberfläche, solange es uns nicht persönlich betrifft?

In unserer täglichen Hospizarbeit begegnen wir Menschen in sehr unterschiedlichen Lebenssituationen. Manche sind gut vorbereitet, haben mit ihren Angehörigen

gesprochen, geplant und Abschied genommen. Andere stehen plötzlich vor einer Situation, auf die sie niemand vorbereitet hat – sprachlos, verunsichert und allein. Diese Spannweite zeigt uns: Die Themen Sterben, Tod und Trauer sind da, aber sie sind noch nicht selbstverständlich Teil unseres gesellschaftlichen Miteinanders.

Hospizarbeit versteht sich als Teil einer sorgenden Gemeinschaft. Sie lebt davon, dass Sterben, Tod und Trauer nicht ausgeklammert werden, sondern ihren Platz im Leben behalten dürfen.

Mit dieser Ausgabe möchten wir Sie einladen, sich dem Thema behutsam zu nähern. Vielleicht finden Sie Gedanken, die Sie bestätigen. Vielleicht stoßen Sie auf Fragen, die Sie weiter begleiten. Wenn diese Seiten dazu beitragen, dass Gespräche entstehen – in Familien, im Freundeskreis oder in der Nachbarschaft –, dann hat diese Ausgabe ihr Ziel erreicht.

Ich wünsche Ihnen eine Lektüre, die Gespräche entstehen lässt.

Ihre
Ilse Böinghoff



Wir sind auf dem Weg

GEDANKEN AUS DEM REDAKTIONSTEAM

Wenn Menschen über das Lebensende sprechen, geschieht das oft leise. Zwischen Alltag und Terminen bleibt selten Raum für das, was uns alle betrifft: Sterben, Abschied, Trauer, Sinn. Und doch gibt es Orte, an denen genau das selbstverständlich ist. Orte, an denen Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleitet werden – würdevoll, achtsam, menschlich. Hospize und ambulante Hospizdienste sind längst ein fester Bestandteil unseres Versorgungssystems. Aber: Sind sie auch schon Teil unserer Gesellschaft? Die Antwort ist vielschichtig – und sie beginnt mit einem Blick auf die öffentliche Wahrnehmung.

Viel Anerkennung – wenig Wissen

In Umfragen genießt Hospizarbeit ein hohes Vertrauen. Viele Menschen verbinden mit ihr Wertschätzung, Zeit und Menschlichkeit. Gleichzeitig zeigt sich: Nur ein kleiner Teil der Bevölkerung weiß genau, wie Hospize arbeiten, wer Anspruch auf Begleitung hat oder dass Hospiz nicht gleichbedeutend mit „Aufgeben“ ist. Noch immer hält sich die Vorstellung, Hospize seien Orte des Sterbens – dabei sind sie vor allem Orte des Lebens, an denen Zeit neu verhandelt wird. Zwischen Ängsten und falschen Bildern liegt oft ein großes Informationsdefizit. Öffentlichkeitsarbeit bleibt daher zentral.

Im Gesundheitswesen angekommen – im Alltag noch nicht ganz

Strukturell ist Hospizarbeit heute gut verankert: Es gibt feste gesetzliche Grundlagen, klare Finanzierungsmodelle, anerkannte Ausbildungsgänge und flächendeckende Angebote. Die Zusammenarbeit mit Kliniken, Pflegeheimen und Ärztinnen und Ärzten ist vielerorts selbstverständlich geworden. Doch ob Hospizarbeit wirklich angekommen ist, zeigt sich erst im Alltag der Menschen. Und dort erleben wir: Viele Betroffene und Angehörige erfahren erst spät, manchmal viel zu spät, welche Hilfen es gibt. Der Gang ins Hospiz bleibt für manche eine Hürde – nicht aus Ablehnung, sondern aus Unsicherheit.

Ehrenamt: ein Spiegel der Gesellschaft

Kaum ein Bereich zeigt die gesellschaftliche Stimmung so deutlich wie das Ehrenamt. Die Bereitschaft, Menschen am Lebensende zu begleiten, ist groß – aber sie braucht Zeit, Mut und Schulung. Viele Dienste erleben einen Generationenwechsel: Jüngere Engagierte finden langsam ihren Weg in die Hospizbewegung, doch gesellschaftliche Belastungen wie Arbeitsdruck und familiäre Verpflichtungen machen ihnen die Entscheidung nicht leicht. Wer sich dennoch engagiert, bringt starke Motivation mit: den Wunsch, etwas zu geben, etwas Wesentliches zu tun, menschliche Nähe zu teilen. Dieses Engagement ist ein wertvolles Zeichen gesellschaftlicher Reife.

Was Angehörige erzählen

Spricht man mit Familien, die hospizliche Unterstützung erhalten haben, hört man oft ähnliche Sätze: „Wir wussten gar nicht, dass es so etwas gibt.“ – „Es war eine enorme Entlastung.“ – „Ich hatte endlich wieder Zeit, Tochter zu sein, nicht nur Pflegendende.“ Diese Rückmeldungen zeigen: Wo Hospizarbeit sichtbar wird, wirkt sie.

Doch sie zeigen auch: Sichtbarkeit ist keine Selbstverständlichkeit. Viele Menschen finden erst über persönliche Empfehlungen den Weg zur Hospizbegleitung.

Eine Haltung, die noch wachsen darf

Hospizarbeit ist mehr als eine Versorgungsform – sie ist eine Haltung. Eine Haltung, die davon ausgeht, dass Würde nicht verhandelbar ist. Dass Zeit ein Geschenk ist. Und dass Menschen am Lebensende nicht nur medizinische Versorgung brauchen, sondern Beziehung, Trost und Aufmerksamkeit. Diese Haltung hat in unserer Gesellschaft Fuß gefasst, aber sie könnte noch stärker werden: in Schulen, in der Pflegeausbildung, in Kirchengemeinden, am Arbeitsplatz, in Familien. Über Sterben zu sprechen heißt, über Leben zu sprechen – über das Wesentliche.

Ist die Hospizarbeit angekommen?

Ja – aber noch nicht überall. Gesellschaftliche Haltungen verändern sich langsam, im Stillen, durch Begegnungen. Was sicher ist: Die Hospizbewegung hat in den letzten Jahrzehnten große Schritte gemacht. Sie hat Menschen berührt und verändert, Strukturen geschaffen und Tabus geöffnet. Und sie wird weiter wachsen – durch Begegnungen, durch Engagement, durch Geschichten wie die, die wir in dieser Ausgabe erzählen. Denn Hospizarbeit ist nicht nur ein Angebot. Sie ist ein Versprechen: Kein Mensch soll sich am Ende seines Lebens alleingelassen fühlen.

Aber zur Ehrlichkeit dieser Thematik gehört noch eine weitere Perspektive: Ein gutes Sterben ist nicht ausschließlich an hospizliche Begleitung gebunden. Menschen haben zu allen Zeiten Abschied genommen – in ihren Familien, in vertrauten Räumen, getragen von Beziehungen, Glauben oder Lebenserfahrungen. Auch ohne professionelle Unterstützung kann ein Sterben würdevoll, friedlich und begleitet sein.

Hospizarbeit ersetzt nicht das, was zwischen Menschen gewachsen ist – sie ergänzt es. Sie wird dort besonders wertvoll, wo Unsicherheit entsteht, wo Belastung überhandnimmt, Unterstützung fehlt oder Angehörige Zeit für sich benötigen. Aber sie ist kein Maßstab dafür, ob ein Abschied gelingt. Und vielleicht liegt darin die Erkenntnis, dass es viele Wege gibt. Was am Ende zählt, ist nicht die Form der Begleitung, sondern dass ein Mensch sich gesehen und mit seinen Bedürfnissen getragen fühlt.

Wir sind auf dem Weg.

Sterben, Tod und Trauer – verdrängte Themen?

VON ELISABETH BURGDORF UND MEIKE KOHLBRECHER

Als das Redaktionsteam im Dezember entschieden hatte, dass im nächsten Blickwechsel das Thema „Sterben, Tod und Trauer – was geht mich das an?“ behandelt werden soll, kam die Idee auf, Stimmen aus der Bevölkerung dazu zu hören.

Wir zwei haben uns spontan bereit erklärt, Interviews an einem Markttag in Detmold durchzuführen und die entsprechenden Fragen dazu vorbereitet. Anfang Februar sollte die Befragung einiger Marktbesucher durchgeführt werden. Allerdings waren für den geplanten Tag Schnee, Regen und Wind angekündigt – kein Wetter, um in der Stadt zu verweilen. Wir haben daher die Befragung auf Mitte März verschoben und uns gewundert, dass wir irgendwie erleichtert waren.

Als der nächste Termin anstand, war das Wetter herrlich – wir hatten keine Ausrede mehr. Woher kam dieses komische Gefühl? Warum fiel es uns schwer, auf fremde Menschen zuzugehen und sie zu den Themen „Sterben, Tod und Trauer“ zu befragen? Schließlich waren wir doch schon viele Jahre in der Hospiz- und Trauerarbeit aktiv.

Auch bei uns löst das Thema „Sterben, Tod und Trauer“ starke Emotionen und Angst vor Verlust aus. Rational können wir oft darauf schauen, emotional befürchten wir, etwas Falsches zu fragen oder Gefühle zu verletzen, denn wir wissen ja nicht, in welcher Situation unser Gegenüber sich gerade befindet. Es ist viel schwieriger, ein Interview zu einem hochemotionalen Thema durchzuführen, als z. B. zur Rettung des Regenwaldes.

Letztendlich gaben wir uns einen Ruck und haben zwei ältere Frauen angesprochen: „Haben Sie das Gefühl, dass in unserer Gesellschaft genug über Sterben, Tod und Trauer gesprochen wird?“ Die Frage wurde zwar verneint, aber es entwickelte sich ein sehr konstruktives Gespräch über das Thema. „Wir haben beide einen nahen Angehörigen verloren – daher fällt es uns leichter, über das Thema offen zu sprechen.“

„Würden Sie sagen, dass das Thema im Alltag verdrängt wird?“ Zwei junge Frauen antworteten, dass in ihrer Schule zwar über das Thema gesprochen wird, aber viele Mitschüler:innen sich nicht damit auseinandersetzen möchten. Sie wünschten sich, dass auch mehr mit kleineren Kindern über das Sterben gesprochen wird, sie auf Beerdigungen dabei sein dürfen und sie selbst entscheiden können, ob sie verstorbene Angehörige noch einmal sehen möchten oder nicht.

Ein älterer Herr regte ebenfalls an, dass bereits Kinder mit dem Thema vertraut gemacht werden sollten.

Eine 97-jährige Dame bemerkte: „Wir müssen Sterben und Tod als natürlichen Prozess begreifen und mit der Trauer viel selbstverständlicher umgehen. Schließlich sind das Themen, die uns alle betreffen, mal früher, mal später.“

Zwei Frauen mittleren Alters, welche mit ihren Babys unterwegs waren, erzählten, dass es im beruflichen Kontext leichter ist, über Sterben und Tod zu sprechen. Jedoch falle es ihnen mit eigenen Familienangehörigen sehr viel schwerer. Außerdem sei es eine Frage des Alters. Sie meinten, dass es leichter sei, diese Themen mit älteren Menschen zu besprechen.

Eine Dame erzählte, dass sie schon viel über das Thema nachgedacht und gesprochen habe und es ihr dadurch zunehmend leichter falle.

Niemand, den wir angesprochen haben, hat sich weggedreht oder wollte nicht mit uns sprechen. Ganz im Gegenteil: Wir waren überrascht über die Offenheit. Nach dieser Erfahrung hatten wir das Gefühl, dass sich in unserer Gesellschaft doch etwas verändert.

In Zukunft werden wir mehr Mut haben, das Thema „Sterben, Tod und Trauer“ anzusprechen.

Die Themen gehören UNAUSWEICHLICH zu unserem Leben und jeder wird früher oder später damit konfrontiert.

Ich wünsche mir mehr Offenheit in der Gesellschaft ohne zu moralisieren, z. B. im Umgang mit dem Wunsch nach Suizid.

Es sollte kein Tabu mehr sein, darüber zu sprechen. Schweigen und Verdrängen fördern nur die Angst. Wenn man mögliche Perspektiven nicht kennt, hat man auch keine.

Medien suggerieren ewiges Leben.

Angehörige sollen Bescheid wissen über meine Wünsche in PV und VV.

Sollten wir nicht hinterfragen, ob es erstrebenswert ist, ein Leben „endlos“ zu verlängern?

Ich wünsche mir eine neue Kultur rund um den Tod und gemeinsame neue Rituale.

Darüber zu sprechen sorgt für eine traurige, bedrückte Stimmung und erzeugt ein unwohles Gefühl.

Angstbesetztes Tabuthema.

Jeder, der geboren wird, muss auch sterben. Es gibt das eine nicht ohne das andere, aber es schmerzt.

Vorsorge kann man auch als Liebeserklärung für seine Angehörigen verstehen.

Kinder sollten frühzeitig mit einbezogen werden.

Es ist wichtig, darüber zu reden, weil man dadurch aufgeklärter ist und vielleicht besser mit einer Situation umgehen und Trauer besser verarbeiten kann.

In Krimis sieht man ja viele Tote, aber was Sterben wirklich bedeutet, fehlt.

