

# COSINUS

Für Freunde und Förderer des Hospiz Sinus

## INHALT

### Sich zu trauern trauen

Warum der Schmerz zur Bewältigung des Abschieds gehört S. 3

### Ehrenamtlichenarbeit

Warum tun Menschen das? S. 4 – 5

### Das letzte Gesicht

Wie Spiegel-Journalisten mit uns arbeiteten S. 6 – 8



### Alles hat seine Zeit

Interview mit der Mitarbeiterin Bärbel Sellentin S. 10

### Engel des Alltags

Ein Wettbewerb für mehr Menschlichkeit S. 11

### Ach, wäre es doch nur ein Traum

Eine Liebeserklärung einer Ehefrau an ihren Mann und eines Vaters an seine Tochter S. 12 – 13

### Tod & Tr@uer im Netz

Erste Hilfe für Trauernde im Internet S. 15

## HEFTSCHWERPUNKT: TRAUER

# „Wie hoch ist oben“ ?

... könnte ich als Antwort auf die Frage „Wann beginnt Trauer?“ entgegnen! Angehörige gelten oft als lästig und schwierig, wenn sie Erklärungen und Gespräche einfordern oder gar den behandelnden Ärzten widersprechen. Dabei wird häufig übersehen, dass Angehörige und Freunde in höchstem Maße trauern.



Foto: vision photos / Fotov

Sie müssen den gleichen prozesshaften Weg der Auseinandersetzung mit der tödlichen Erkrankung und ihren beängstigenden Begleitumständen zurücklegen, wie der Kranke selbst.

Die Entscheidung den Partner, den Freund, die Mutter oder den Vater ins Hospiz zu geben, fällt ihnen sehr schwer. Dazu kommt noch eine besondere Angst vor Überforderung und Versagen. Ein Ehemann sagte in einem Aufnahmegespräch zu mir: „Die Vorstellung, dass für die Aufnahme meiner Frau ein anderer Mensch sterben muss und ich den Abschied von ihr noch vor mir habe, ist ganz schwer für mich.“

Es wird von Angehörigen erwartet, den Kranken zu unterstützen, dabei stehen sie selber häufig vor dem inneren und äußeren Zusammenbruch.

Oft sehnen sie sich angesichts der todernsten Lage danach, offen zu sprechen, wissen aber nicht wie, weil sie in einem familiären Klima von Verschleierung und Schonung aufgewachsen sind. Sie sehen die HospizmitarbeiterInnen und ÄrztInnen als Verbündete, aber manchmal empfinden sie ihnen gegenüber auch Konkurrenz

um Nähe und Schuldvorwürfe, dass dem geliebten Menschen nicht mehr geholfen werden kann.

In dieser Situation fühlen sie sich oft unverstanden und alleingelassen.

**Eines unserer wichtigen Anliegen im Hospiz ist es, die Gefühle, die Nöte und Sorgen der Angehörigen und Freunde genauso ernst zu nehmen, wie die unserer Gäste.** So wie jeder von uns seine nahen Beziehungen auf individuelle Art gestaltet, so unterschiedlich ist auch seine Art, sich daraus zu lösen.

**Im Hospiz möchten wir Angehörige dabei unterstützen den Abschied aktiv und bewusst zu gestalten.**

Bewusstes Abschiednehmen befähigt uns, Trauer als lebensfördernden Weg zu begreifen. Nicht verarbeitete Trauer hindert am kraftvollen Weiterleben.

Ein chinesisches Sprichwort sagt: Du kannst nicht verhindern, dass die schwarzen Vögel der Trauer über deinem Kopf kreisen. Dafür kannst Du aber Sorge tragen, dass sie auf deinem Kopf keine Nester bauen.

**Gabriela Holmer-Cichosz**

## EDITORIAL

„Ich möchte Sie, so gut ich kann, bitten, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst lieb zu haben wie verschlossene Stuben und wie Bücher, die in einer sehr fremden Schrift geschrieben sind. Es handelt sich darum, alles zu leben. Leben Sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines Tages in die Antwort hinein.“



Dies schrieb Rainer Maria Rilke an einen trauernden Freund. Diese Zeilen haben mich sehr berührt. Sprechen Sie doch von einer sensiblen Einfühlung. Ich spüre in den Worten an den trauernden Freund, wie Rilke selbst schon gelitten hat. Er teilt seine Erfahrung. Er gibt keinen

nutzlosen Ratschlag und bietet keine Lösung an. So bleibt die Trauer des Freundes für diesen einmalig, und gleichzeitig verleiht die Erkenntnis des universellen Erlebens ihm auch Trost. Tränen müssen geweint, der Abschied muss gelebt werden. Trauer braucht Trost! Trauer braucht Zeit! Trauer braucht Ausdruck!

In dieser 3. Ausgabe von *cosinus* kommen Menschen zu Wort, die uns an ihrer Art zu trauern teilhaben lassen. Sie machen Mut diese Herausforderung des Lebens anzunehmen, um mit der Zeit vielleicht gestärkt aus ihr hervorzutreten.

*Holmer-Cichosz*  
*Gabriela Holmer-Cichosz*

Gabriela Holmer-Cichosz

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Hospiz Sinus e.V.  
Margaretenstr. 36  
20357 Hamburg  
Tel. 040 / 43 13 34 – 0  
Fax 040 / 43 13 34 – 27  
E-Mail: [info@hospiz-sinus.de](mailto:info@hospiz-sinus.de)  
Internet: [www.hospiz-sinus.de](http://www.hospiz-sinus.de)

1. Ausgabe 2004, Auflage: 2.000 Ex.

**Redaktion:** Gabriela Holmer-Cichosz,  
Oliver Hartwig

**Lay-out, Produktion:** Oliver Hartwig

**Fotos:** G. Holmer-Cichosz, O. Hartwig, vision photos, artvertise

**Zeichnungen:** Hermann Handt,  
G. Holmer-Cichosz

**Druck:** Hein & Co, Hamburg

*Als das Hospiz Sinus eröffnet wurde, durfte ich auf der (ziemlich fröhlichen) Einweihungsfeier eine (ziemlich ernste) Rede halten. Nun ist das Hospiz Sinus sieben Jahre alt, ich bin 75 Jahre alt, und es gibt uns beide immer noch. Ich finde, das ist eine gute Nachricht.*

*Manches hat sich verändert in diesen sieben Jahren, einiges auch zum Besseren. Es gibt veränderte, sinnvolle Richtlinien der Bundesärztekammer zur Sterbebegleitung. Es gibt neue Gerichtsurteile, die dabei helfen können, die so lange vernachlässigte Schmerztherapie noch ein bisschen besser vor der Kriminalisierung zu schützen. Es gibt eine stärkere Beachtung des Patientenwillens, auch des mutmaßlichen Patientenwillens. Und es gibt, das ist jedenfalls mein Eindruck, eine engere Zusammenarbeit der bestehenden Hospize.*

*Anderes aber, und das ist das Entscheidende, hat sich nicht verändert: die Verdrängung des Sterbens aus dem Leben, zu dem es doch gehört wie das Geborenwerden; die Weigerung vieler Ärzte zu begreifen, dass sie von den Patienten dann am dringendsten gebraucht werden, wenn es für diese Patienten keine Heilung mehr gibt. Nicht verändert hat sich wohl auch der Mangel an finanziellen Ressourcen, im Gegenteil.*

*Ich könnte also vieles wiederholen von dem, was ich damals gesagt habe: dass zur Lebensqualität auch die Sterbensqualität gehöre, weil Sterben auch Leben ist, und dass ein Arzt sich durchaus für die Qualität des Sterbens seiner Patienten verantwortlich fühlen sollte. Aber ich gebe die Hoffnung nicht auf, dass solche Sätze eines nicht zu fernen Tages Selbstverständlichkeiten sein werden. Für Sinus sind sie es schon. Für mich auch. Und es gibt uns beide ja noch.*

*Hermann Schreiber*



Der Journalist, Autor und NDR-Moderator Hermann Schreiber hielt im November 1997 die Eröffnungsrede für unser Hospiz und ist dem Haus bis heute verbunden.



*Diese Kerze im Eingang des Hospizes brennt immer dann, wenn ein Gast verstorben ist und solange, bis der Verstorbene das Haus verläßt. Die Figurengruppe ist eine Spende eines ehemaligen Mitarbeiters, für die wir uns hier bedanken.*

Stop all the clocks, cut off the telephone,  
prevent the dog from barking with a juicy bone,  
silence the pianos and with muffled drum,  
bring out the coffin, let the mourners come.