Ich denke, dass ein offener Umgang mit dem Tod das Leben lebenswerter und bewusster macht.

Ich wünsche mir einen offenen und generationenübergreifenden Austausch und Diskurs.

Oft fehlen mir die Worte. Das ist schwierig für mich.

Bei Katastrophen rücken die Menschen zusammen und zeigen ihr Mitgefühl.

Ich fände Friedhöfe in der Stadt gut – als Orte der Begegnung und als Orte, an denen Leben stattfindet.

Die Hospizbewegung und ihre kulturelle Dimension

„Der Tod ist das Problem der Lebenden“ – mit dieser Feststellung trifft Norbert Elias einen zentralen Punkt. Was würde geschehen, wenn wir den Tod nicht verdrängen, sondern ihn als Teil unseres Lebens akzeptieren würden?

VON DER REDAKTION GEKÜRZTE FASSUNG EINES VORTRAGS VON BERNHARD BAYER

Menschen, die sich in der Hospizbewegung engagieren, begegnen oft Irritation und Unverständnis: Wie kann man sich freiwillig mit dem Tod beschäftigen? Zieht das nicht herunter? Solche Reaktionen werfen Fragen auf: Sind diese Menschen Exoten oder lebensfern? Oder liegt gerade in ihrem Engagement ein wichtiger gesellschaftlicher Beitrag?

Kultur meint die Fähigkeit des Menschen, sein Leben und sein Miteinander aktiv zu gestalten – körperlich, geistig, sozial und spirituell. Doch was lässt sich angesichts des Todes noch gestalten? Der Tod entzieht sich unserer Verfügung. Wir wissen, was Leben ist, solange es da ist – und können den Tod nur negativ beschreiben: kein Atmen, kein Puls, keine Reaktion mehr. Er bleibt ein Geheimnis. Dieses Geheimnis hat Menschen zu allen Zeiten herausgefordert. Philosophien, Religionen und ganze Kulturen haben sich an ihm orientiert. Monumente wie die Pyramiden zeugen davon, wie stark der Tod das Leben und die Kultur geprägt hat. Wo Menschen sich diesem Unfassbaren gestellt haben, veränderte sich ihr Verständnis vom Leben – und daraus erwuchs Gestaltungskraft.

Auch die moderne Hospizbewegung ist aus einer solchen Auseinandersetzung entstanden. Ihr Beginn ist eng mit zwei Frauen verbunden: Cicely

Saunders und Elisabeth Kübler-Ross. Cicely Saunders gründete 1967 in London das St. Christopher's Hospice. Sie widersetzte sich der Haltung, dass beim Sterben „nichts mehr zu tun“ sei, und verstand die letzte Lebensphase als gestaltbare Lebenszeit. Sterbende Menschen sind lebende Menschen – mit Bedürfnissen, Rechten und Würde. Elisabeth Kübler-Ross brach ein Tabu, indem sie Sterbenden zuhörte und ihre Erfahrungen ernst nahm. Nicht die Professionellen seien die Experten, sondern die Betroffenen selbst. Dieser Perspektivwechsel löste einen tiefgreifenden Wandel aus, der sich auch institutionell niederschlug: Der Mensch und seine Bedürfnisse rückten ins Zentrum. Beide konnten an ältere, teilweise vergessene Traditionen anknüpfen: an die mittelalterlichen Hospize, die Körper und Seele gleichermaßen im Blick hatten, an die Ars moriendi, die Kunst des Sterbens, und an eine Zeit, in der der Tod als Teil des Lebens präsent war. Erst die moderne Gesellschaft hat das Sterben zunehmend ausgelagert, anonymisiert und medikalisiert. Die Sehnsucht vieler Menschen blieb jedoch: zu Hause zu sterben, nicht allein, begleitet von vertrauten Menschen.

In Deutschland entwickelte sich die Hospizbewegung ab den 1980er-Jahren als Bürgerbewegung. Aus eigener Betroffenheit heraus wurden Menschen aktiv, weil sie das Sterben Angehöriger als kalt und

hilflos erlebt hatten. Sie warteten nicht auf Reformen, sondern begannen selbst, Strukturen aufzubauen – oft gegen Widerstände im Gesundheitswesen und anfänglich auch in den Kirchen.

DIE HOSPIZBEWEGUNG BASIERT AUF DREI ZENTRALEN PRINZIPIEN NACH CICELY SAUNDERS:

- **Offenheit** – gegenüber dem Leben, dem Sterben, den Betroffenen, dem Team und dem Unfassbaren.
- **Einheit von Herz und Verstand** – fachliche Kompetenz und wissenschaftliche Erkenntnisse, verbunden mit persönlicher Zuwendung und Beziehung.
- **Geistige Freiheit** – keine Bevormundung, keine Missionierung, sondern Respekt vor dem individuellen Weg jedes Menschen.

Heute hat die Hospizbewegung viel erreicht: ambulante Dienste, stationäre Hospize, Palliativstationen, ehrenamtliches Engagement, wissenschaftliche Verankerung und eine größere öffentliche Präsenz der Themen Sterben, Tod und Trauer. Noch bedeutsamer ist jedoch ein kaum messbarer

Erfolg: Viele Menschen haben sich in der Hospizarbeit mit ihrer eigenen Endlichkeit auseinandergesetzt – und dadurch eine andere Haltung zum Leben entwickelt. Diese veränderten Menschen wirken wiederum in Familien, Gemeinschaften und die Gesellschaft hinein.

Die Zukunft stellt neue Herausforderungen: eine stabile Finanzierung und die Gefahr, dass Strukturen wichtiger werden als der eigentliche Auftrag. Gesellschaftlich bleibt die Auseinandersetzung mit Fragen der Sterbehilfe zentral. Die Hospizbewegung wird nur dann überzeugen, wenn sie zuhört, ernst nimmt und menschenwürdige Alternativen sichtbar macht.

Die Hospizbewegung ist damit weit mehr als eine Versorgungsform. Sie ist ein kultureller Beitrag zu einer menschenfreundlichen Gesellschaft – einer Gesellschaft, die auch am Ende des Lebens die Würde des Menschen achtet.

Vortrag von Bernhard Bayer anlässlich der Ausstellung „Tod und Jenseits“, Lindenmuseum Stuttgart im Original zu finden unter <https://hospiz-palliativ-bw.de> > artikel > hospizbewegung



Was Zahlen nicht erzählen

River Taff, Wales

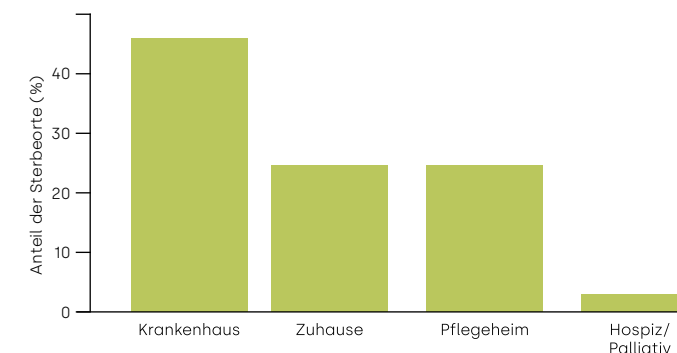
VON MANUELA VICKY SIEKER

Die Mitglieder des Redaktionsteams teilen sich die Aufgaben meist ein wenig auf: Die einen kümmern sich um Recherche, die anderen um Bildrechte, Korrekturen oder Layout. Ich hatte mir auch die Zahlen „auf die Fahne geschrieben“. Ein bisschen Recherche – dann würde ich die wichtigsten Fakten zusammentragen: Wie viele Menschen sterben jährlich? Wo sterben sie? Woran sterben sie? Und was sagen uns diese Zahlen – und was eben nicht? Mit dieser Aufgabe begann ich zu recherchieren. Beim Statistischen Bundesamt, Destatis, in verschiedenen Datenbanken, in Übersichten zu Todeszahlen und Todesursachen. Ich fing an zu schreiben. Zunächst ganz nüchtern: Jährlich sterben in Deutschland „rund“ eine Million Menschen. „Rund“ eine Million! Irgendetwas irritierte mich. Ich konnte zunächst nicht genau greifen, warum. Ein genauer Blick zeigte: 2025 sind es nicht „rund“ 1 Million Menschen gewesen, sondern 1.006.300. 6.300 Menschen mehr. Und doch wird die Zahl gerundet. Warum eigentlich? Kommt es auf diese 6.300 Menschen nicht an? Ist das nur eine minimale Abweichung, sodass sie keine Rolle spielt? Oder ist nicht jede:r Einzelne wert, genannt zu werden? Im Februar dieses Jahres ist mein Vater gestorben. Nur „ein“ Mensch. Ein Mensch, der nicht nur für mein Leben einen Unterschied gemacht hat. Ist es meine eigene Betroffenheit, die meinen Blick verändert hat? Hinter jeder Zahl steht ein Mensch. Und hinter jedem Menschen stehen weitere Menschen. Jede:r Einzelne hinterlässt mindestens vier Zugehörige (siehe im vorliegenden BlickWechsel den Artikel von Andreas und Monika Lüdeke). Auch diese Zahl kann

ich ganz konkret füllen. Mein Vater hinterlässt eine Lebensgefährtin, zwei Kinder, drei Geschwister, zwei Enkelkinder, zwei Stiefenkelkinder, Nichten, Neffen, Armeekameraden und viele Freunde und Bekannte. Mit „vier“ kommen wir da nicht weit. Mein Vater ist im Dezember 76 Jahre alt geworden. Das Durchschnittsalter bei Männern liegt bei 78,5 Jahren und bei Frauen bei 83,2 Jahren, wenngleich die durchschnittliche Lebenserwartung bei Männern in den letzten 20 Jahren um 2,6 Jahre und bei Frauen um 1,6 Jahre gestiegen ist. Statistisch gesehen war sein Tod also im erwartbaren Bereich. Auch bei den Todesursachen reiht er sich ein: Er starb an einer Krebserkrankung – neben Herz- und Kreislauferkrankungen eine der häufigsten Todesursachen. Diese Diagnose bekam er im April 2025 – nach einer Routineuntersuchung beim Hausarzt, bei der auffällige Leberwerte festgestellt wurden. Bildgebende Verfahren zeigten Metastasen in Leber, Lunge und Knochen. „Ich will leben!“ Mit diesem Satz begann er am 25. April – nach quälendem Überlegen und bei aller Bewusstheit der katastrophalen Diagnose – die Immun-/Chemotherapie. Die Nebenwirkungen ließen nicht lange auf sich warten. Aber er war bereit, diese Strapazen auf sich zu nehmen – für mehr Zeit, für mehr Leben. Es folgten Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Haarausfall, Schlafstörungen, Dauerkatheter, Fieber, Gallenblasenentzündung, Krankenhausaufenthalte ... Der Preis war hoch für mehr Zeit, für mehr Leben. Aber er war bereit, diesen Preis zu bezahlen – bis November. Am 18. November

beendete er die Therapie, die ihm so viel abverlangte. Er wollte nicht mehr. Er wollte Ruhe. Es kam zu einem deutlichen Fortschreiten der Erkrankung. Am 5. Februar ist er zu Hause verstorben. Wie für jede:n zweite:n Deutsche:n war das auch der Wunsch meines Vaters: zu Hause zu sterben. Auch die Möglichkeit, ins Stationäre Hospiz zu gehen haben wir früh besprochen. Wir haben meinen Vater frühzeitig im Stationären Hospiz angemeldet. Gleichzeitig signalisiert, dass es jetzt aber noch nicht so weit ist. Gibt es den richtigen Zeitpunkt? „Ist es jetzt so weit?“ Das ständige Abwägen zwischen der eigenen Überforderung als Angehörige und dem Wunsch, ein Sterben zu Hause zu ermöglichen, war belastend. „Schaffen wir das hier zu Hause? Was kommt noch auf ihn, auf uns zu?“ 50 % der deutschen Bevölkerung sagen, dass sie gerne zu Hause sterben würden. Die Realität sieht oft anders aus – mehr als die Hälfte der Menschen sterben im Krankenhaus (Abb. 1).

Abb. 1 Sterbeorte in Deutschland.



Die repräsentative Umfrage des DHPV (2022) zeigt aber auch, dass ein würdevolles Sterben im Krankenhaus (55 %), im Pflegeheim (73 %), sowie in stationären Einrichtungen wie einem Hospiz, einer Palliativstation (84 %) möglich ist. Es überrascht mich nicht, dass Einrichtungen wie das Stationäre Hospiz selbst dem Versterben im häuslichen Kontext (80 %) „überlegen“ sein können. Ein Hospiz bietet für den schwerkranken Menschen palliativ-medizinische, pflegerische und psycho-soziale Unterstützung. Gleichmaßen können An- und Zugehörige Belastungen abgeben. Ihnen werden herausfordernde Aufgaben abgenommen, und auch sie erfahren Fürsorge. In der Umfrage wird auch deutlich, dass Menschen – wenn sie an ihren eigenen Tod denken – die größte Angst davor haben, hilflos an Maschinen zu liegen und Schmerzen zu haben. Nah gefolgt von der Sorge, Unerledigtes zurückzulassen oder jemandem zur Last zu fallen. Das kann die Zunahme der Zahl der Menschen erklären, die eine Patientenverfügung und/oder Vorsorgevollmacht haben. Die Themen Sterben, Tod und Trauer haben nachvollziehbar im höheren Alter eine größere Relevanz. Das erklärt auch, dass Menschen ab 70 Jahren am häufigsten eine Patientenverfügung haben. Viele Menschen ohne entsprechende Vorsorge begründen dies

mitunter damit, dieses Thema verdrängt oder aufgeschoben zu haben, wohl wissend, dass es wichtig ist. Dass mein Vater schon weit vor seiner Erkrankung eine Patientenverfügung erstellt hatte, half uns dabei, seine Wünsche zu kennen. Für mich bekam dieses Wissen eine ganz neue Bedeutung, als mein Vater krank wurde und wir wussten, was ihm wichtig war. Mein Vater klagte nicht und teilte sich auch wenig mit. Wir spürten, dass wir uns bald verabschieden mussten. Mein Vater sagte zu mir: „Ich kann nicht mehr.“ Im Rückblick wissen wir: Den richtigen Zeitpunkt für einen möglichen Hospizeinzug haben wir verpasst. Kurz vor seinem Tod war kein Platz frei. Und dann war klar: Er bleibt jetzt hier. Mit Unterstützung des Hausarztes konnten wir in aller Dringlichkeit die palliativ-medizinische und pflegerische Versorgung für die letzten Tage aufbauen. Mein Vater konnte zu Hause sterben. Dafür sind wir sehr dankbar. In seinem eigenen Bett, mit vertrauten Geräuschen, mit uns in der Nähe. Und doch hat er sich den Moment seines Todes selbst gewählt: als er allein war. So wie bei meinem Vater sind es häufig die An- und Zugehörigen, die den größten Teil der Begleitung tragen. Oft über Wochen oder Monate, manchmal über Jahre, rund um die Uhr und an den eigenen Grenzen. (siehe BlickWechsel Nr. 43, Angehörige im Blick) Das Leben – und das Sterben – meines Vaters ist keine Zahl. Und doch haben Zahlen ihre Berechtigung. Sie zeigen Entwicklungen, sie machen Bedarfe sichtbar, sie helfen, Versorgung zu planen. Aber sie bleiben unvollständig. Meine Auseinandersetzung mit diesen Zahlen hat etwas verändert. Eine rein nüchterne Betrachtung war mir nicht möglich. Hinter jeder Statistik sehe ich: Gesichter. Geschichten. Beziehungen. Auch in meiner Arbeit im Ambulanten Hospizdienst begegnen mir Zahlen: Wie viele Begleitungen finden statt? Nehmen sie zu oder ab? Woher kommen die Anfragen? Doch hinter all dem stehen immer Menschen. Das dürfen wir nie vergessen! Und selbst wir, die wir uns beruflich mit diesen Themen beschäftigen, werden zu Laien, wenn wir persönlich betroffen sind. Dann verliert Wissen an Sicherheit. Es entstehen Unsicherheit, Sprachlosigkeit und manchmal auch Hilflosigkeit. So ging es auch mir. Mir wurde deutlich, wie sehr wir alle auf Unterstützung angewiesen sind. Ob ein Mensch gut sterben kann, hängt von vielen Faktoren ab: von Schmerzfreiheit, von Selbstbestimmung, von guter medizinischer und pflegerischer Versorgung. Aber auch davon, ob jemand da ist. Ob Gespräche möglich sind. Ob Raum für Ängste und Wünsche bleibt. Und vielleicht auch davon, ob wir uns – rechtzeitig – mit diesen Fragen auseinandersetzen. Sterben ist mehr als eine Zahl. Und doch erzählen Zahlen einen Teil der Geschichte.

Den anderen Teil müssen wir erzählen.

Gedanken ...

VON ANTJE SCHMIDT

Ich bin Antje Schmidt und arbeite seit vielen Jahren im Stationären Hospiz im Begleitenden Dienst. Seit über 25 Jahren beschäftige ich mich bewusst mit diesen großen Themen – eigentlich schon seit meiner Ausbildung zur Krankenschwester in jungen Jahren – beruflich, privat und überhaupt. Ich durfte lernen, dass Sterben, Tod und Trauer zentrale Bestandteile unseres Lebens sind, die jeden Menschen unausweichlich betreffen. Die Auseinandersetzung damit ist nicht nur eine Frage des Respekts, sondern hat direkten Einfluss auf die eigene Lebensqualität und auch auf die psychische Gesundheit. Denn sich der eigenen Sterblichkeit bewusst zu werden, kann den Blick für das Wesentliche schärfen und helfen, das eigene Leben bewusster und wertschätzender zu gestalten.

Meine Pflegeausbildung machte ich in den 80er-Jahren an Universitätskliniken einer christlichen Schule in Süddeutschland. Dort erlebte ich immer wieder schwierige Sterbesituationen: Menschen wurden alleingelassen, lagen in Nebenzimmern, an Apparaturen angeschlossen und lebensverlängernd versorgt. Ich habe die „kalten“ Kühlräume gesehen. Angehörigengespräche wurden auf Fluren geführt. Das erlebe ich allerdings auch heute in anderen Kliniken immer noch. Umso mehr habe ich mich gefreut, dass ich meine Tante Anfang der 90er-Jahre in ihrem eigenen Zuhause im Kreise ihrer Familie bis zum Schluss begleiten konnte. Also: Es geht auch anders. Ich hatte eine gute Erfahrung gemacht. Es war das Erleben mit meiner Tante das mich motivierte, mich in der Hospizarbeit stark zu machen. Im Grundkurs „Sterbende begleiten“ erlebte ich, wie sich Teil-

nehmende zunächst überwinden mussten, über diese Themen zu sprechen. Dann wurde deutlich, wie erleichternd und wohltuend es sein kann. Wie die Auseinandersetzung mit den Themen uns gestärkt und auch ein bisschen freier gemacht hat. Es war erleichternd, das Tabuthema endlich offen anzugehen.

Erst kürzlich, im Herbst 2025, gab es zum Welthospiztag einen Stand auf dem Detmolder Marktplatz. Viele Menschen waren auf dem Samstagswochenmarkt unterwegs: zum Einkaufen, um mit anderen zu plaudern oder Menschen zu treffen. Nur drei oder vier Personen sind tatsächlich direkt auf den Stand zugekommen. Einige reagierten positiv, wenn sie im Vorbeigehen angesprochen wurden. Andere, die Mehrheit, gingen einfach weiter, den Blick abgewandt. Aber: Wäre ich nicht auch so, wenn ich eigentlich nur zum Markt möchte? Will ich nicht selbst entscheiden, wann, ob, wie und auch mit wem ich die Hospizthemen angehen möchte? Wir gehen zu den Orten, die uns interessieren: zum Yoga, wenn wir es möchten. Andere machen Musik, gehen zu Konzerten. Fußballfans lesen die Sportseiten. Politisch Interessierte die politischen Nachrichten. Zur Versicherung gehen die Leute, wenn sie Unterstützung brauchen, zur Krankenkasse, wenn es für sie ein Thema geworden ist, in den Bioladen, wenn sie sich gesünder ernähren möchten. Wer liest die Traueranzeigen? Betroffene? Wer liest zu den Themen Sterben, Tod und Trauer? Achselzucken. Wer liest die Bestatteranzeigen? Wer besucht Veranstaltungen zu diesen Themen, wer geht dorthin?



Ich glaube, Angebote gibt es genug. Es gibt viel zu lesen, wie den BlickWechsel hier, Veranstaltungen, Vorträge. Doch wer nutzt sie? Der Kreis der Interessierten besteht häufig aus beruflich Eingebundenen, Betroffenen oder Menschen, die bereits Berührungspunkte mit den Themen haben. Auch wenn ich denke, es wird so viel davon berichtet, es ist weiter in unserer Gesellschaft angekommen, bin ich trotzdem überzeugt: Würden Menschen in der Fußgängerzone auf Hospizarbeit angesprochen, wüssten viele gar nicht, worum es dabei geht und was das eigentlich ist.

Vielleicht müssen Menschen in die Themen rund um Sterben, Tod und Trauer hineinwachsen – durch eigene Erfahrungen, durch die Begleitung nahestehender Menschen oder durch Begegnungen im persönlichen Umfeld, etwa mit Nachbarn oder Freunden. Und das ist altersunabhängig. Man kann niemandem diese Themen überstülpen. Menschen müssen bereit sein, sich berühren zu lassen, sich zu öffnen und sich auf die Auseinandersetzung einzulassen.

Im Stationären Hospiz sind die Gäste (die Menschen, die ihre letzte Lebensphase hier erleben) mit den Themen Sterben und Tod direkt konfrontiert – sie haben eine lebensverkürzende Diagnose, manchmal schon über Jahre, manchmal erst seit kurzer Zeit. Sie ziehen ins Hospiz, und man könnte denken, sie wüssten um ihre Situation. Aber: Ich habe erlebt, dass Menschen bis zu ihrem letzten Atemzug das Sterben, den Tod verdrängen, nicht wahrhaben wollen, weil sie leben möchten, bei ihrer Familie

bleiben wollen, weil sie Angst haben. Angst auch vor dem Danach, vor Bestrafung durch eine höhere Macht. Manche vermeiden die Auseinandersetzung mit dem Tod, weil er in ihrem Denken nicht vorkommt. So geht es übrigens auch immer wieder Angehörigen. Es gibt aber auch die Menschen, die sich bewusst auf ihren Tod vorbereiten, Wünsche an das Sterben haben – z. B. keine Schmerzen zu haben, keine Luftnot zu leiden, Besuch zu bekommen, noch einmal jemanden zu sehen, gepflegt zu werden, eine Lieblingsspeise essen zu dürfen, ein Testament zu schreiben, alte Konflikte zu lösen, Frieden zu schließen, gesegnet zu werden und und und. Ich bin Menschen begegnet, die eine klare Vorstellung davon hatten, was sie nach dem Tod erwartet, dass sie aufgehoben sind und dahin kommen, wo es schön und leicht ist – vielleicht das ewige Leben, zu Gott, zu Jesus, zur Quelle, zu den Vorangegangenen, was auch immer ... Die Menschen sind so individuell und einzigartig. Jeder Mensch auf dieser Erde ist anders, und so ist auch jeder Weg, diese Welt zu verlassen, einzigartig. Niemand kann in eine Schublade gesteckt werden, niemand ist vergleichbar. Es gibt Zeiten, in denen ich im Hospiz viele Menschen sehe, die keine Angehörigen und Freunde haben und ganz allein sind. Sie genießen die Zuwendung und das Dasein der hauptamtlichen Mitarbeitenden und Ehrenamtlichen ...oder sie sind Einzelgänger und gehen auch den letzten Weg für sich. Manchmal sind die Sterbenden von ihrer Familie und Freunden begleitet, manchmal so sehr, dass kein Raum für sie selbst bleibt – manche leiden darunter, manche wollen es genau so. Es gibt



Zeiten, da habe ich das Gefühl, dass viele Angehörige auch im Hospiz übernachten und dableiben. Dann denke ich wieder, dass es kaum noch so ist. Immer unterschiedlich, immer wieder anders. Das ist eben so unterschiedlich, wie Beziehungen sind, wie jeder die Situation annehmen und loslassen kann, wie Nähe gelebt wird, wie eng und nah man sich ist. Es fordert von den Mitarbeitenden einen höchst sensiblen Umgang und viel Empathie. Und dann, wenn jemand plötzlich trauert, tickt die Welt noch einmal anders. Gefühle und Bedürfnisse ändern sich. Kann ich allein sein? Brauche ich Gesellschaft von Gleichgesinnten? Brauche ich Austausch? Möchte ich über meine Situation reden? Kann ich das in meinem Umfeld? Nutze ich das Trauercafé oder andere Angebote zur Trauerbewältigung?

Auch das ist sehr individuell. Manche Trauernde kommen über lange Zeit ins Trauercafé, andere nur kurz oder sogar nur ein einziges Mal, um noch einmal im Hospiz gewesen zu sein. Der eine oder die andere hält Kontakt. Das Sprechen über den Tod kann ihm oder ihr auch den Schrecken nehmen. Überwältigend ist für mich der jährliche Gedenkgottesdienst, bei dem den Verstorbenen des vergangenen Jahres gedacht wird. Im letzten Jahr war die diakonis-Kirche sogar bis auf die Emporen besetzt. Die Zugehörigen haben zurückgemeldet, wie wertvoll das Erinnern ist, wie wichtig es ist, in Gemeinschaft zu sein, sich nicht alleine zu fühlen und selbst Wertschätzung zu erfahren. Einfach

einen positiven Blick auf die schwere Zeit zu bekommen. Der Austausch im Anschluss sei oft das Beste obendrauf. Auch für mich ist es eine Bewältigung des vergangenen Jahres, ein Verarbeiten und letztendlich auch Selbstfürsorge. Ich glaube für mich persönlich, dass die Arbeit im Hospiz mehr ist als nur Arbeit, sondern eine Haltung, die hier gelebt werden kann, die man sich überall wünscht – beim Einkaufen, auf der Straße, in Schulen, Krankenhäusern und Firmen. Und wenn wir diese Haltung nach außen tragen, wie alle es tun, die in der Hospiz- und Palliativarbeit unterwegs sind, dann sind vielleicht auch einmal andere angesteckt und interessiert an diesen doch so großen Themen „Sterben, Tod und Trauer“, dass es mehr und mehr in der Gesellschaft ankommen kann und der Tod ins Leben mit einbezogen wird. Es braucht einfach Zeit, wenn man überlegt, wie lange die Hospizbewegung von England durch Cicely Saunders (in den 60er-Jahren) nach Deutschland (in den 80er-Jahren) gebraucht hat. Zeit und eine gelebte Haltung werden nötig sein, damit der Hospizgedanke in der Gesellschaft weiter ankommt – ich bin zuversichtlich!