Let aeroplanes circle moaning overhead,  
scribbling on the sky the message he is dead,  
put crepe bows round the white necks of the public doves,

Let the policeman wear black cotton gloves.  
He was my North, my South, my East and West,  
My working week and my Sunday rest.  
My noon, my midnight, my talk, my song,  
I thought that love would last forever: I was wrong.

The stars are not wanted now:  
put out everyone;  
Pack up the moon and dismantle the sun,  
pour away the ocean and sweep up the wood,  
for nothing now can ever come to any good

**W.H. Auden**

Von der Angehörigen Mrs. Blanchard für unser Gästebuch

# Sich zu trauern trauen ...

**„Nur wer die Liebe meidet, kann dem Schmerz entgehen. Es kommt darauf an, aus ihm zu lernen und weiterhin durch Liebe verwundbar zu sein.“**

**John Brantner findet schöne Worte für das Wesentliche.**

In der Trauer um den bevorstehenden oder eingetretenen Verlust eines nahe stehenden Menschen entstehen starke Gefühle, die nur schwer zu ertragen sind und eine Verarbeitung erfordern, um mit ihnen umgehen zu lernen.

Trauern bedeutet nicht nur einen Verlust zu erleben, traurig zu sein, sondern umfasst einen Prozess, der möglichst dazu führen sollte, dass der Verlust verkraftet wird, d.h. dass es gelingt sich vom Verstorbenen zu lösen, um weiterzuleben, ohne den Verstorbenen zu vergessen, sich wieder den Lebenden zuwenden zu können.

Menschen können sehr unterschiedlich auf Verluste und Trennungen reagieren. Es gibt kein optimales Trennungs- und Trauerverhalten.

Jeder kann nur sein eigenes Verhalten wahrnehmen und erkennen und versuchen den Schmerz, der damit verbunden ist, auszudrücken.

Gefühle trauernder Menschen können sich erfahrungsgemäß sehr heftig äußern. Diese starken Gefühle sind Ausdruck von Verlassensein, aber sie führen auch dazu, dass über die Auseinandersetzung mit dem Sterbenden oder Verstorbenen sich ein Gefühl einstellen kann, was dieser im Leben des Trauernden für eine Bedeutung hat, bzw. hatte. Vielleicht ist dies auch die schwierigste

**„Auch Gefühle wie Schmerz halten uns lebendig.“**

Phase der Trauer: Klarheit darüber zu gewinnen, was der andere Mensch in einem selbst „belebt“, um zu erfahren, dass dies nicht auch verloren geht, sondern erlebbar und erfahrbar ist und bleibt.

Dieser Prozess sollte nicht durch Forderungen nach Selbstbeherrschung oder Tapferkeit eingeschränkt werden. Wichtig ist, Gefühle in der Intensität in der sie auftreten,

wahrzunehmen und auszudrücken, wenn nicht im Beisein anderer, zumindest für sich selbst.

Die Trennung und den mit ihr verbundenen großen Verlust zu akzeptieren, mit allen Gefühlen, die damit verbunden sind und ausgehalten werden müssen, macht das Leben nicht einfacher, aber lebendiger. Auch Gefühle wie Schmerz halten uns lebendig.

Das Zulassen von Empfindungen, die sich auch widersprechen können, wie Wut über das Alleingelassenwerden und damit verbundenes Schuldgefühl, hilft sich vom Verstorbenen zu lösen.

Gerade das Ausdrücken und Zeigen, besonders auch der aggressiven Gefühle, wie Wut über das „im Stich gelassen“ werden, ist von großer Bedeutung, denn aggressive Gefühle vermeiden das Hineinfallen in depressive Stimmungen und führen auch dazu, sich mit dem Verstorbenen noch einmal auseinanderzusetzen.

Viele Trauernde erzählen uns das sie über nichts anderes mehr sprechen können, als über ihr früheres und jetziges Leben mit dem Verstorbenen. Das ist sehr hilfreich, weil sie das Leben mit dem Verstorbenen so Revue passieren lassen und dabei auch, neben der anfänglichen Idealisierung, problematische Situationen wiederbeleben, was dazu führt, dass auch deutlich wird, was in der Beziehung nicht so glücklich ist, was man sich „schuldig“ geblieben ist. Auch dieser Aspekt gehört dazu.

So zeigt die Auseinandersetzung mit dem Verstorbenen nicht nur das Substantielle der Beziehung, sondern kann auch dazu führen, dass man erlebt, dass sich Zuneigung nicht im Verharren in ewiger Trauer, sondern in Aufmerksamkeit auf das eigene Beziehungsverhalten ausdrücken kann.

**„Wer dieser Auseinandersetzung ausweicht, läuft Gefahr seinen Schmerz wach halten zu müssen.“**



Foto: artvertise/Wieher

Wer dieser Auseinandersetzung ausweicht, läuft Gefahr seinen Schmerz wach halten zu müssen, aus Angst davor, dass mit dem Schmerz der Verstorbenen verloren geht.

Wem es gelingt zu sehen, was der Verstorbenen im Leben des Zurückbleibenden bewirkt, was er wachgerufen hat, bei dem lebt der Verstorbenen mit, auch wenn sein Denken sich nicht mehr ständig um ihn dreht.

Trauer um einen nahe stehenden Menschen ist wahrscheinlich das schmerzlichste Erlebnis, doch das Verarbeiten des Verlustes besteht nicht nur in der Akzeptanz des Todes, sondern auch im Durchleben der gemeinsamen Geschichte.

**Gabriela Holmer-Cichosz**



# Steine wie Menschen

**Waren Sie schon mal auf einer Beerdigung? Und fanden Sie sie passend? Nur die wenigsten machen sich überhaupt vor dem Ableben Gedanken über die Bestattung. Die Beschäftigung damit kann einen wichtigen Beitrag zur Bewältigung der Trauer leisten.**



*Totenmaske des Musikers Rio Reiser, gefertigt von Holger Schmidt*

Immer mehr Bestatter spezialisieren sich auf alternative, individuelle Begräbnisformen, die Raum für Gestaltung lassen und die Persönlichkeit des Menschen spiegeln. Ein gutes Beispiel dafür ist das in Hamburg Eimsbüttel in Nähe unseres Hospiz ansässige Trostwerk: Anstatt die

Särge hinter Milchglas zu verstecken wurde hier die Ausstellung in ein großes, ebenerdiges Ladenlokal mit großem Schaufenster mitten in einer Einkaufsstraße platziert.

Auch bei der Wahl des Friedhofs und bei der Gestaltung des Grabes gehen immer mehr Menschen eigene Wege. Einige finden den Weg zum Kammerhorster Steingarten der Bildhauerin Josephine Bustorff, die im schleswig-holsteinischen Ort Puls besondere Grabsteine erschafft: gewidmete Kunstwerke, klassisch,



*Das Grabmal für den Hospiz-Gast Holger Krukow, geschaffen von Josephine Bustorff.*

modern oder einfach anders. Der Bildhauer Holger Schmidt dagegen lässt ein anderes Ritual wieder aufleben, das früher nur den Reichen vorbehalten war: Seine Totenmasken sind ein besonders eindrucksvolles Beispiel für neue Formen der Begräbniskultur.

**Oliver Hartwig**

## KONTAKT

Kammerhorster Steingarten  
Josephine Bustorff  
Kammerhorst 2  
25560 Puls  
Tel.: 04892-859602

Trostwerk Bestattungen  
Weidenallee 21  
20357 Hamburg  
Tel. 040 / 43 27 44 11  
www.trostwerk.de

Holger Schmidt  
Bildhauer  
Vinxelerstr. 34A  
53639 Königswinter  
Tel.: 022 23 / 90 45 22  
www.totenmasken.de

## EHRENAMTLICHENARBEIT

# Warum tun wir das?

**Was hat uns bewogen an einem sonnigen Wochenende im April 2004 im Veranstaltungsraum des Hospiz Sinus zusammenzukommen, um die Schulung für Ehrenamtliche zu beginnen?**

Mit dieser Frage wollten wir uns, die wir als Architektin, Dokumentarfilmerin, Fotografin, Journalistin, Arzthelferin, Lehrerin, Verwaltungsbeamtin und Vorleserin im Leben stehen, ausführlich beschäftigen.

Warum wollen wir Menschen, die sich in ihrer letzten Lebensphase befinden, einen Teil unserer Zeit schenken. Warum hoffen wir wiederum, von genau diesen Menschen einen Teil ihrer Zeit geschenkt zu bekommen?