Und zum Abschluss ein Zitat von Cicely Saunders :
„Dem Tod ins Auge zu sehen, bedeutet auch, dem Leben ins Auge zu sehen. Sich mit dem einen auseinandersetzen, bedeutet gleichzeitig, viel über das andere zu lernen.“

Bevor du sterbst

Kurz, man singt stets nach dem selben Schema – drum wähle ich jetzt mal ein anderes Thema – sing' nichts vom Leben, das bald verrinnt und das fast unerträglich für jeden – nein, weil wir so fröhlich beisammen sind, da wollen wir mal 'n bisschen vom – Sterben reden. Jawohl, vom Sterben – erschreckt Sie das sehr? Sie meinen, das Thema passt nicht hierher? Dann müssen wir's eben schmackhaft machen der Tod soll nicht uns, wir woll'n ihn verlachen. Was ist denn das Leben? 'ne Urlaubszeit – genommen von der Ewigkeit. Ein Traum, etwas Freude und sehr viel Not – das Leben ist schon der Anfang vom Tod – denn sobald gebeten, komm'n wir ihm näh'r – also müssen wir denken: komm doch her! Ich gebe zwar zu, dass es uns nicht frommt, dass der Tod g'rad' am Ende des Lebens kommt – man sieht ihm ständig entgegen mit Beben. Der Tod ist so'n schlechter Abschluss vom Leben. Es wäre viel schöner sicherlich: erst sterben – dann hätte man's hinter sich – und nachher Leben, das wäre fein – ja, nun müssen wir denken: es kann nicht sein – wir können ihm nicht aus dem Wege gehn – also muss man dem Feinde ins Auge seh'n. Dann kriegt er 'nen Schreck, wenn man ihn verlacht – denn er ist feige, drum kommt er meist bei Nacht. Gefällt uns das Leben denn heut' so sehr? Das Sterben ist leichter, das Leben ist schwer. Der Tod ist 'ne Brennnessel, die uns sticht – aber packt man ihn fest an, dann sticht er nicht. Wenn er kommt, dann sage man freundschaftlich: „Da sind Sie ja, bitte setzen Sie sich.“ – Dann wird er verlegen und sagt beklommen: „Na wenn ich störe, ich kann ja mal wiederkommen“ –

„Verantwortung für Deutschland“

Der aktuelle Koalitionsvertrag zwischen CDU/CSU und SPD im Hinblick auf die Hospiz- und Palliativarbeit

VON GABRIELE KLOSE

In den aktuellen Koalitionsvertrag für die 21. Legislaturperiode wurden von den Koalitionsparteien Punkte aufgenommen, die große Relevanz für die Hospiz- und Palliativarbeit in Deutschland haben. Im Kapitel 4.2. „Gesundheit und Pflege“ findet sich unter der Überschrift „Ambulante Versorgung“ folgender Satz: „Wir entwickeln das Hospiz- und Palliativgesetz im Sinne der sorgenden Gemeinschaften weiter und tragen den besonderen Bedürfnissen von Eltern von Sternenkindern Rechnung“ (Koalitionsvertrag 2025, S. 107).

Das Hospiz- und Palliativgesetz trat am 8. Dezember 2015 in Kraft und machte sich zum Ziel, die medizinische, pflegerische, psychologische und seelsorgerische Versorgung von Menschen in der letzten Lebensphase zu verbessern und einen Ausbau der Palliativ- und Hospizversorgung zu fördern. Die Palliativversorgung wurde in die Regelversorgung der gesetzlichen Krankenversicherung aufgenommen (Hospiz- und Palliativgesetz, Bundesgesetzblatt Jahrgang 2015 Teil I Nr. 48).

Was nun bedeuten die oben genannten Punkte? Unter **Sternenkindereltern** versteht man Eltern, deren Kinder im Mutterleib, während oder kurz nach der Geburt verstorben sind. Für die Eltern ist das ein unermesslicher Verlust, statt Freude herrschen Leere und große Trauer. Im Jahr 2013 wurde die Personenstandsverordnung – auf die Petition einer betroffenen Familie hin – geändert. Bis 15. Mai 2013 waren Kinder, die mit einem Gewicht von weniger als 500 Gramm tot zur Welt kamen, juristisch nicht existent. Erst seit der Neuregelung können Eltern diese Geburten beim Standesamt anzeigen und ihrem Kind einen Namen

geben (Personenstandsverordnung §31; zu finden z. B. unter: https://www.gesetze-im-internet.de/pstv/_31.html). Dadurch wird die Existenz des Kindes dauerhaft dokumentiert, was den betroffenen Eltern sehr hilft.

Am 1. Juni 2025 trat das Gesetz zur Anpassung des Mutterschutzes in Kraft, das durch gestaffelte Mutterschutzfristen Frauen nach Fehlgeburten ermöglicht, sich zu erholen: Für Fehlgeburten ab der 13. Schwangerschaftswoche ist die Schutzfrist zwei Wochen, ab der 17. Schwangerschaftswoche sechs Wochen und ab der 20. Schwangerschaftswoche acht Wochen (<https://bmbfsfj.bund.de>). Auch ist es mittlerweile in allen Bundesländern auf Wunsch der Eltern möglich, fehlgeborene Kinder zu bestatten. Hier gibt es neben privaten Beisetzungen durch Bestattungshäuser auch organisierte gemeinschaftliche Bestattungen (z. B. von Vereinen) auf eigens dafür angelegten Grabfeldern für Sternenkinder. Die Eltern können dort Abschied von ihrem Kind nehmen und haben einen Ort für ihre Trauer. Zur Unterstützung in der Bewältigung ihrer Trauer können sich die Eltern beispielsweise an Selbsthilfegruppen, den Gesprächskreis Sternenkinder Lippe, die Seelsorge im Klinikum Lippe oder den Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V. für ein Trauergespräch mit qualifizierten Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleitern wenden. Dieses und weitere Angebote für die Begleitung Trauernder sollten in der laufenden Legislaturperiode finanziell durch die Bundesregierung gefördert und gesetzlich verankert werden (siehe hierzu das 5-Punkte-Papier des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes e. V. (DHPV): Handlungsbedarf für den Gesetzgeber in der 21. Legislaturperiode).



Sorgende Gemeinschaften sind Netzwerke, in die neben professionellen Pflegeangeboten in Einrichtungen oder der Versorgung im familiären Umfeld auch Nachbarn, Freunde und zivilgesellschaftliche Akteure eingebunden werden (siehe hierzu z. B. Deutscher Verein für öffentliche und private Fürsorge e. V. (2025): Vernetzung von Altenhilfe und Pflegestrukturen vor Ort). Hierfür braucht es professionelle Organisation, die die Zusammenarbeit zwischen allen Beteiligten koordiniert und sie unterstützt. Besonders bedeutsam ist das für den Bereich der Sterbe- und Trauerbegleitung in einer sorgenden Gemeinschaft. Die dort eingebundenen Menschen müssen entsprechend ausgebildet und begleitet werden. Dafür braucht es konkrete gesetzliche Vorgaben, aber auch finanzielle Förderung. Als Beispiel für eine sorgende Gemeinschaft kann die „Caring Community Köln“ dienen, die sich zum Ziel gesetzt hat, die Kölner Stadtgesellschaft für den Umgang mit den Themen „Sterben, Tod und Trauer“ zu sensibilisieren und ihre Kenntnisse darüber zu erweitern (siehe hierzu: <https://caring-community.koeln>). Unter anderem durch die Förderung des Aufbaus und Ausbaus tragfähiger sorgender Gemeinschaften kann die Koalition auch zwei weitere Vorhaben realisieren, die bereits die vorherige Bundesregierung in ihrem Koalitionsvertrag verankert hatte: Das Vorgehen gegen **Einsamkeit und Suizid** (Koalitionsvertrag 2021, S. 66 und S. 81; Koalitionsvertrag 2025, S. 105, S. 106 und S. 111). Zur Überwindung von Einsamkeit hat das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend im Dezember 2023 eine „Strategie gegen Einsamkeit“ veröffentlicht. Die aktuelle Bundesre-

gierung will „Einsamkeit, ihre Auswirkung und den Umgang damit“ stärker in den Fokus rücken, die Einsamkeitsstrategie fortschreiben und die Arbeit bestehender Netzwerke unterstützen. Das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend führte dazu Ende Mai 2025 bereits zum dritten Mal die Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ durch und startete im Dezember 2025 die bundesweite Kampagne „Mach dich fit gegen Einsamkeit!“ (siehe hierzu die Information zur Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, <https://bmbfsfj.bund.de>).

Schwerkranke und sterbende Menschen sind häufig von Einsamkeit betroffen. Das kann ein Grund dafür sein, dass Menschen in dieser Lebenssituation im besonderem Maße suizidgefährdet sind. Umso wichtiger ist es, in weite Teile der Gesellschaft hinein über hospizlich-palliative Angebote zu informieren, damit betroffene Menschen und ihre Zugehörigen über Begleit- und Unterstützungsangebote Bescheid wissen und sich im Bedarfsfall an entsprechende Stellen wenden können.

Auf jeden Fall sollte in dieser Legislaturperiode wie geplant das Suizidpräventionsgesetz verabschiedet werden, um die konkrete Umsetzung und Finanzierung von Angeboten zur Suizidprävention sicherzustellen (siehe dazu das 5-Punkte-Papier des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes e. V. (DHPV): „Handlungsbedarf für den Gesetzgeber in der 21. Legislaturperiode“).

Alles hat seine Zeit – Sterbeseminar auf einer Nordseeinsel

Gedanken zum Sterbeseminar mit der Pflegeschule von diakonis

VON KERSTIN WINDMANN

Im Rahmen der Ausbildung zur Pflegefachkraft fährt die diakonis Pflegeschule seit vielen Jahren im zweiten Ausbildungsjahr zu einem einwöchigen Sterbeseminar an die Nordsee. Dieses Thema ist uns sehr wichtig, und wir möchten ihm einen besonderen Raum im Unterricht geben. Begleitet werde ich dabei seit einigen Jahren von Anja Osterhagen oder Birgit Bleibaum vom Ambulanten Hospiz- und Palliativdienst, die ich glücklicherweise als Dozentinnen für dieses Seminar gewinnen konnte.

Anhand der sogenannten Storyline-Methode entwickeln die Auszubildenden kreativ zwei fiktive Charaktere, die zum "Leben erweckt" werden. Die beiden Personen werden mit Hilfe von Plakaten dargestellt, die zum einen einen Patienten und zum anderen eine wichtige Angehörige, die diesen Patienten begleitet, verkörpern. Der Zustand dieses fiktiven Patienten wird in der Woche zusehends schlechter, bis er am letzten Seminartag schließlich verstirbt. Mit der Methode des szenischen Spiels stellen wir dar, wie sich die Beziehungen zu Angehörigen, begleitenden Ärztinnen und Ärzten, Freunden und anderen Bezugspersonen während dieser Sterbephase verändern können. Das ist für die Auszubildenden und uns Dozentinnen immer sehr spannend und führt teilweise zu unerwarteten Ergebnissen.

Mithilfe dieser pädagogischen Methode werden Themen wie Abschied und Sterben, palliative Pflege

und Begleitung bei wichtigen Symptomen wie beispielsweise Schmerzen, Übelkeit oder Atemnot vermittelt. Ebenso werden die Bedeutung von Essen und Trinken am Lebensende, die Mundpflege sowie pflegerische Unterstützungsangebote auf Grundlage der Basalen Stimulation behandelt. Des Weiteren wird das Palliativnetz im Kreis Lippe sowie die Zusammenarbeit mit Angehörigen, Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern besprochen. Gegen Ende der Seminarwoche widmen sich die Dozentinnen den umfassenden Themen, wie das Lebensende gestaltet und begleitet werden kann, der Trauerbegleitung sowie dem Umgang mit der eigenen Trauer.

Neben diesen interessanten, aber auch teilweise emotionalen Themen haben die Auszubildenden natürlich auch Zeit, sich am Strand der Nordseeinsel den Wind durch die Haare wehen zu lassen, mit Fahrrädern die Insel zu erkunden und einfach Spaß zu haben. Bei gutem Wetter haben wir gemeinsam am Lagerfeuer Stockbrot gegessen oder Wattwanderungen durchgeführt. Diese gemeinschaftlichen Aktivitäten sind für uns immer sehr wichtig, um einen Ausgleich zu den schweren Themen zu finden.

Ich hoffe, dass wir noch viele gemeinsame Sterbeseminare mit unseren Kursen durchführen können und danken Anja Osterhagen und Birgit Bleibaum für die sehr angenehme kollegiale Zusammenarbeit!