*Unten: Ehrenamtliche des Hospiz Sinus*



Uns über unsere Motivation klar zu werden und erste Eindrücke von der angestrebten Aufgabe zu erhalten, bildeten die Schwerpunkte in der Schulung, die von der Hospizleitung und dem Hospizpsychologen angeboten wurde. An zwei Wochenenden und fünf Abenden haben wir einander ein wenig kennen gelernt und unsere Motivation erforscht. Wir erfuhren, dass unsere künftige Aufgabe auf die zwischenmenschliche Begegnung mit den Gästen ausgerichtet sein wird und haben uns in Gesprächsführung erprobt, die den Gast in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stellte. Wir beschäftigten uns mit den seelischen und körperlichen Veränderungen von schwerkranken Menschen und haben in Rollenspielen etwas über Nähe, Distanz und Grenzen gelernt. Dadurch sind wir auch immer wieder unseren eigenen Erwartungen, Hoffnungen und Ängsten begegnet.

Faszinierend fand ich die unterschiedlichen Erfahrungen, die jede Einzelne in ihren Hospitationen innerhalb der Schu-



lung gemacht hat. Da waren zum einen Ausfahrten von Gästen mit dem Rollstuhl, Nägelfeilen bei einer Frau, die gerade aus dem Krankenhaus gekommen war, Hilfe bei der Zubereitung des Abendessens, Gespräche mit Gästen und zum anderen auch intensiver Kontakt zu den Angehörigen. Übereinstimmend haben wir den großen Respekt wahrgenommen und schätzen gelernt, mit dem die Hospizmitarbeiter/innen den Gästen begegnen. Die Leichtigkeit und Fröhlichkeit, die auch den Tagesablauf bestimmt, erleben wir als wohltuend. Jetzt besuchen wir schon seit einigen Monaten die Gäste des Hospizes. Wir empfinden unsere Besuche im Hospiz gleichzeitig als etwas ganz Normales und dennoch als etwas sehr Besonderes.

**Ursula Wydora**

# Viktoria Meienburg

Im Hospiz Sinus besuchen Ehrenamtliche unsere Gäste einmal in der Woche für mehrere Stunden. Sie lesen den kranken Menschen vor, begleiten sie bei Spaziergängen und Ausfahrten und tätigen kleine Besorgungen. Wir wollen ihnen in **cosinus** Menschen vorstellen, die sich dafür entschieden haben, einen Teil ihrer Freizeit mit schwer kranken Menschen zu verbringen. Dabei geht es uns nicht darum, nach dem „Warum“ zu fragen, sondern vielmehr ein Portrait zu zeichnen, welches den Leser motiviert, selbst über eine mögliche Antwort nachzudenken.

Heute stellen wir Ihnen Viktoria Meienburg vor. Viktoria ist 53 Jahre alt und Mutter zweier Söhne im Alter von 10 und 14 Jahren. Sie ist im ursprünglichen Beruf Schauspielerin. Mit 19 Jahren stand sie auf der Bühne des Berliner Hebbeltheaters.

Nach langen Jahren auf Tourneen und als Gründerin eines eigenen Theaters entdeckte sie 1993 ihr Talent als Vorleserin.

Was zunächst nur Zeitvertreib für Kunststudenten war, denen sie Modell saß, entwickelte sich zu einer Berufung.

Als Viktoria sich überlegte einen Teil ihrer Zeit schwerkranken Menschen im Hospiz widmen zu wollen, dachte sie natürlich auch darüber nach, was sie „anzubieten“

hatte. Sie kam zu dem Entschluss diesen Menschen vorzulesen. „Ich habe die Erfahrung gemacht, dass das Vorlesen bei den Menschen eigene Erinnerungen hervorruft. Manchmal kann dieses Erinnern eine Unterstützung darstellen verdrängte Erlebnisse und Erfahrungen besser zu verarbeiten. Vorlesen kann beruhigen oder auch anregen; dann erwacht vor dem inneren Auge eine ganz eigene Welt, die viel mit dem zu tun hat, was ein Mensch in sich trägt.

Im Laufe meines Lebens bin ich häufiger ganz konkret mit dem Tod von mir sehr nahe stehenden Menschen konfrontiert worden“, erzählt Viktoria.

Der Vater ist ganz plötzlich von einem Moment auf den anderen durch einen Autounfall gestorben. „Ich habe sehr darunter gelitten meinem Vater gar nichts mehr sagen zu können“, erinnert sie sich.

Sie spricht auch vom Sterben eines sehr nahen Freundes. „Bei

ihm habe ich erleben dürfen, wie er sich aus seinem Leben ganz bewusst verabschiedet hat.“ Als sie weinte und dem Freund erzählte, dass sie gar nicht wusste wie sie mit dem Abschied von ihm umgehen sollte, sagte er: „Weißt Du, auch für mich ist das mein erster Tod und gleichzeitig mein letztes Abenteuer. Das will ich ganz bewusst erleben“.

Viktoria berichtet, wie sie mit einem anderen,

jüngeren, ebenfalls erkrankten Freund und mit der Unterstützung einer Bestatterin zum ersten Mal einen verstorbenen Menschen betrachtet hat. „Für ihn war das seine Art, sich auf den Tod vorzubereiten. Seine Lebensfreude ist mit dem

Bewusstsein seines nahen Todes nicht verschwunden. Ganz im Gegenteil, wir haben viel gelacht und die gemeinsame Zeit genossen. Manchmal hat sogar er mich getröstet, obwohl ich doch diejenige war, die weiterleben durfte“, sagt sie und lächelt.

Im Hospiz erlebt Viktoria den Kontakt zu den Gästen ähnlich intensiv. Es ist, als würde durch die begrenzte Zeit alles wertvoller. Das eigene

Leben und das des anderen, die verschwiegene Worte und die ausgesprochenen. Die erste Begegnung und der letzte Kontakt. Alles gewinnt an Bedeutung. Viktoria ist überzeugt, sich über ihre Auseinandersetzung mit dem Sterben „direkt ins Leben zu begeben.“ Viktoria schreibt und hält Trauerreden. „Nicht

nur die Kranken trauern um den Verlust ihres Lebens, sondern auch die Angehörigen trauern um den Verlust des nahen Menschen“, weiß sie. Viktoria berichtet von einer Freundin, die den letzten Wunsch ihrer verstorbenen Mutter erfüllen wollte. Die Mutter wünschte sich bei ihrem Begräbnis Chansons von Edith Piaf und bunte Kleidung der Trauergäste. Der Pfarrer lehnte diesen letzten Wunsch rigoros ab. Viktoria und ihre Freundin schrieben dann eine eigene Trauerrede und haben gemeinsam, ohne

den Pfarrer, eine Verabschiedung gestaltet und so den letzten Wunsch der Mutter erfüllen können.

„Die Trauer ist sowieso da, die braucht man nicht noch zu zelebrieren“, erläutert Viktoria.

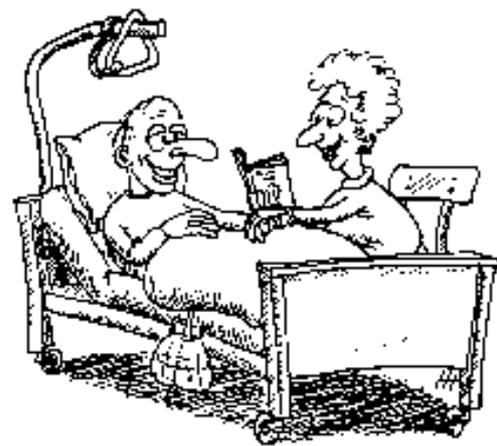
Ihr ist es in den Vorgesprächen darum sehr wichtig auch die schönen Momente zu beleben, damit auch das Heitere des Lebens Platz findet. „Aber auch schwierige Eigenschaften erwähne ich, formuliere sie aber so, dass sie nicht verletzend wirken“, verdeutlicht Viktoria. Ihr geht es darum ein realistisches Bild des Verstorbenen zu zeichnen. Es soll die vielen Facetten eines

*„Für ihn war das seine Art sich auf den Tod vorzubereiten.“*



Viktoria Meienburg

*„Die Trauer ist sowieso da, die braucht man nicht noch zu zelebrieren.“*



Menschen darstellen und einen verständlichen, verzeihenden Blick auf dieses gezeichnete Bild ermöglichen.