VON ANJA OSTERHAGEN

„Sterbeseminar“ – das klingt für viele Menschen zunächst belastend und bedrückend. Doch wer sich darauf einlässt, erkennt schnell: Es geht hier nicht nur um das Sterben – es geht vor allem um das Leben. Es geht um Beziehung, um Achtsamkeit und um das Bewusstsein, dass Begleitung am Lebensende eine zutiefst menschliche Aufgabe ist.

Als Hospizdienst begleiten wir dieses Seminar nun schon seit einigen Jahren und erleben es jedes Mal als etwas Besonderes. Es ist bewegend zu beobachten, wie sich angehende Pflegefachkräfte diesem sensiblen Thema nähern und sich darauf einlassen. Anfangs noch mit Unsicherheit und Zurückhaltung, doch im Verlauf der Woche verändert sich etwas: Vertrauen wächst, Gespräche werden offener, Fragen werden ausgesprochen und auch Gefühle, die im Pflegealltag wenig Raum haben, finden hier Beachtung und einen geschützten Ort.

Ein wesentlicher Zugang entsteht durch die „Storyline-Methode“: Zwei erfundene Lebensgeschichten werden entwickelt und bis zum Lebensende begleitet. Dadurch wird Sterbebegleitung auf besondere Weise erfahrbar. Nähe entsteht, Mitgefühl wächst und die Erkenntnis, dass Begleitung am Lebensende nicht in erster Linie eine Technik, sondern eine Haltung ist.

Für uns als Hospizdienst ist dieses Seminar weit mehr als ein Lehrangebot. Es trägt dazu bei, eine Kultur des bewussten Begleitens zu fördern – eine Haltung, in der Sterben als Teil des Lebens gesehen und nicht ausgeblendet wird. Diese Erfahrung prägt die zukünftige Arbeit der Auszubildenden und wirkt in die Einrichtungen hinein, in denen sie später tätig sein werden.

Dass dies auf einer Insel geschieht, fernab vom (Ausbildungs-)Alltag, ist eine bewusste Entscheidung: Abstand schafft Freiraum für neue Perspektiven. Zwischen Meer, Weite und Wind entsteht eine besondere Offenheit für diese sensiblen Themen. Auch für uns Dozentinnen ist dieses Seminar jedes Mal ein Stück gelebte Hospizarbeit – im Austausch und im Miteinander mit den Schülerinnen und Schülern. Wir erhalten uns dadurch den Bezug zur Praxis in Pflegeeinrichtungen und ambulanten Diensten, nehmen Einblick in deren Herausforderungen und erhalten wertvolle Hinweise für die zukünftige Ausrichtung unserer Arbeit.

Wir sind dankbar, dieses Seminar begleiten zu dürfen und schätzen das Vertrauen der Pflegeschule sehr. Nur im Zusammenspiel von Ausbildung, Pflege und Hospizarbeit kann das entstehen, was wir uns alle wünschen: eine Begleitung, die das Leben bis zuletzt in Würde achtet.

Es braucht Mut und Vertrauen

AUTORIN DER REDAKTION BEKANNT

Für mich war der Tod ein Thema, an das ich lange Zeit nicht denken mochte.

Die erste Begegnung mit einem toten Menschen war für mich ein gravierender Einschnitt und machte mir große Angst. Ich weiß bis heute nicht, ob es der Anblick der Verstorbenen selbst war oder die Endgültigkeit, die ich in diesem Moment spürte. Diese Erfahrung und der Tod von zwei nahen Familienangehörigen änderten meine Sicht auf das Leben und führten mir auch meine eigene Sterblichkeit vor Augen. Viele Jahre habe ich mich in meiner Seele und meinem Körper heimatlos gefühlt. Lange war ich auf der Suche nach mir selbst. Diese Suche fühlte sich manchmal wie eine emotionale Achterbahnfahrt an. Sie war geprägt von Einsamkeit, Angst und Unsicherheit; jedoch gab es auch Momente der Klarheit und Selbstliebe.

In dieser Lebensphase entwickelte sich der Wunsch, mehr über das Sterben und den Tod zu erfahren. Außerdem war es mir ein Bedürfnis, meinem Leben mehr Sinn zu geben. So entschloss ich mich, einen Grundkurs zur Sterbebegleiterin zu machen, um meiner Angst vor dem Tod auf die Spur zu kommen. Ich fragte mich, was mir eigentlich am meisten Angst macht? War es der Gedanke an den Tod selbst oder der Prozess des Sterbens? War es der Abschied von geliebten Menschen, die mich begleitet

haben, oder das Wissen, dass auch mein Leben irgendwann vorbei sein wird?

Die intensive Beschäftigung mit dem Thema ermöglichte es mir, die Menschen, die mir begegneten, und auch mich selbst immer mehr wertzuschätzen. Allmählich spürte ich, dass mehr Frieden in mein Leben kam und die Gedanken an meinen eigenen Tod nicht mehr so bedrohlich waren. Ich gewann Klarheit darüber, was im Leben wirklich zählt.

Im letzten Jahr stand ich vor einer der größten Herausforderungen meines Lebens. Bei mir wurde Krebs im fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert. Nach dieser niederschmetternden Diagnose verließ ich die Praxis in einer Art Schockzustand. Die Wirklichkeit verschwamm und alles war plötzlich so fremd. Den Nachmittag verbrachte ich mit zwei Freundinnen, die mir zur Seite standen. Es kamen mir immer wieder Gedanken, dass da etwas nicht stimmen kann und dass es sich um jemand anderen handeln muss. Nun war ich allein mit mir, mit meiner Diagnose, mit meinen Ängsten, meiner Hilflosigkeit. Die Diagnose führte mich in eine Wirklichkeit, die meinen gewohnten Alltag auflöste und mir das Gefühl gab, dass Selbstverständliches nicht mehr selbstverständlich war. Manchmal fühlte ich mich, als sei alles nur ein Traum und ich würde gleich in

mein altes Leben zurückkehren. Doch nach und nach wurde mir die schmerzliche Wahrheit meiner Erkrankung bewusst.

Was sollte ich also tun? Diese neue Realität stellte sich mir gewissermaßen in den Weg. Und es gab für mich nur zwei Möglichkeiten: Entweder steckte ich den Kopf in den Sand oder ich musste mich mit ihr auseinandersetzen, sie kennenlernen und mein Leben neu gestalten. In dieser Zeit kam mir der Gedanke an den eigenen Tod sehr nahe. Ich war 68 Jahre alt und wollte noch nicht sterben. Allerdings zwang mich die Krankheit dazu, erstmal von vielen Dingen, die mir in den letzten Jahren lieb geworden waren, Abschied zu nehmen.

In den Phasen tiefer Verzweiflung und Todesangst überfielen mich Fragen danach, was mich im Leben hält und was in haltlosen Momenten noch Sinn macht. Die Diagnose hat mich stark verunsichert und tief fallen lassen. Oft geriet ich ins Schwanken und verlor den Halt. Ich suchte nach Sicherheit und hatte eine große Sehnsucht danach, gehalten und getragen zu sein. Intensive Gespräche mit tollen Menschen machten mir bewusst, dass ich fest mit dem Grund verbunden bin, auf dem ich stehe. Das Wissen um die tiefen Wurzeln, die mich halten und stützen, festigte mein Vertrauen, schenkte mir zugleich Raum für neue Erfahrungen und machte mir

immer wieder die Tragfähigkeit dieses Vertrauens bewusst.

Ein Jahr nach meiner Diagnose nahm ich meine ehrenamtliche Tätigkeit beim ambulanten Hospiz- und Palliativdienst, die ich nach meinem Grundkurs begonnen hatte, wieder auf. Ich habe inzwischen viele Dinge geordnet, eine Patientenverfügung erstellt und mit verschiedenen Menschen darüber gesprochen, wie und wo ich beerdigt werden möchte. Ich habe gelernt, Ängste anzunehmen und in schweren Zeiten emotionale Stabilität zu entwickeln. Die Reflexion meiner Verlusterfahrungen hat mich gelehrt, den Tod als Teil meines Lebens zu akzeptieren. Ich bin sehr dankbar dafür, dass mir all diese Fähigkeiten zuteilwurden, und ich bin sicher, dass sie mir in dieser lebensbedrohlichen Phase meines Lebens eine große Hilfe waren und es bis heute sind. Ich glaube, dass es eine der urmenschlichsten Aufgaben überhaupt ist, den Tod, die Angst und den Schmerz als Teil des Lebens anzunehmen. Denn der Tod öffnet uns die Augen und macht uns demütig. Wer den Tod als Teil des Lebens akzeptiert, lernt, das Leben mehr zu schätzen und erkennt, dass nichts selbstverständlich ist.

Auf der einen Seite – auf der anderen Seite

VON ANDREAS UND MONIKA LÜDEKE

Mit den gewaltigen Fortschritten in der Medizin verschob sich ab dem 20. Jahrhundert ihr Fokus immer stärker auf die Heilung und Erhaltung des Lebens. Sterben und Tod wurden zunehmend tabuisiert, und Menschen am Lebensende wurden immer häufiger in die Krankenhäuser verlegt. Der Tod wurde als Feind bekämpft, und das Ziel der Medizin bestand oftmals vor allem darin, ihn immer weiter hinauszuschieben. Ärztinnen und Ärzte erlebten den Tod als persönliche Niederlage, wer nicht mehr kurativ behandelt werden konnte, galt als austherapiert und starb oft einsam im Bad oder in einer Abstellkammer des Krankenhauses. Ab Ende der 60er-Jahre entstand die Hospizbewegung als Gegenbewegung zur Tabuisierung von Sterben und Tod. Menschen ganz unterschiedlicher Herkunft machten es sich zur Aufgabe, sich das Sterben als den letzten Teil des Lebens nicht aus der Hand nehmen zu lassen. Sie engagierten sich ehrenamtlich, um Sterbende zu Hause zu begleiten und die Situation von Sterbenden in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen zu verbessern. Sie organisierten sich oft in ökumenisch ausgerichteten Vereinen und kümmerten sich um Menschen unabhängig von Religion, Weltanschauung, Kultur oder Nationalität. In Deutschland eröffnete 1986 das erste stationäre Hospiz in Aachen. Nicht zuletzt auf Drängen der Hospizbewegung gewann auch die Palliativmedizin immer mehr an Bedeutung. 1994 wurde die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP) gegründet. Heute gibt es in Deutschland ca. 1.500 ambulante Hospizdienste, 270 stationäre Hospize für Erwachsene, 21 für Kinder- und Jugendliche sowie etwa 330 Palliativstationen an Krankenhäusern. Insgesamt engagieren sich in diesen Institutionen rund 140.000 Menschen ehren- und hauptamtlich für schwerkranke und sterbende Menschen. Derzeit sterben in Deutschland jährlich 1,2 Prozent der Bevölkerung. Von jedem Todesfall sind im Durchschnitt vier Zugehörige betroffen, also weitere 4,8 Prozent. Da etwa zwei Drittel der Menschen an oder mit einer bekannten Erkrankung sterben, leben weitere 4 Prozent der Bevölkerung mit der Tatsache eines „letzten Lebensjahres“. Weitere 4,8 Prozent

sind im Jahr der Trauerphase nach dem Tod eines nahestehenden Menschen. Somit sind schätzungsweise 15 Prozent der Bevölkerung aktuell unmittelbar von den Themen Sterben, Tod und Trauer betroffen. Sind durch die Hospiz- und Palliativbewegung die Themen Sterben, Tod und Trauer nun wieder (mehr) in der Mitte unserer Gesellschaft angekommen? Wir persönlich nehmen hier häufig eine Art Parallelwelt wahr:

Auf der einen Seite ...

... sind die Themen in der hospizlich-palliativen Community und im Umfeld der Menschen, die von diesen Angeboten begleitet und unterstützt werden, spürbar angekommen. Die Hemmschwelle, die Angebote wahrzunehmen, ist gesunken. Positive Erfahrungen mit Unterstützung am Lebensende und in der Trauerphase führen zu Aussagen wie: „Wenn wir gewusst hätten, wie hilfreich diese Unterstützung ist, hätten wir früher darum gebeten.“ Der Bekanntheitsgrad und die Inanspruchnahme der Angebote von Trauergruppen, Trauercafés, Trauerreisen etc. für Menschen jeden Alters haben deutlich zugenommen. Auch Bildungsangebote wie „Hospiz macht Schule“ oder „Letzte Hilfe Kurse“ tragen dazu bei, eine Auseinandersetzung mit dem Thema weiter zu fördern.

Auf der anderen Seite ...

... nehmen wir im Kleinen in unserem persönlichen Umfeld wahr, dass zwar Freunde, Nachbarn und Bekannte von unserem Engagement im hospizlich-palliativen Bereich wissen, uns aber nur in Ausnahmefällen darauf ansprechen – in der Regel erst dann, wenn sie selbst konkret mit diesbezüglichen Fragen und Herausforderungen in Kontakt kommen. Nicht selten erleben wir bei Gesprächen mit Bekannten auch, dass sie ausweichend reagieren, wenn wir von unserer Arbeit erzählen und spüren deutlich Unsicherheit und Unwohlsein. In unserem Freundes- und Bekanntenkreis sind viele im ärztlichen oder pflegerischen Bereich in unterschiedlichsten Institutionen im Gesundheitswesen tätig. Von ihnen hören wir immer wieder, dass im

Versorgungsalltag zwar öfter als früher gefragt wird, ob zum Beispiel eine Patientenverfügung vorliegt, sich mit deren Inhalt jedoch selten umfassend auseinandergesetzt wird und schwierige Gespräche, zum Beispiel zur Mitteilung einer schweren Diagnose, völlig inadäquat auf dem Klinikflur geführt werden.