Die gemeinsamen Gespräche aus denen eine Trauerrede entsteht, können auch ein erster Schritt sein den Verlust zu verschmerzen und auch zu „verkräften“. „Verkräften“ kann hier im wahrsten Sinne des Wortes bedeuten, irgendwann gestärkt und mit Kraft aus dem Verlust herauszutreten. „Ich habe es schon häufiger erlebt, dass die Angehörigen, Nachbarn und Freunde erstaunt waren durch die Trauerrede noch einiges Neues über den Verstorbenen erfahren zu haben“, erinnert sie sich.

**Gabriela Holmer – Cichosz im Gespräch mit Viktoria Meienburg**

## KONTAKT

Viktoria Meienburg  
„Die Vorleserin“

www.dievorleserin.de  
E-Mail: VM@debitel.net  
Telefon: 040 / 6937350

## Start der Reihe Lesungen

Anlässlich des 7. Jahrestages des Hospizes Sinus starten wir eine Lesungsreihe mit dem Thema „Sterben und Tod.“ Schauspieler wie Gustav Peter Wöhler, Michael Wittenborn und Hildegard Schmahl sind angefragt.

Den Anfang macht Viktoria Meienburg am Montag, den 15.11.04. Viktoria liest u.a. aus „Gnade“ von Linn Ullmann u. „Morire in Levitate“ von Marlene Streeruwitz.

Die Lesungen finden im Veranstaltungsraum von Sinus e.V. statt: Lindenallee 2, 20357 Hamburg  
Einlass: 19.00 Uhr  
Lesungsbeginn: 20.00 Uhr  
Kostenbeitrag: 12, ermäßigt 8 Euro  
Kartenvorbestellung unter  
Tel.: 0179 / 102 1002.

Weitere Termine jeweils am Mittwoch in 2005: 19.01., 16.03., 04.05. und 06.07.

# Das letzte



*Bärbel Templin, wie der Fotograf sie sah.*

## Die Journalistin Beate Lakotta und der Fotograf Walter Schels haben Menschen im Hospiz Sinus porträtiert.

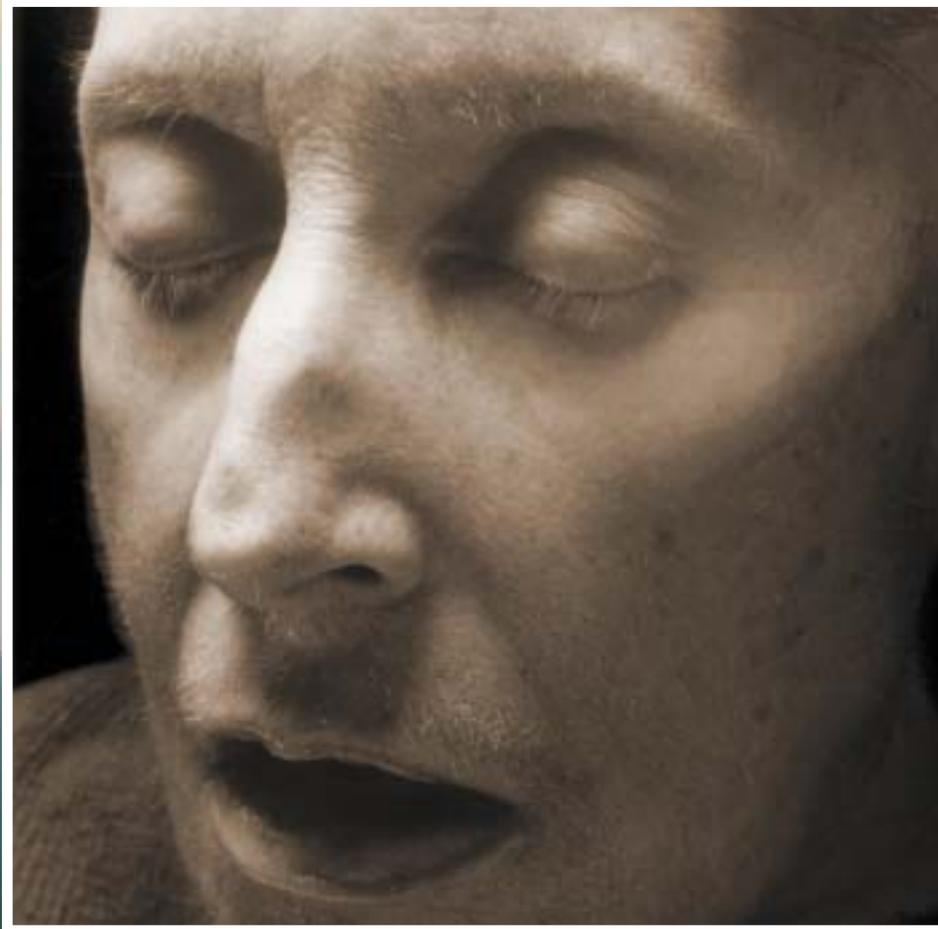
Als Bärbel Templins Tochter den Anruf aus dem Sinus bekam, ihrer Mutter gehe es plötzlich sehr schlecht, hatte sie gehofft, sich noch von ihr verabschieden zu können. Aber als Britta kurz darauf mit ihrem neunjährigen Sohn Felix ins Hospiz kam, war ihre Mutter schon weit weg. In den Wochen zuvor hatte Britta jeden Tag an ihrem Bett gesessen oder sie im Rollstuhl im Viertel herumgefahren. Bärbel Templin war froh, hier einen Platz bekommen zu haben. Seit vielen Jahren hatte sie sehr tapfer mit dem Krebs gelebt. Jetzt arbeitete ihre Lunge nicht mehr richtig und ihr

Skelett war von Knochenmetastasen brüchig geworden. Es fiel ihr schwer, Hilfe anzunehmen, aber es ging nicht mehr anders. Hier fühlte sie sich gut aufgehoben, „betreut aber nicht bedrängt“, sagte sie. Sie hatte immer sehr eigenständig gelebt, und, so gut es noch ging, war ihr das auch hier möglich. Ihr Mann konnte sie jederzeit besuchen kommen. Ihr Enkel Felix war oft nach der Schule direkt ins Sinus gegangen, hatte seinen Ranzen abgestellt und mit seiner Oma zu Mittag gegessen. Einmal hatte er sogar bei ihr im Zimmer übernachtet, im

Schlafsack auf dem Sofa. Felix fand es spannend im Hospiz, oft hatte er den verzweigten Flur erkundet und Geräusche, Gerüche und sonstige Lebensäußerungen aufgenommen, die aus den 15 Zimmern drangen.

Gestern war seine Großmutter noch wie immer gewesen. Sie hatte geredet und gelacht. Am Abend hatten sie noch Heringsstip zusammen gegessen. Hermann, der Mitarbeiter, hatte extra Kartoffeln gekocht. „Bis morgen“, hatte Bärbel Templin zum Abschied gesagt. Jetzt konnte sie nichts mehr sagen, sondern atmete nur ganz laut. Es war das erste Mal, dass Britta und Felix einen Menschen sterben sahen. Es war ihnen ein bisschen

# Gesicht



*Der Tod verändert uns, doch der Mensch, den wir kannten, bleibt sichtbar.*

unheimlich. Zum Glück waren Hermann und seine Kollegin Harriet bei ihnen, und in den Minuten, als Bärbel Templin starb, legte Hermann seinen Arm um Felix' Schulter. Danach war Felix mit Hermann in die Küche gegangen. Die beiden hatten lange über das gesprochen, was geschehen war. Anschließend durfte Felix für seine Großmutter die Kerze im Flur gleich neben dem Eingang anzünden. Wir haben Bärbel Templin, ihre Tochter und ihren Enkel im Hospiz Sinus kennengelernt. Hier und in drei anderen Hospizen haben Walter Schels und ich über ein Jahr lang Menschen in der letzten Zeit ihres Lebens mit der Kamera und dem Tonband begleitet, um von ihnen etwas zu erfahren