In unserer Tätigkeit in der Mobilen Ethikberatung in Lippe (MELIP) erfahren wir häufig sehr viele Unsicherheiten auf Seiten der Patienten und Angehörigen, aber auch der versorgenden Berufsgruppen, wenn es um die Fragen von Therapiezieländerung/-abbruch (z. B. bei künstlicher Ernährung oder künstlicher Beatmung) oder um Sterbewünsche der Patienten geht. Auch hier spielt im Hintergrund die Tatsache, dass und was man noch machen könnte, um das Leben zu verlängern, eine wichtige Rolle. Zu akzeptieren, dass ein Leben zu Ende geht und die Weiterführung von Therapien oftmals eher das Leiden verlängert, als die Lebensqualität zu verbessern, fällt schwer.

... im Großen zeigen uns Statistiken, dass eine Übertherapie am Lebensende nach wie vor ein riesiges Problem in der Versorgung schwerkranker und sterbender Menschen darstellt. So werden in Deutschland Menschen viel häufiger künstlich beatmet als in anderen Ländern, obwohl für viele nur eine geringe Chance besteht, zu überleben oder dauerhaft eine gute Lebensqualität zu erreichen. Insgesamt stirbt jeder zehnte Deutsche künstlich beatmet auf der Intensivstation. Eine Studie zeigt, dass rund 59 Prozent der über 80-Jährigen während der künstlichen Beatmung versterben. Von denen, die überleben, weiß man, dass sie oft Monate brauchen, bis sie wieder in ihr häusliches Umfeld zurückkehren können. Viele sind anschließend schwere Pflegefälle. Durch falsche ökonomische Anreize des derzeitigen Vergütungssystems der Krankenkassen, viel zu therapieren und auch künstlich zu beatmen, sind sogenannte Beatmungs-WGs wie Pilze aus dem Boden geschossen.

Studien zeigen, dass eine frühzeitige Einbeziehung von Palliativmedizin schon Wochen oder Monate vor dem Lebensende gewinnbringend für Patienten sein kann: Palliativversorgung führt nicht nur zu einer besseren Lebensqualität mit weniger körperlichen Symptomen und psychosozialen Belastungen, sondern trägt durchaus oft zu einem längeren Leben bei. Da viele Patient:innen und deren Angehörige, aber auch viele Ärztinnen und Ärzte, das Thema hospiz-

lich-palliative Versorgung immer noch primär mit dem Lebensende, also der unmittelbaren Sterbephase, verbinden, wird der Kontakt zu diesen Versorgungsmöglichkeiten jedoch eher vermieden beziehungsweise so lange wie möglich hinausgezögert. Damit wird aber auch die Chance vergeben, Schmerzen und andere unkontrollierte Symptome frühzeitig zu lindern, Unterstützung bei psychischen Belastungen und existenziellen Nöten anzubieten und die verbleibende Lebenszeit zu planen.

Fazit: Unser persönlicher Eindruck ist, dass in der Gesamtentwicklung des Umgangs mit Sterben, Tod und Trauer die Schere zunehmend weiter auseinandergeht. Der in den vergangenen Jahren eindeutig verbesserten Versorgung im Hospiz- und Palliativbereich steht eine zunehmend schlechter werdende Versorgung im Langzeitpflegebereich gegenüber. Ursachen hierfür sind neben der oftmals fehlenden Auseinandersetzung mit Sterben und Tod vor allem der zunehmende Personalmangel, eine hohe Personalfluktuationsrate sowie fehlende Konzepte für eine angemessene Versorgung hochaltriger multimorbider Menschen. Nach wie vor werden die Themen Sterben, Tod und Trauer eher gemieden. Die Verdrängung nimmt in vielen Bereichen gefühlt eher zu als ab. Die Hoffnung, dass Hospizarbeit irgendwann überflüssig werden könnte, da das Thema in der Gesellschaft angekommen ist, erfüllt sich nicht. Umso wichtiger ist es deshalb, neben einem weiteren Ausbau der Hospiz- und Palliativarbeit die Themen Sterben, Tod und Trauer niederschwellig in die Gesellschaft zu tragen. Dazu beitragen kann der Ausbau von Angeboten wie „Hospiz macht Schule“, mit dem bereits Kinder die Möglichkeit haben, sich mit den Themen auseinanderzusetzen. Unserer Erfahrung nach kann auch die Ausweitung des Angebots an „Letzte Hilfe Kursen“ zu einer Beschäftigung mit dem Thema beitragen. Hilfreich sind zudem Angebote, die das Thema „andersherum“ angehen, indem sie nicht das Thema Tod, sondern das Leben in den Mittelpunkt rücken. So war die in Lippe durchgeführte Aktion „Before I Die“ deshalb so erfolgreich, weil es den Menschen leichter fällt zu formulieren, was sie im Leben vor dem Tod noch umsetzen möchten, statt über den Tod selbst nachzudenken. Auch andere Formate wie das „Death Café“, bei denen in zwangloser Atmosphäre Gespräche über Wandel, Abschied und Neubeginn bei Krankheit, Trauer, Sterben und Tod geführt werden, können hilfreich sein.

Literatur

Geiter, Heinke, Geschichte der Hospizbewegung in: <https://begleitung-am-lebensende.de/abschied/wissenswertes/geschichte-der-hospizarbeit> abgerufen am 19.3.26

Gulden, J., Frühe Integration von Palliativtherapie sinnvoll, in: Deutsches Ärzteblatt, Jg. 107, Heft 39, 1.10.2010, A. 1860

DHPV, Zahlen – Daten – Fakten auf: https://www.dhpv.de/zahlen_daten_fakten.html abgerufen am 19.3.2026

Klapsa, K., Übertherapie am Lebensende – Intensivmediziner Karagiannidis warnt: In Deutschland werden Patienten teils künstlich beatmet, obwohl es für sie kaum mehr Überlebenschancen gebe. Ursache sei etwa die hohe Vergütung für Kliniken in: DIE WELT vom 29.10.2024; 4

Richter-Kuhlmann, E., Start vor der präfinalen Phase? In: Deutsches Ärzteblatt Jg. 122, Heft 26, 26.12.225; B 1288

Voltz, R., Trauer als ständige Familienbegleiterin, in: Zeitschrift Leben & Tod Nr. 1/2023, S. 3

Blickwechsel 2026/1 | Nr. 45

„Warum macht man das?“

„Sie haben aber einen traurigen Job!“

„Dass Sie das können!“

„Gut, dass es
Sie gibt!“

„Zieht dich das nicht
unheimlich runter?“

Was wir so alles hören



„Oh, Sie gehen dahin,
wo es weh tut.“

„Hast du keine
anderen Hobbies?“

„Zu wie vielen
gehen Sie
gleichzeitig?“

„Für mich wäre das
nichts – aber gut,
dass es einer macht.“

„Ich bewundere das, aber
ich könnte das nicht.“

„Ich kenn mich damit
nicht aus, da müssen
Sie meine Frau fragen.“

„Man kann sich heutzutage den
Job ja nicht mehr aussuchen.“

„Ich wundere mich
immer, wo du das
alles lässt.“

„Warum machst
du DAS denn?“

„Damit würde ich mich
nicht belasten!“

„Das ist ja voll traurig
– weint ihr immer?“

„Das muss doch total traurig
sein, täglich mit Sterben und
Tod konfrontiert zu werden.“

„Und wie wisst ihr,
dass jemand euch
braucht?“

„Toll, dass Sie das machen. Erzählen
Sie mir doch mal mehr davon.“

Den Moment genießen



Liebe Leserinnen
und Leser,

ich freue mich sehr, mich Ihnen in dieser Ausgabe des BlickWechsels vorstellen zu dürfen. Zum 1. Oktober 2026 beginne ich meine Tätigkeit in der Kinder- und Jugendhospizarbeit des Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienstes. Besonders dankbar bin ich für die gemeinsame Einarbeitungszeit mit und durch Gaby Monath, die zum 31. Dezember 2026 in den Ruhestand verabschiedet wird.

Geboren bin ich vor etwas über 40 Jahren in Lippe und bin nach einigen Jahren im In- und Ausland seit 2010 auch wieder fest hier verankert. Ein schöner alter Fachwerkhof in einem der lippischen Dörfer ist mein Wohlfühlort. Hier wohnen wir mit drei Generationen, und ich bin öfter draußen als im Haus anzutreffen, weil so ein alter Hof mit großem Garten auch immer genug Arbeit und Ablenkung bietet.

Dieser Ausgleich ist mir wichtig und tut mir gut, weil ich seit über 10 Jahren in einem sensiblen Bereich tätig bin: Als Teil der Jugendhilfe des Kreises Lippe habe ich belasteten Familien Unterstützung vermittelt. Familien in besonderen Lebenslagen zu begleiten, liegt mir, und ich scheue keine schweren Themen. Offene Worte in besonderen Situationen zu finden und gemeinsames Schweigen auszuhalten, biete ich gerne an.

Es sind oft die kleinen Momente, die mich bewegen und beeindruckt; ganz bei den Menschen zu sein, sich ihnen zu widmen und aufmerksam zuzuhören. In allem, was ich mache, tauche ich in die Situation ein und lebe den Augenblick. Der kommt nie wieder, und wenn wir immer nur auf etwas warten, dann laufen wir Gefahr, etwas zu verpassen. So habe ich auch meine Hobbys gewählt: das Imkern und die Gartenarbeit. Dort zu sein bedeutet, in diesem Moment zu sein, die kleinen Dinge zu bemerken und wertzuschätzen. Diesen Kreislauf immer wieder zu erleben gibt mir ein schönes Gefühl der Zugehörigkeit und das Gefühl, Teil eines großen Ganzen zu sein.

Ich freue mich sehr auf die neuen Aufgaben und darauf, die Hospizarbeit besser kennenzulernen. Ich freue mich auf SIE, weil die Arbeit mit Menschen nur gemeinsam gelingt.

Beste Grüße

Ihre Miriam Mehlhaff-Schäfer

20 Jahre – ein besonderer Meilenstein



VON HEIKE KAYS

Ein kurzer Rückblick

Zum 01.06.2006 wurde der Mietvertrag für ein Beratungsbüro des Ambulanten Hospizdienstes in Lemgo unterzeichnet. Anschließend wurde mit der Renovierung und Einrichtung der Räume begonnen. Die offizielle Eröffnung des Büros in der Kramerstraße 10 fand am 26.08.2006 statt. Das Interesse war groß, und so bildete sich im Oktober 2006 die Lemgoer Gruppe, die sich seither regelmäßig zum Austausch trifft und Menschen sowie ihre Zugehörigen in Lemgo und Umgebung begleitet und unterstützt. Im April 2023 erfolgte der Umzug des Beratungsbüros in die barrierearmen Räumlichkeiten in der Haferstraße 25.

Gedanken aus dem Ehrenamt zu diesem Jubiläum

Aus einem kleinen Beratungsbüro ist in den vergangenen zwei Jahrzehnten ein lebendiger Ort der Begegnung, Begleitung und Gemeinschaft entstanden. Was diese Zeit für die Ehrenamtlichen bedeutet, lässt sich nicht allein in Daten und Ereignissen beschreiben. Es sind vor allem die Erfahrungen und Begegnungen, die dieses Jubiläum besonders machen.

So viel Zeit – ist denn wirklich schon so viel Zeit vergangen? Zwanzig Jahre, in denen Menschen für Menschen da sind. Ein Thema, das auf den ersten Blick sehr ernst und traurig erscheint. Ja, es ist ernst – doch nicht immer ist es auch traurig. Natürlich gibt es Momente der Trauer, aber in

jedem Einsatz stecken auch so viel Freude, manchmal Humor und ganz viel Emotion.

In jedem einzelnen Einsatz begegnen wir dem Sterben, doch gleichzeitig auch dem Leben – ganz unmittelbar und intensiv. In diesen 20 Jahren haben wir unendlich viel gelernt: über die Menschen, über das Sterben, den Tod und auch über uns selbst.

20 Jahre – das klingt einerseits lang, andererseits so kurz. Gemeinsam haben wir unzählige Menschen begleitet und durften teilhaben an ihren Geschichten und ihrem Leben. Jede einzelne Erfahrung hat uns bereichert, selbst wenn sie uns manchmal an unsere Grenzen gebracht hat.

In dieser am Ende doch relativ kurzen Zeit haben wir – Schritt für Schritt – gelernt, Menschen am Lebensende zu begleiten und dem Sterben mit Offenheit und Menschlichkeit zu begegnen. Manchmal war es schwierig, manchmal überraschend leicht. Auf dem Fundament einer ganz besonderen Gemeinschaft sind Freundschaften entstanden, die über die Hospizarbeit hinausgehen.