über das Sterben. Früher bekam von Kindesbeinen an jedermann sterbende und tote Familienmitglieder zu Gesicht. Heute ist das Sterben sehr diskret geworden. Wahrscheinlich macht es deshalb sogar mehr Angst als in früheren Zeiten. Aber es macht auch neugierig. Unser Buch erzählt in zwanzig Porträts – vom Baby bis zur Greisin – vom Ende des Lebens. Von den Hoffnungen und Ängsten der Sterbenden und ihrer Angehörigen und von der Medizin, die Todkranken hilft. Von allen Porträtierten haben wir vor und nach ihrem Tod ein Foto gemacht. Manche sind der Ansicht, es verstoße gegen die Würde des Verstorbenen, sein Bild zu zeigen. Wir sind anderer Meinung: Ent-

spricht es nicht viel mehr der Würde eines Menschen, der soeben gestorben ist, dass man ihn ansieht, anstatt den Blick abzuwenden von seinem letzten Gesicht? Wir waren überrascht, wie viele Hospiz-Gäste damit einverstanden waren, dass wir über ihr Sterben berichteten und sie auch nach ihrem Tod porträtierten. Zumal viele der Menschen, die wir trafen, tief traurig oder bitter waren. Sie hatten Angst vor dem Sterben oder litten sehr darunter, dass ihr Körper sie im Stich ließ. Die meisten hatten ein großes Bedürfnis, darüber zu sprechen. Oft konnten wir uns kaum vorstellen, dass wir der Person, die wir in dieser Lebenslage kennenlernten, in naher Zukunft den



„Bis morgen“, hatte Bärbel Templin zum Abschied gesagt.

letzten Besuch abstaten würden. Dieses letzte Porträt wurde für uns zu einem Abschiedsritual. Die Unerbittlichkeit, mit der alle vorangegangenen Hoffnungen und inneren Kämpfe nun ein Ende hatten, war manchmal schwer zu ertragen. Zugleich war es tröstlich zu sehen, wie der Tod ein Gesicht zur Ruhe bringt. Die meisten sahen wirklich friedlich aus.

Bärbel Templins Enkel Felix ist froh darüber, dass er dabei war, als seine Großmutter starb. An das Gespräch danach, mit Hermann abends in der Sinus-Küche, erinnert er sich noch ganz genau. "Wann gehen wir mal wieder ins Hospiz?", hat er seine Mutter gefragt. "Ich geh da gern hin."

**Beate Lakotta**

## Im Hospiz erhältlich

**Beate Lakotta, 38.** ist Redakteurin im Wissenschaftsressort des SPIEGEL.

**Walter Schels, 68,** lebt als Fotograf in Hamburg. Ihr Buch „**Noch mal leben vor dem Tod. Wenn Menschen sterben**“ ist im September erschienen bei der Deutschen Verlags-Anstalt, DVA, München, ISBN 3-421-05837-7.

Es hat 224 Seiten mit 70 Doutone-Abbildungen und kostet 39,90 Euro. Das Buch ist im Hospiz erhältlich.



## Die Streichel-Einheit



Im Hospiz Sinus sind Hunde von Anfang an feste Mitarbeiter im Sinus-Team. Ihre Aufgabenbereiche liegen in der psychosozialen Betreuung unserer Gäste, aber auch viele Angehörige freuen sich über die Zuwendung durch unsere vierbeinigen Kollegen.

Ola, 1,5 Jahre, Bordercollie-Mix, seit 10 Monaten im Hospiz tätig, beschreibt stellvertretend für ihre Kollegen ihren Arbeitsalltag:



Diensthund Ola im Einsatz mit Rucksack.

„Meine Fähigkeit in der Begleitung liegt darin zuzuhören. Dabei ist es nicht von Bedeutung zu antworten, sondern geduldig und teilnahmsvoll zu sein: Mir ist es wichtig mich in die Befindlichkeit eines Gastes mit all meinen Sinnen einzufühlen. Ich biete den Gästen, die es sich wünschen an, mich zu streicheln und auch mal in den Arm zu nehmen. Viele mögen das sehr gern. Manchmal weint dann auch jemand, aber ich glaube, dass ist gar nicht so schlimm.“

Neulich meinte Frau S. zu mir, nachdem sie mehrmals  
 ← Puschel für mich geworfen hatte und ich ihr ← zurückgebracht habe, „das ist ja besser als Krankengymnastik!“ So ein Lob bestätigt mich natürlich in meiner Arbeit. Ich freue mich sehr, wenn Menschen auf einmal mehr sprechen, weil ich sie besuche. Und miteinander ins Gespräch kommen, weil ihnen ihre Erlebnisse mit anderen Tieren einfallen. Ich glaube, dass mich viele auch deshalb so schätzen, weil ich nichts von ihnen



erwarte. Keine perfekte Garderobe, kein attraktives Äußeres, keine deutliche Aussprache ... Ich arbeite gern im Hospiz, weil alle Bordercollies eine Aufgabe brauchen und ich eine besonders schöne gefunden habe.



Oben: Ruheständlerin Carla (10 J.) macht nach siebenjähriger Tätigkeit Urlaubsvertretung und guckt nur gelegentlich noch mal rein.

Links: David, Sohn eines Gastes, streichelt gern Mikkell, einen sieben Monate alten Bordercollie-Münsterländer-Mix.

# An Sinus ...

**Wie erleben Angehörige unsere Arbeit? Wo haben wir Ihnen helfen können, was sind Ihre Nöte. Die nachfolgenden Auszüge aus unserem Gästebuch sollen hier stellvertretend für viele das ausdrücken, was unsere Arbeit ausmacht.**

## **Liebe Mitarbeiter vom Hospiz Sinus,**

... Danke möchten wir sagen für die liebevolle Aufnahme und Betreuung, die unserer lieben Tochter in den letzten Tagen ihres Lebens hier gegeben wurde. Es hat uns viel Kraft gegeben in dem Glauben, dass Menschen an unserer Seite sind, die an unserem Schmerz teilhaben und helfen, diesen zu lindern. Unsere Tochter hat diese Liebe gespürt und war sehr dankbar dafür. Wir danken allen Mitarbeitern des Hospiz Sinus für das, was wir hier erfahren durften.

**Diese Worte schrieben uns die Eltern und die Schwester der im Alter von 31 Jahren verstorbenen jungen Frau Monique Krodol im August 2004.**

## **Liebe MitarbeiterInnen des Hospiz Sinus, liebe BewohnerInnen und BesucherInnen,**

meine Mutter Helga Lentner ist vor vier Monaten im Hospiz Sinus gestorben. Was ich mit Euch und Ihnen teilen möchte, und die MitarbeiterInnen werden sich daran erinnern, ist die enge Verbindung, die zwischen meiner Mutter und ihrer Enkeltochter bestanden hat. Als Mama das erste Mal aus dem Koma erwachte, guckten sich lange so intensiv an, dass man plötzlich spüren konnte, dass zwischen beiden etwas bestand, zu dem wir anderen keinen Zugang hatten.

Janna hat viele Stunden wach und schlafend im Arm ihrer „schlafenden“ Oma verbracht, und allen bot sich ein Bild großer Harmonie und tiefen Friedens. Als meine Mutter später noch einmal erwachte, war das letzte, was ich sie sagen hörte „Janna“. Als Mama schließlich starb, waren mein Vater, mein Bruder und ich anwesend.



Helga und Janna Lentner

Mama guckte uns alle noch einmal an, mit einem Ausdruck absoluten Vertrauens und absoluter Geborgenheit. Dieser Blick erinnerte mich an etwas, und später viel mir ein, dass Janna in ihren ersten Lebenswochen mit eben diesem Blick geguckt hatte: „Alles ist gut, ich fühle mich wohl und geborgen. Ihr seid da. Alles ist gut.“

... Ich bin sehr traurig über den Tod meiner Mutter, aber so dankbar, dass sie und Janna und wir diese Zeit miteinander hatten. Vielen Dank für den Rahmen, den das Hospiz uns gegeben hat, indem wir unsere Mutter, Ehefrau, Schwester, Tante, Freundin und Oma so intensiv begleiten durften.

Liebe Grüße

**Ulrike Lentner**

## **Liebes Hospiz Sinus Team,**

Es war sehr schön bei Euch als Gast zu sein. Mein Mann und ich haben uns sehr wohl gefühlt. Ich spreche einfach im Namen meines Mannes, denn ich glaube daran, dass er sich bei Euch geborgen gefühlt hat. Bedanken möchte ich mich auch für die vielen Gespräche. Ich sage Dank auch im Namen meines Mannes und meines Sohnes.

**Ehefrau, deren Mann im Alter von 66 Jahren bei uns verstorben ist.**

## **Liebe Sinus-Mitarbeiter,**

obwohl sich der unmittelbar bevorstehende Tod unsrer Ehefrau, Mutter und Oma schon zwei Tage vorher angekündigt hat, kam er dann doch für uns überraschend. ... Zu sehr auch hatten wir alle uns, sowohl an das Leben im Hospiz, als auch an die täglichen Besuche gewöhnt. Die Wärme und Fürsorge, in die Sie uns einbetteten, ließ uns zeitweise vergessen, dass unser Aufenthalt bei Ihnen von vornherein begrenzt war. Dadurch konnten wir nicht nur endlich etwas entspannen und uns fallenlassen, sondern diese Ruhe und Harmonie übertrug sich auch auf eine besondere Weise auf unsere Ehefrau, Mutter, Oma; sie konnte sich in Frieden sammeln, verlangte nach einigen Besuchen um sich zu verabschieden, konnte ganz bei sich sein und sich auf ihr Sterben und ihren Tod konzentrieren. Für diese Entwicklung sind wir Ihnen unendlich dankbar!

Herzliche Grüße vom Ehemann und den drei Töchtern Ihres Gastes R.B.

**Frau B. verstarb im Alter von 64 Jahren im Hospiz**



## **Liebes Hospiz Team,**

für die liebevolle Betreuung, die Sie meiner lieben Freundin Renate Leidenroth entgegen brachten, bedanke ich mich von ganzem Herzen. In den Tagen, an denen ich in Ihrem Hospiz verweilte, war es für mich eine Bereicherung erfahren zu dürfen, was Nächstenliebe ist.

Die fürsorgliche Hilfe, die Sie meiner Freundin, mir und allen Freunden in der schweren Zeit geschenkt haben, ist mit Worten nicht auszudrücken; das kann man nur mit dem Herzen.

Ich bin glücklich, dass es mir vergönnt war, dank Ihrer Hilfe Frau Leidenroth in ihrer schwersten Stunde beizustehen. Nochmals vielen Dank für Alles!

Ich wünsche Ihnen alles Liebe und Gute

**Ihre Monika Rochling**

## **Liebes Sinus-Team,**

... Meine Mutter, hat sich während ihres 19-tägigen Aufenthaltes, so sagte sie mir, wohl gefühlt. Doch auch meine Frau und ich haben während dieser Tage in ihrem Kreise nicht nur wohlwollende Gastfreundschaft, sondern insbesondere verständnisvolle Unterstützung und ehrliche Mitmenschlichkeit erfahren.

Ihr stets aktives Zuhören, das bei vielen Mitmenschen im Alltag nicht mehr ausreichend gepflegt, geschweige denn praktiziert wird, die vielen Gespräche mit den Damen und Herren Ihres Hauses, haben mir persönlich sehr geholfen und mich immer wieder aus einer inneren angstvollen Verkrampfung gelöst.

Ich hatte mir bislang nur wenige Gedanken gemacht, wie man sich am Krankenbett eines Familienangehörigen verhält, was man bewirken kann, was man spürt und wie sich dies entwickelt.

Heute weiß ich, dass dies ein Teil des Lebens für den inzwischen Verstorbenen und für einen selbst ist.

Das ich dies so erfahren, so erlebt habe, ist auf die spontanen und offenen Gespräche zurückzuführen die ich mit Ihnen führen konnte. Meine Frau und ich bedanken uns auf diesem Wege bei allen MitarbeiterInnen des Hospiz Sinus für die engagierte und kompetente Gastfreundschaft.

Ihre freundliche und entgegenkommende Mitmenschlichkeit, die sie so selbstverständlich an andere weitergeben, macht uns Mut. ...

Mit freundlichen Grüßen

**Margit und Günther Röpke**

# Bärbel Sellentin

**„Was? Du arbeitest im Hospiz? – Oh! Das ist aber eine schwere Arbeit ... bewundernswert ... Ich könnte das ja nicht? ... Wie hältst du das bloß aus?“ Oder: „Und was machst du beruflich? ... Im Hospiz? Ahh ... ja, äh ... Warst du schon am Buffet? Toll, die Antipasti, super lecker!“ Solche und ähnliche Gespräche haben alle Hospizmitarbeitenden schon zu Hauf geführt. Entweder wird man plötzlich als „bewundernswerter“ Mensch auf einen Podest gestellt, oder nach einem irritierten Schweigen wird die Rede blitzschnell auf erfreulichere Dinge gelenkt. Was sind das eigentlich für Menschen, die sich beruflich im Umfeld von Sterben und Tod bewegen: Dieser Frage gehen wir in der Rubrik „Menschenbilder“ nach. Heute stellen wir Ihnen Bärbel Sellentin vor. Bärbel ist 52 Jahre alt und arbeitet seit 5 Jahren als examinierte Krankenschwester im Hospiz.**

Bärbels Vater war damals der Meinung, dass ein junges Mädchen sowieso heiraten und Kinder bekommen würde, so dass ein Studium vergebene Zeit wäre.

So wurde Bärbel also keine Lehrerin, sondern heiratete tatsächlich, bekam 3 Kinder und widmete sich mit Hingabe der Familie. Heute sind ihre Kinder 28, 26 u. 25 Jahre alt, der 30. Hochzeitstag ist gefeiert und Bärbel hat ihre Entscheidung für die Familie nie bereut. Ihren, während der Familienzeit aufkeimenden zweiten Berufswunsch Krankenschwester, begann sie sich mit 44 Jahren zu erfüllen.

„Das Krankenhaus ist für mich aber schon innerhalb der Ausbildung zu einem Gefängnis geworden. Eigenverantwortliches Arbeiten war unerwünscht. Ich wollte aber nicht nur ausführendes, nicht mitdenkendes Organ sein, sondern selbstständig, aber teamorientiert arbeiten“, erinnert sie sich.

Deshalb reifte früh der Gedanke in einem Hospiz zu arbeiten. Auf die Frage, was denn dort so anders sei, erklärt sie lebhaft: „Hier in unserem Hospiz-Team erlebe ich, wie wir alle miteinander an einem Strang ziehen. Auch wenn wir uns nicht immer einig sind, können wir doch darüber miteinander reden. Wir sind mit der Zeit zusammengewachsen, schauen aufeinander und unterstützen uns gegenseitig. Ich habe mich selbst auch weiterentwickelt und gelernt auszusprechen, was mir gefällt. Aber auch was mir nicht gefällt, traue ich mich zu sagen. Das ist mir in der ersten Zeit noch deutlich schwerer gefallen. Die konstruktiven Rückmeldungen, die wir einander geben, helfen mir in der eigenen Entwicklung weiterzukommen“.

An ihrer Arbeit im Hospiz gefällt Bärbel sehr gut, dass sie Zeit und Gelegenheit hat auch besondere Wünsche der Gäste zu erfüllen.

Unsere Gäste brauchen das Gefühl als Mensch, als individuelle Persönlichkeit



*Bärbel hält ihr Leben im Gleichgewicht*

**„Alles hat seine Zeit.“**

anerkannt und akzeptiert zu werden.

„Mich fordern besonders ‚anspruchsvolle‘ Charaktere“, erläutert Bärbel. „Triebkraft für meine Arbeit ist die Liebe zu meinen Mitmenschen, deshalb ist es mir so wichtig mich ihnen ohne ständigen Zeitdruck widmen zu können!“, sagt sie und nickt bekräftigend. Auf die Frage,

was sich im Laufe der fünfjährigen Tätigkeit im Hospiz Sinus für Veränderungen eingestellt haben, erzählt Bärbel, dass es ihr heute leichter fällt auch ihren Glauben einzubringen. „Früher hatte ich Angst, jemand würde sich bedrängt fühlen. Heute lasse ich mich mehr von meinem Gefühl leiten und frage jemanden auch mal, ob er mit mir beten möchte“. Bei schwierigen Aussagen wie „Ich möchte nicht mehr leben!“ und Fragen nach dem „Was kommt danach?“ geht es ihr nicht darum Antworten zu präsentieren, sondern den Menschen eher zu ermuntern in sich hinein zu horchen, um vielleicht eine eigene Antwort zu finden.

Bärbel hält es ab und zu aber auch für wichtig einen Anstoß zu geben. „Manchmal ist es nötig den Kranken oder auch einen Angehörigen zu ermuntern das Leben loszulassen“, stellt sie fest. Das wichtigste ist für sie jedoch zu akzeptieren, dass jeder seinen eigenen Weg

geht, der auch widersprüchlich und für andere schwer verständlich sein kann. Ganz schwer ist es für Bärbel Menschen zu erleben, für die jeder weitere Tag nur eine Qual bedeutet. „Die Ängste und die Verzweiflung der Menschen gehen mir sehr nah“ erzählt sie.

Nicht nur ihr Umgang mit den kranken Menschen und deren Angehörigen hat sich verändert, sondern auch ihr Umgang mit sich selbst, resümiert Bärbel nachdenklich.