20 Jahre Hospizarbeit in Lemgo – eine Zeit voller Begegnungen, Erfahrungen und Menschlichkeit. Eine Zeit, die uns zeigt, wie wertvoll Begleitung ist – bis zum letzten Moment und darüber hinaus. Die Austauschgruppe Lemgo dankt allen, die diesen Weg mit uns gehen – Ehrenamtlichen, Angehörigen, Wegbegleitern und vor allem den Menschen, die uns ihr Vertrauen geschenkt haben. Auf weitere Jahre des Miteinanders, des Zuhörens und des Menschseins.



25 Jahre Regionalgruppe Extertal – Gemeinschaft und Engagement

VON HELGA FREVERT

Kaum zu glauben, aber wahr: Unsere Regionalgruppe Extertal wurde vor 25 Jahren gegründet – mit dem Ziel, mitmenschliche Begleitung für Menschen am Lebensende zu organisieren und ihre Bedürfnisse sowie die ihrer Zugehörigen stärker in das Bewusstsein der Gesellschaft zu rücken.

Seitdem hat sich vieles zum Positiven entwickelt. Dazu beigetragen haben die Hospizbewegung insgesamt, die engagierte Arbeit und Öffentlichkeitsarbeit des heutigen Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienstes Lippe e. V., unsere Arbeit vor Ort sowie die vielen Begleitungen.

Heute können wir feststellen, dass eine andere Kultur im Umgang mit dem Sterben entstanden ist. Familien, Freunde und Nachbarn betrachten es oft als selbstverständlich, ihre nahestehenden Menschen in der letzten Lebensphase und im Sterben zu begleiten. Krankenkassen fördern die Hospizarbeit, und Einrichtungen wie Krankenhäuser, Pflegedienste und Pflegeheime haben Palliativpflege als festen

Bestandteil in ihrer Arbeit etabliert. Das Palliativnetz in Lippe bietet Menschen mit lebensverkürzenden Erkrankungen, Sterbenden und ihren Zugehörigen oft einen tragenden und unterstützenden Rahmen.

Wenn wir heute zurückblicken, können gerade wir langjährigen Mitglieder der Gruppe feststellen, dass unsere anfänglichen Ziele in vielen Bereichen weitgehend erreicht wurden. Das erfüllt uns mit Freude und Stolz. Wir sind sehr dankbar für die langjährige gute Zusammenarbeit in der Regionalgruppe und im Verein.

Wir sind jedoch nicht der Meinung, dass unsere Arbeit damit überflüssig geworden ist. Im Gegenteil: Wir sehen es weiterhin als wichtige Aufgabe an, vor Ort und in der gesamten Hospizbewegung für die Bedürfnisse sterbender Menschen und ihrer Angehörigen einzutreten. Menschen am Lebensende haben keine eigene Lobby. Umso wichtiger ist es, auch weiter für ihre Bedürfnisse einzutreten und die gesellschaftliche Aufmerksamkeit dafür zu erhalten.

Unsere Bibliothek – ein Ort zum Entdecken ...



Beim Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V. gibt es eine besondere Möglichkeit, sich mit den Themen Sterben, Tod, Trauer und Begleitung auseinanderzusetzen: unsere Bibliothek. An allen Standorten finden Sie eine große Auswahl an Büchern, die alle Interessierten zum Entdecken einlädt.

Ganz bewusst richtet sich unsere Bibliothek nicht nur an haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende, sondern an alle Menschen, die sich informieren oder orientieren möchten. Ob Angehörige eines schwer erkrankten Menschen, Trauernde, Mitarbeitende verschiedener Berufsgruppen – beispielsweise aus Pflegeeinrichtungen – oder pädagogische Fachkräfte aus Kindertageseinrichtungen: Bei uns können alle stöbern, lesen und ausleihen. Die Auswahl ist vielfältig und aktuell. Neben Romanen und persönlichen Erfahrungsberichten finden sich zahlreiche Fachbücher zu Themen wie Sterbegleitung, Hospiz- und Palliativarbeit, Trauer, Gesprächsführung, Demenz, Validation, Pflege, Palliativmedizin oder Krebschmerzen.

Weitere Bücher beschäftigen sich mit Themen wie Zuhause sterben, Abschiednehmen, Alter, Angst, Lebensmüdigkeit oder Konflikten – und vor allem mit der Frage: „Wie kann ich gut da sein, wenn ein Mensch stirbt?“

Auch Fragen rund um Kinder und Jugendliche haben ihren Platz: Wie können junge Menschen begleitet werden, wenn ein Elternteil stirbt? Wie können Eltern oder Zugehörige unterstützt werden, wenn ein Kind stirbt? Wie kann man in Kindertageseinrichtungen über Sterben, Tod und Trauer sprechen?

Die Nutzung unserer Bibliothek ist unkompliziert und kostenlos. Sie kommen einfach während der Öffnungszeiten vorbei, schauen in Ruhe durch die Regale oder lesen in unserer Sitzecke bereits ein wenig hinein. Die Ausleihe wird unkompliziert dokumentiert – und wenn Sie fertig sind, bringen Sie das Buch einfach wieder zurück.

Wir laden herzlich dazu ein, unsere Bibliothek zu entdecken. Vielleicht finden Sie genau das Buch, das Sie gerade brauchen – oder einen Gedanken, der Trost, Orientierung oder neue Perspektiven schenkt. Unsere Bibliothek lebt davon, genutzt zu werden.

Ein großer Dank für einen gewachsenen Schatz

Unsere Bibliothek wäre heute nicht das, was sie ist, ohne das langjährige Engagement von Christel Twellmann und Andreas Lüdeke.

Mit viel Herzblut, Ausdauer und großer Sorgfalt haben beide über viele Jahre hinweg aus einem kleinen Bücherbestand einen wertvollen und umfangreichen Schatz aufgebaut. Sie haben Bücher ausgewählt, katalogisiert, eingebunden, sortiert und gepflegt – und damit einen Ort geschaffen, der vielen Menschen Orientierung, Wissen und Unterstützung bietet. Für dieses außergewöhnliche Engagement möchten wir von Herzen Danke sagen.

Gleichzeitig freuen wir uns sehr, dass mit Luisa Beckmann bereits eine neue Engagierte gefunden wurde, die sich künftig mit um die Bibliothek kümmern wird. Damit unsere Bibliothek auch in Zukunft lebendig bleibt und weiter wachsen kann, freuen wir uns über weitere Menschen, die Lust haben, mitzugestalten, Ideen einzubringen oder die Bibliotheksarbeit zu unterstützen. Denn unsere Bibliothek soll auch weiterhin ein offener, einladender und inspirierender Ort für viele Menschen bleiben. Bei Interesse freut sich Manuela Vicky Sieker über eine Kontaktaufnahme.



Buchempfehlungen

**Frank Haberstroh –
Danke! Mit Dankbarkeit besser durchs Leben
50 Autoren | 50 Geschichten, Münster 2025**

In diesem inspirierenden Buch dreht sich alles um das Wort „Danke“. In kurzen persönlichen Geschichten schreiben 50 Menschen aus unterschiedlichen Bereichen von ihren Erlebnissen rund um Dankbarkeit. Dabei sind Bernd Stelter, Atze Schröder, Rüdiger Hoffmann, Alexander Klawns, Bernard Dietz, Kerstin Stegemann-Holtherm, „Lotto King Karl“ und viele andere aus dem Freundes- und Bekanntenkreis des Herausgebers. Die Gastautorinnen und -autoren kommen aus allen Teilen Deutschlands und darüber hinaus aus der Schweiz, der Türkei und Südafrika. Dieses Danke-Buch ist ein Herzensprojekt von ihm. Frank Haberstroh sieht im regelmäßigen „Danke“-Sagen einen idealen Vorsatz, der sich mit der Zeit leicht zur Gewohnheit entwickelt.

„Persönliche Dankesbriefe und Mails erfreuen den Empfänger, nicht nur im privaten Bereich.“ Sein Honorar aus den Buchverkäufen wird Frank Haberstroh an Initiativen spenden, die sich um Obdachlose kümmern. Der Journalist stammt aus Paderborn. Seit über 30 Jahren arbeitet er beim Radio und lebt mit seiner Familie in Warendorf. Im Sommer 2023 hatte er während seines Urlaubs auf Teneriffa die Idee zu diesem sehr inspirierenden Buch. Er begann, Freunde und Bekannte anzufragen. Ein knappes Jahr später hatte er diese bunte Mischung von Geschichten gesammelt. Sämtliche 50 Autorinnen und Autoren stammen aus seinem persönlichen Netzwerk.



**Lisa Ridzén –
Wenn die Kraniche nach Süden ziehen |
btb Verlag, 2026**

„Wenn die Kraniche nach Süden ziehen“ hat mich sehr beeindruckt. Es geht um die Geschichte von Bo, der im Alter von 89 Jahren immer mehr mit Einsamkeit, Verlust und Erinnerungen konfrontiert wird. Die intensive Beziehung zu seinem Hund und die daraus resultierenden Schwierigkeiten mit Bos Sohn haben mich besonders berührt. Als Hörbuch hat mich das Buch noch stärker

erreicht: Walter Kreye liest mit einer ruhigen, warmen Stimme, die perfekt zur melancholischen Stimmung passt und die Gefühle sehr intensiv transportiert. Es sind die leisen Momente, die lange nachwirken und einen zum Nachdenken bringen – über das eigene Leben, Beziehungen und das Älterwerden. (Rezension von Ilse Böinghoff).



Entdeckt, gehört, gesehen

**Dada Peng – Knockin’ on Jimmy’s Door
Wie wir glücklicher leben, wenn wir
zu sterben lernen | Verlag Herder GmbH,
Freiburg im Breisgau 2022**

Was wäre, wenn wir dem Tod einen Namen geben und mit ihm ins Gespräch kommen würden? Dada Peng nennt ihn „Jimmy“ und lädt dazu ein, die Angst vor dem Sterben durch Neugier und Offenheit zu ersetzen. Mit persönlichen Erfahrungen aus Hospizarbeit

und Sterbebegleitung, überraschenden Gedanken und einer Prise Humor zeigt er, wie die Beschäftigung mit dem Lebensende den Blick auf das Leben verändern kann. Ein ungewöhnliches Buch, das Mut macht, über Tod und Sterben zu sprechen.



LEBEN UND TOD – Die Messe zum Mitreden

Wie vielfältig die Themen rund um Leben, Sterben, Tod und Trauer sind, zeigt die Messe LEBEN UND TOD. Sie verbindet Fachkongress und Publikumsmesse und bietet Raum für

Information, Austausch und Begegnung. Ob beruflich oder persönlich interessiert – ein Besuch lohnt sich. Mehr Informationen: www.leben-und-tod.de



**SCHLUSSWORTE – Der Podcast über das,
was zählt**

Offene Gespräche über Sterben, Abschied, Trauer und das Leben selbst: Der Podcast SCHLUSSWORTE greift Themen auf, die uns alle betreffen, und lässt Menschen zu Wort kommen, die ihre Erfahrungen und Gedanken

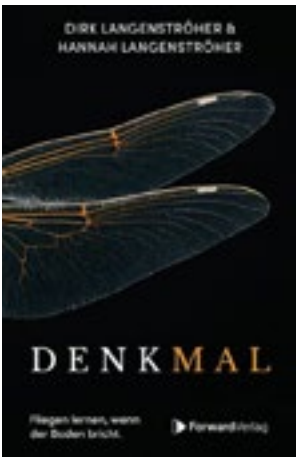
teilen. Hörenswert für alle, die sich mit den Fragen des Lebensendes auseinandersetzen möchten. Zu finden bei **Spotify** und auf der Website der Messe **LEBEN UND TOD**.



**Dirk Langenströher & Hannah Langenströher –
Denkmal – Fliegen lernen, wenn der Boden
bricht | Erscheinungsdatum 18. August 2026,
Forward Verlag**

Dieses Buch hat zwei Autoren. Eine lebt im Himmel. Als Hannah 2022 völlig unerwartet starb, veränderte sich alles. Es entstand unendliche Leere – und geblieben sind die Liebe und eine Verbindung für die Ewigkeit. Inmitten unwirklichen Schmerzes begann ein innerer Weg. Ein Weg zu sich selbst. Zu neuer Klarheit. Zu stiller Stärke. DENKMAL ist Hannahs Denkmal – und ein DENKMAL für jeden Leser. Es ist eine Einladung, innezuhalten und die richtigen Fragen zu stellen.

Weil du selbst einen seelischen Rucksack trägst – schwer oder leicht – und ihn besser schultern willst. Weil das Leben Veränderung bedeutet – mit Wendepunkten und Neuanfängen. Weil Resilienz nicht zurück zum Alten führt, sondern vorwärts in etwas Neues. Und weil du erfahren möchtest, wie Glaube tragen kann. Hannah macht dieses Buch als Denkpartnerin einzigartig. Sie wirkt in jedem Wort weiter. Denn aus innerer Klarheit wächst das, was wirklich zählt: ein Leben, das sich richtig anfühlt.