Durch die ständige Konfrontation mit dem Sterben und dem Tod, mit den damit verbundenen Abschieden hat sie auch gelernt, rücksichtsvoller mit sich selbst zu sein. „Manchmal habe ich einfach keine Kraft etwas Bestimmtes zu tun.

Neulich im Nachtdienst konnte ich das Zimmer eines verstorbenen Gastes später

nicht noch einmal betreten.

Entgegen meiner sonstigen Gewohnheit einen letzten Besuch abzustatten und zu beten, hatte ich dazu nicht die Kraft. Mir dies einfach nur eingestehen, zu akzeptieren und nicht als Schwäche zu empfinden, sehe ich heute positiv.“

„Fragt mich heute jemand, ob meine Arbeit schwer ist, kann ich eindeutiger sagen: Ja, meine Arbeit ist anstrengend und sie fordert mich sehr. Früher hätte ich eher versucht um eine klare Antwort herzukommen, indem ich betont hätte, was ich

auch an Positivem zurückbekomme“.

Zur jetzigen Zeit kann sich Bärbel keine andere Arbeit vorstellen. Dazu fällt ihr der Bibelvers „Alles hat seine Zeit ...“ ein. „Genauso erlebe ich das auch. Es gibt Dinge, die in bestimmten Lebensphasen wichtig sind. Dann sind sie vorbei und werden von anderen abgelöst“, sagt sie nachdenklich.

Auf die Frage, woraus sie ihr Kräftereservoir speist, sprudelt es nur so aus ihr heraus: „Ach, da gibt es vieles. Mein Glaube und meine Familie geben mir sehr viel Kraft. Ich liebe die Musik, singe im Chor und spiele Orgel in meiner Gemeinde. In letzter Zeit habe ich tatsächlich das Faulenzen für mich entdeckt. Ich genieße die Zeit die ich ganz allein für mich habe. In unserem letzten Urlaub in unserem Haus in Spanien, haben mein

Mann Harald und ich um die Wette gelesen, das war ganz herrlich.“ Plötzlich wird Bärbel sehr ernst und sagt, dass ihr sehr bewusst ist, wie

zerbrechlich das eigene Glück ist und das sie sich deshalb nichts mehr wünscht, als das ihr Mann Harald, ihre Kinder und sie selbst gesund bleiben und ihnen noch viel gemeinsame Zeit geschenkt wird.

**Gabriela Holmer-Cichosz im Gespräch mit Bärbel Sellentin**

KENNEN SIE SO EINEN MENSCHEN?

# Gesucht: Engel des Alltags

Es gibt sie wirklich, die Engel des Alltags, wie Bettina Rutz vom Vorstand unseres Hospiz Sinus e.V. erfahren konnte. Als Vikarin der Norderstedter Schalom/Vicelin-Gemeinde startete sie im April einen Aufruf über die Presse: „Guter Engel gesucht“. Die Resonanz war himmlisch und so entstand die Idee, eine ähnliche Aktion unter unserer Schirmherrschaft auch für Hamburg zu starten. Machen Sie mit! Helfen Sie uns Engel zu finden!

Die eigens für die Aktion in Norderstedt gebildete Jury erfuhr von Nachbarn, die für eine kranke, alte Dame aus der fünften Etage die Einkäufe bringen, die Kinder-spielplätze von Müll reinigen, die sich ehrenamtlich in der Seniorenarbeit engagieren und noch Zeit finden, mit den den afrikanischen Kindern einer Nachbarsfamilie Hausaufgaben zu machen. Oder von Menschen, die ein eigenes schweres Schicksal in die Hand genommen und dabei noch anderen geholfen haben, indem sie eine Selbsthilfegruppe gründeten.

Der ursprüngliche Plan, eine der Nominierten herauszustellen und ihr eine Engelskulptur zu überreichen, ließ sich zwar nicht umsetzen: „Die Wohltäterin wollte lieber unerkannt bleiben, eben typisch Engel“, wie Bettina Rutz sagt. Der ausgelobte Preis, eine Engelskulptur der Künstlerin Beate Riva, steht nun nach dem Willen der Preisträgerin in der Norderstedter Kirche. Nicht alle Nominierten aber waren so scheu und einige ließen sich sogar vom Lokalfernsehen interviewen: Nicht um sich selbst im Fernsehen zu sehen sondern andere zu beflügeln, sich ebenfalls zu engagieren. Am Ende wurden alle genannten Engel zum Ende der Aktion eingeladen und geehrt – auch Engel freuen sich über ein Dankeschön.

Wenn Sie auch so einen Engel kennen, aus der Nachbarschaft, aus der Verwandtschaft oder dem Bekanntenkreis, dann senden Sie uns bis Ende März 2005 ihre Geschichte – per Fax, E-Mail oder Brief. Oder den Postkarten-Vordruck unten auf dieser Seite ausschneiden, auf eine Postkarte kleben und den Wahlvorschlag auf die Rückseite schreiben. Eine Jury aus Vereinsmitgliedern, Mitarbeitern und Ehrenamtlichen wird die

guten Taten aufnehmen und einem der Nominierten zwar keine Flügel aber eine kleine Engelskulptur von Beate Riva verleihen – im Rahmen eines Engel-Festes in den Räumen des Hospiz Sinus.

Oliver Hartwig



Ein Engel der Künstlerin U. Völkel-Fischer



Bettina Rutz vom Sinus-Vorstand will gute Taten belohnt sehen.

Absender

Vorname Name

Straße

Ort

Telefon



45 Cent

AKTION  
ENGEL  
DES  
ALLTAGS

Hospiz Sinus e.V.  
Margaretenstr. 36  
20357 Hamburg

# Ach, wäre es doch nur ein Traum

**Martina Thienel-Krukows Bericht über Ihren Abschied von Ihrem Mann Holger, erzählt von der Angst und Überforderung vieler Angehöriger, aber auch von Neuanfang und Zuversicht. Das Buch, das ihr Mann hinterließ, macht Mut.**



„Ich kann nicht mehr!“ Tief in meinem Innern empfand ich es als meine größte Niederlage, diese vier Worte aussprechen zu müssen.

Es war an einem Abend Anfang Februar 2002, fast viereinhalb Jahre nach der schrecklichen Diagnose von meinem Mann, als ich körperlich und nervlich zusammenbrach. Ich hatte meinen kranken Mann im Bett geschlagen! Leicht gestoßen nur, sicher, und doch mit einem Gefühl voll tiefster Verzweiflung und auch Wut!

Der Tag war gewesen wie jeder andere. Als „Ernährerin der Familie“ kam ich nach einem langen Arbeitstag gegen 19 Uhr nach Hause. Neben der Versorgung mit Abendbrot, dem Führen des Haushaltes und des Zubettbringens unserer fünfjährigen Tochter übernahm ich nun die abendliche und nächtliche Pflege meines schwerst hilfsbedürftigen Mannes, der tagsüber von der Sozialstation Lokstedt und mit Hilfe von Freunden und Familie betreut wurde. Während ich durch unsere Wohnung flitzte, wurde mein Mann wiederholt ungerecht und stark abwartend mir gegenüber.

Als ich weinend auf dem Boden im Flur unserer Wohnung saß, unsere Tochter weinend in ihrem Bettchen lag, und mein kranker Mann mit diesem furchtbaren Schicksal nebenan in seinem Pflegebett unseres umgebauten Schlafzimmers, wusste ich, dass es so nicht weitergehen konnte. Ich war den vielen Anforderungen, die unser Schicksal an mich stellte, nicht mehr gewachsen!

Immer hatte ich gehofft, die Verantwortung für diese Entscheidung nie übernehmen zu müssen. Gehofft, dass eine medizinische Notwendigkeit der Auslöser dafür

sein würde, wenn mein kranker Mann stationär aushäusig gepflegt werden musste. Erst später begriff ich, dass das, was ich Anfangs als eine Niederlage empfand, für uns beide, für Holger und mich, noch mal eine Chance war. Eine Chance „uns beide“ nicht schon vor seinem Tod zu verlieren.

Der Alptraum begann am 16. Oktober 1997. Holger war gerade 32 Jahre alt geworden, unsere Tochter Roxane erst ein Jahr, als mein Mann wegen

einem erst kürzlich aufgetretenen leichten Hängens des linken Mundwinkels zur Neurologin ging. Vier Tage später erfuhren wir, dass mein Mann

einen progressiven inoperablen Gehirntumor mitten im Hirnstamm hatte. Ein Todesurteil, und von einer Sekunde zur anderen war unser Leben nie mehr, wie es vorher war. Unsere ganze geplante, erträumte und erhoffte gemeinsame Zukunft zerbrach. Die Angst wurde seitdem zu einem festen Bestandteil unseres Leben.