**#dasistpalliativ – Palliativversorgung
sichtbar machen**

Was bedeutet Palliativversorgung eigentlich? Die Kampagne „#dasistpalliativ“ der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin informiert verständlich und lebensnah über die Möglichkeiten der Palliativversorgung. Zahlreiche

Geschichten, Informationen und Materialien zeigen, wie Menschen mit schwerer Erkrankung und ihre Angehörigen unterstützt werden können. Mehr unter: www.dasistpalliativ.de



**Mediathek-Tipp:
„Ein Hof zum Leben und Sterben“**

Die ZDF-Reportage aus der Reihe „37°“ begleitet Menschen auf einem besonderen Weg und zeigt eindrucksvoll, wie Leben, Gemeinschaft und Abschied miteinander

verbunden sein können. Ein bewegender Film, der nachdenklich macht und gleichzeitig Mut schenkt. Zu finden in der ZDF-Mediathek unter „37° – Ein Hof zum Leben und Sterben“.

**In unserer Bibliothek finden Sie diese und noch viele weitere Bücher, die Sie leihen können.
Kommen Sie doch einfach mal zum Stöbern in unseren Geschäftsstellen vorbei.**

Über das Leben sprechen, wenn es um den Tod geht

Ehrenamtliche aus dem Death Café erzählen

ES HABEN MITGEWIRKT: ANGELIKA BÖHR, MANUELA DIERS-SCHÄFER,
INGRID NOLTING, HEIKE STROTHMANN UND HARMA WROBEN

Bei Kaffee, Kuchen und offenen Gesprächen begegnen sich im Death Café Menschen, die bereit sind, über Themen zu sprechen, die im Alltag oft ausgeklammert werden: Sterben, Tod, Abschied und Trauer. Ehrenamtliche des Ambulanten Hospizdienstes begleiten diese Treffen – und erleben dabei immer wieder, wie bereichernd ein offener Austausch sein kann.

„Leben und Tod gehören untrennbar zusammen“, sagt eine der Ehrenamtlichen. Genau darum gehe es im Death Café: einen Raum zu schaffen, in dem Menschen ohne Tabus ins Gespräch kommen können. Der Austausch regt zum Nachdenken an, aber auch dazu, sich mitunter mit sich selbst zu konfrontieren. In entspannter Atmosphäre werde nachgedacht, diskutiert, gelacht und manchmal auch geschwiegen. Die Gespräche erleben die Ehrenamtlichen als tiefgehend und sinnerfüllend. Besonders beeindruckend sei die Offenheit, mit der Menschen einander begegnen. Themen wie Trost, Bestattungsformen, Leichenschmaus, Märchen, Frieden und Versöhnung oder auch persönliche Wünsche für die eigene Beerdigung regen immer wieder zum Austausch an. Dabei zeigen sich oft ganz unterschiedliche Sichtweisen, Ängste und auch Hilflosigkeit können benannt werden – und gerade das wird als wertvoll erlebt. „Man lernt von den Erfahrungen anderer“, beschreibt eine Ehrenamtliche die Atmosphäre. Immer wieder entstehen dabei auch überraschende Begegnungen. So blieb einmal ein Mann spontan im Death Café, nachdem er zufällig gesehen hatte,

dass „hier etwas los“ war. Ohne große Erwartungen setzte er sich dazu und ließ sich auf das Thema ein – und war am Ende tief bewegt von den Gesprächen. Die Ehrenamtlichen erleben aber auch, dass viele Menschen Berührungsängste mit dem Thema Tod haben und nichts damit zu tun haben wollen. Manche Gäste bringen eigene Verlusterfahrungen oder aktuelle Trauer mit und sind stark belastet. Dann braucht es Fingerspitzengefühl und die Fähigkeit, zu erkennen und zu thematisieren, dass andere Angebote des Hospizdienstes hilfreicher sein können. Gleichzeitig zeigt genau das, wie groß der Bedarf an Gesprächen über Sterben und Abschied in unserer Gesellschaft ist.

Am Death Café schätzen die Ehrenamtlichen besonders die Mischung aus Leichtigkeit und Tiefe. Das gemeinsame Kaffeetrinken schafft eine ungezwungene Atmosphäre. Ernsthafte Themen dürfen Raum bekommen, ohne bedrückend zu werden. Dabei ist es sicher eine Herausforderung für die Akteure, die Zeit stets im Blick zu behalten, so dass auch alle zu Wort kommen können. „Es tut gut, auf neutralem Boden über solche Tabuthemen zu sprechen. Wir kommen schnell in einen sehr offenen und ehrlichen, mitunter auch intimen Austausch“, erzählt eine Ehrenamtliche. „Das bereichert mich sehr“. Die ausgewählten Themen haben ernste, aber auch humorvolle Aspekte – das passt gut zur Dualität von Leben und Tod, die gemeinsam betrachtet wird. Oft entstehen dabei sehr ehrliche und persönliche Gespräche.

Viele der Ehrenamtlichen sind überzeugt: Wer sich mit dem eigenen Sterben auseinandersetzt, gewinnt auch etwas für das Leben. Es stärkt den Umgang mit dem eigenen Ende oder führt sogar dazu, die eigene Biografie selbstbestimmter zu gestalten und neue Wege einzuschlagen. Ängste können kleiner werden, Entscheidungen bewusster. Manche berichten, dass sie heute offener über Patientenverfügung, Testament oder persönliche Wünsche sprechen können – und dadurch auch Angehörige entlasten. Frühzeitig eine Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht zu erstellen sowie ein Testament zu schreiben, ist sinnvoll. Dabei gehe es nicht darum, Menschen zu drängen. „Alles hat seine Zeit“, sagt eine Ehrenamtliche. Wichtig sei vor allem, Gesprächsbereitschaft zu signalisieren und zuzuhören. Denn oft beginne die Auseinandersetzung mit kleinen Fragen – und mit dem Gefühl, nicht allein zu sein.

Spontan fällt einer Ehrenamtlichen dazu auch noch das Lied „Adieu Emile“ von Klaus Hoffmann aus dem Jahr 1975 ein – daraus die Textzeilen: „Ich geh mit Frieden in der Seele ... ich will Gesang, ich will Spiel und Tanz, will, dass man sich wie toll vergnügt, wenn man mich unter den Rasen pflügt.“ Es wäre doch toll, wenn wir dies im Sterbeprozess formulieren könnten, oder?

Death Café – Reden über den Tod

Wann:

Fr 20. März 26

Fr 26. Juni 26

Fr 20. November 26

17.00 bis 19.00 Uhr

Wo:

VHS Gewölbekeller

Krumme Str. 20

32756 Detmold



hospiz-lippe.de

Ambulanter Hospiz- und
Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V.

Was raten Ehrenamtliche Menschen, die zögern, sich mit dem Thema Tod auseinanderzusetzen?

Die Ehrenamtlichen des Death Cafés erleben immer wieder, dass viele Menschen Berührungsängste mit dem Thema Tod haben. Dabei, so sagen sie, begegnen uns Leben und Vergänglichkeit jeden Tag: Pflanzen vergehen und treiben neu aus, Zellen sterben ab und neue entstehen, Menschen werden geboren und andere verlassen diese Welt. Leben und Tod seien Teil eines natürlichen Rhythmus. Gleichzeitig brauche jede und jeder den eigenen Zeitpunkt für diese Auseinandersetzung. Nicht alle Menschen seien sofort bereit, darüber zu sprechen – besonders dann nicht, wenn belastende Erfahrungen oder Traumata dahinterstehen. Deshalb gehe es nicht darum, jemanden zu drängen oder zu überzeugen. Viel wichtiger sei es, zuzuhören, Gesprächsbereitschaft zu signalisieren und offen zu bleiben.

Wer sich jedoch behutsam mit den Themen Sterben und Abschied beschäftige, könne darin auch etwas Wertvolles entdecken. Einige Ehrenamtliche berichten, dass sie durch die Auseinandersetzung bewusster leben und dem eigenen Lebensende weniger angstvoll begegnen. Hilfreich seien dabei Gespräche, Bücher oder Angebote wie das Death Café sowie weitere Veranstaltungen des Ambulanten Hospizdienstes.

Vielleicht ist genau das die besondere Stärke des Death Cafés: dass dort über den Tod gesprochen wird – und gleichzeitig ganz viel über das Leben.



Mitgliedserklärung

Ich möchte Mitglied werden und die Arbeit
des AHPB Lippe e. V. unterstützen:

Vorname / Name

Straße / Hausnummer

PLZ / Wohnort

Geburtsdatum* Telefon*

Beruf*

E-Mail-Adresse*

*freiwillige Angaben

Ich bin bereit, folgenden Jahres-Mitgliedsbeitrag zu zahlen (bitte ankreuzen/ergänzen):

Jahresbeitrag ☐ 24 € ☐ 48 € ☐ 72 € €

Mitgliedsbeiträge bitte auf nachstehendes Konto bei der
Sparkasse Paderborn-Detmold-Höxter überweisen:
IBAN: DE12 4765 0130 0106 0092 85 | SWIFT-BIC: WELADE3LXXX

Datum / Unterschrift

SEPA-LASTSCHRIFTVERFAHREN

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE78ZZZ00000178888 · Ich ermächtige den
Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V., den Mitgliedsbeitrag
von meinem Konto mittels wiederkehrender Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise
ich mein Kreditinstitut an, die Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht
Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages
verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Euro Geldinstitut

IBAN

Datum / Unterschrift

Bitte senden an:
Ambulanter Hospiz- und
Palliativ-Beratungsdienst Lippe e. V.
Leopoldstraße 16
32756 Detmold

Ihr Mitgliedsbeitrag ist zur Zeit bis zu 200 €
jährlich durch Nachweis per Kontoauszug steuerlich
abzugsfähig. Ausführliche Hinweise zum Datenschutz
entnehmen Sie bitte unserer Homepage. Weitere
Informationen dazu erhalten Sie mit der Zusendung
der Bestätigung Ihrer Mitgliedschaft.

hier abtrennen



Wir
brauchen
Freunde ...

... damit Hilfesuchende jederzeit kompetent beraten und begleitet werden.

Sie können uns unterstützen

- indem Sie in Ihrem Freundes- und Bekannten-
kreis auf die Hospizbewegung hinweisen.
- durch eine Mitgliedschaft im Verein
- durch aktive Mitarbeit in den Hospiz-
arbeitsgruppen.
- durch eine einmalige Spende, eine dauerhafte
Unterstützung, einen Nachlass, eine Testaments-
Spende und Anlass-Spende.

Sparkasse Paderborn-Detmold-Höxter
IBAN: DE92 4765 0130 0047 4747 47
SWIFT-BIC: WELADE3LXXX

Sparkasse Lemgo
IBAN: DE58 4825 0110 0004 4444 44
SWIFT-BIC: WELADEDILEM



www.hospiz-lippe.de

So können Sie uns erreichen

Ambulanter Hospiz- und Palliativ- Beratungsdienst Lippe e. V.

Leopoldstraße 16, 32756 **Detmold**
Tel. 0 52 31-96 28 00, Fax 0 52 31-96 28 01
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. u. Fr. von
8-12 Uhr und Di. von 14.30-17.30 Uhr

Lange Straße 70
(UG Ev.-ref. Kirchengemeinde), 32791 **Lage**
Tel. 0 52 22-36 39 310, Fax 0 52 22-36 39 315
Öffnungszeiten: Jeden Freitag von 9-12 Uhr

Haferstraße 25, 32657 **Lemgo**
Tel. 0 52 61-77 73 83, Fax 0 52 61-66 84 77
Öffnungszeiten: Mo., Mi. u. Fr. von 8 -12 Uhr und
Do. von 14.30-17.30 Uhr

Lange Straße 9, 32105 **Bad Salzuflen**
Tel. 0 52 22-36 39 310, Fax 0 52 22-36 39 315
Öffnungszeiten: Mo., Di. u. Do. von 9-12 Uhr und
Do. von 16-18 Uhr

Weitere Termine sind nach Vereinbarung möglich.

Heute hier morgen dort



Heute hier, morgen dort, bin kaum da, muss ich fort
Hab mich niemals deswegen beklagt
Hab es selbst so gewählt, nie die Jahre gezählt
Nie nach Gestern und Morgen gefragt

Manchmal träume ich schwer und dann denk ich es wär
Zeit zu bleiben und nun was ganz andres zu tun
So vergeht Jahr um Jahr und es ist mir längst klar
Dass nichts bleibt, dass nichts bleibt, wie es war

Dass man mich kaum vermisst, schon nach Tagen vergisst
Wenn ich längst wieder anderswo bin
Stört und kümmert mich nicht, vielleicht bleibt mein Gesicht
Doch dem Ein' oder Andern im Sinn

Manchmal träume ich schwer, und dann denk ich es wär
Zeit zu bleiben und nun was ganz andres zu tun
So vergeht Jahr um Jahr und es ist mir längst klar
Dass nichts bleibt, dass nichts bleibt, wie es war

Fragt mich einer, warum ich so bin, bleib ich stumm
Denn die Antwort darauf fällt mir schwer
Denn was neu ist, wird alt, und was gestern noch galt
Stimmt schon heut oder morgen nicht mehr

Manchmal träume ich schwer und dann denk ich es wär
Zeit zu bleiben und nun was ganz andres zu tun
So vergeht Jahr um Jahr und es ist mir längst klar
Dass nichts bleibt, dass nichts bleibt, wie es war

Text: Hannes Wader
Musik: Gary Bolstad
mit freundlicher Genehmigung
Westpark Music & Publishing, Köln



Ambulanter Hospiz- und
Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V.