Es folgte das, was fast alle schwer kranken Menschen auch durchmachen. Auf der Suche nach Hoffnung: Operationen, Bestrahlungen, ambulante und stationäre, oft lebensbedrohliche Eingriffe, viele

Medikamente und die Bekämpfung der Nebenwirkungen. Mein Mann hat lange mit aller Kraft und Energie gegen seine Krankheit gekämpft. Später erst begriffen wir, dass wir die Krankheit als einen Bestandteil unseres Lebens annehmen mussten.

Holger wurde mit 34 Jahren Frührentner. Die Krankheit veränderte uns, sie veränderte ihn, auch seine Persönlichkeit, und unseren Freundeskreis. Damit umzugehen war sehr schwer! Eine erfahrene Therapeutin begleitete uns auf diesem letzten gemeinsamen Abschnitt unseres Lebens.



*Auf der Suche nach einer neuen Lebensaufgabe und als Vermächtnis für seine geliebte Tochter begann mein Mann mit Beginn seiner Krankheit an einem Kinderbuch zu arbeiten, welches mit Hilfe von vielen lieben Freunden im März 2001 „geboren“ wurde. Es ist im Buchhandel und im Hospiz erhältlich.*

**„Roxane und Ihre phantastischen Freunde“  
Verlag Edition Temmen, ISBN 3-86108-176-8**

**Preis: 15 Euro**

Sie half uns gegenseitig, den Partner zu verstehen und unterstützte uns in unseren Entscheidungen, wenn wir wieder an einer Weggabelung angekommen waren. Eine Kinderpsychologin des Universitätsklinikums vom Projekt „Kinder schwer kranker Eltern“ half uns im Umgang mit unserer Tochter. Vor allem in der Frage, was wir ihr zumuten konnten und wie sie vorzubereiten war.

## Im Hospiz Sinus

Im Gespräch mit Freunden und unserer Therapeutin kristallisierte sich schnell heraus, dass Holger aushäusig gepflegt

### *„Die Krankheit veränderte uns und ihn.“*

werden musste. In Frage kam nur ein Hospiz. Unsere nächste Umgebung reagierte mit viel Verständnis und bestärkte uns in dieser Entscheidung, aber teilweise leider auch mit Unverständnis. Letzteres tat mir sehr weh, hatte ich die letzten viereinhalb Jahren doch alles mir Mögliche gegeben.

Das Hospiz Sinus wurde schnell zu unserem zweiten Zuhause. Im Schrank meines Mannes stand eine Spielkiste für unsere Tochter, der Tisch im Zimmer wurde ab und zu zur Höhle umfunktioni-ert. Holger lebte, wider Erwarten, in den ersten Tagen richtig auf und nutzte die von der Hauswirtschafterin liebevoll gestalteten Bastelstunden um seinen Liebsten noch eigene kleine Geschenke machen. Gisela, eine Hospizmitarbeiterin, stieg in die Begleitung von Holger ein. In ihr fand er einen weiteren wichtigen Menschen, mit dem er über seine Ängste, Sorgen und auch über Sterben und den Tod redete. Als Holger nicht mehr lesen konnte, kamen Freunde und Bekannte, Gisela und Holgers Mutter, um ihm regelmäßig vorzulesen.

Durch seine undeutliche, mühsame Sprache war es ihm nur schwierig bzw. gar nicht möglich, Kontakt zu den anderen Gästen im Hospiz zu finden. Täglich war ich bei ihm. Gerne erinnere ich mich an die gemeinsamen Spaziergänge und die genüsslichen Stunden im Eiscafé in der Weidenallee mit dem legendären Amarena-Becher. Im Hospiz konnte ich Holger endlich meine gesamte Aufmerksamkeit und ungeteilte Zuneigung entgegenbringen, ohne mich dem Haushalt, dem Alltag und unserer Tochter gleichzeitig widmen zu müssen. Endlich konnte auch ich mich mal in Ruhe hinsetzen und meinem Mann etwas vorlesen. Oft saß ich an seiner Seite und wurde gleichzeitig mit einer Tasse Tee und einem Stück Kuchen verwöhnt! Auch wenn mir oft nicht zum

*Ach, wäre es doch nur ein Traum...  
und ich könnte erwachen.  
Du würdest zu mir rüberschauen,  
und wir würden morgens wieder wachen.  
Gingst du noch einmal durch den Garten  
mit schnellem Gang,  
ich würd' auf Dich warten, stundenlang.*

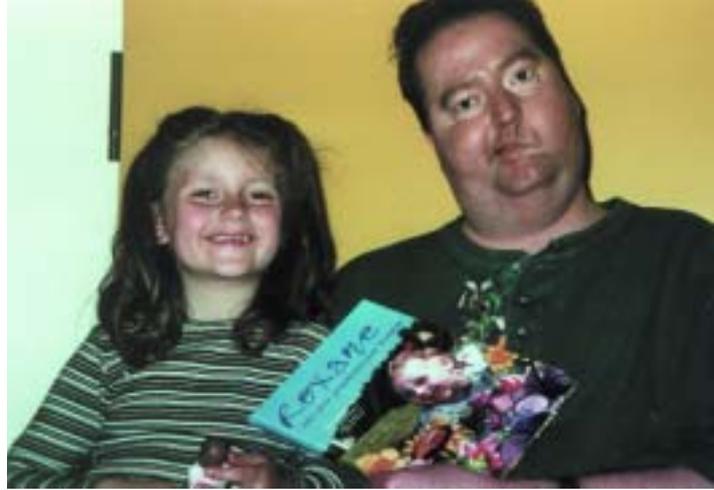
*Theodor Fontane*

Essen zumute war, so habe ich die mir entgegengebrachte Wärme in dieser Lebensphase als ein fast vergessenes Geschenk empfunden. Auch die Gespräche mit anderen Gästen haben mir viel bedeutet. Holger hatte auch hier, im Hospiz, seine Höhen und Tiefen. Es war schön zu erleben wie liebevoll und mit wie viel Mühe die HospizmitarbeiterInnen auf meinen Mann eingingen.

Mit der räumlichen Trennung rutschte ich zu Hause in eine neue, andere Phase der Traurigkeit. Es war wie der Vorbote eines baldigen großen Verlustes, ein Vorstadium der Trauer, die mich zu Hause überfiel und lähmte. Und doch tat es so gut, wenn ich oft weinend das Hospiz verließ, zuhause einen Ort der Ruhe und des Lebens vorzufinden. Einen Ort an dem ich, wenn meine Tochter schlief, wieder Kraft schöpfen konnte für die beiden Menschen, die mich so dringend brauchten.

## Abschied

Die kontinuierliche körperliche Verschlechterung meines Mannes entging mir nicht. Und doch traf es mich wie ein Schlag, als ich drei Tage vor Holgers Tod von einer Mitarbeiterin darauf aufmerksam gemacht wurde, dass sein Leben nicht mehr lange dauern würde! Als mein Mann im Februar 2002 verstarb, saß ich an seinem Bett und war ihm so nah wie selten in unserem gemeinsamen Leben. Der Tod kam für mich immer noch so überraschend, diese unfassbare Endgültigkeit überspülte mich mit Furcht und Schrecken. Doch es herrschte eine ungeheure friedvolle Intimität zwischen uns beiden. Wie viel Kraft hatte uns die Krankheit genommen. Und doch, eins hat die Krankheit nie geschafft: uns beide zu entzweien. Ein Teil von mir ging in dieser Nacht mit ihm, doch ein Teil von ihm blieb, und lebt in mir und Roxane! Es tat gut auch in dem Moment des Abschieds umgeben zu sein von Menschen, die „Profis“ in der Begleitung von Sterbenden sind. Menschen, die Holger, wenn er alleine war, die Hand hielten und sich auch nicht scheuen uns in den Arm zu nehmen oder auch mit uns zu weinen. Als ich spät abends nach Hause ging, legte ein Mitarbeiter von sich aus für meinen Mann noch ein CD ein, mit der Begründung, Holger hätte es sich sicher gewünscht.



*Vater und Tochter im Hospiz*

Genau dies spiegelte wieder, was ich im Hospiz Sinus so geschätzt und geliebt habe!

Zuhause angekommen, flatterte ein Schmetterling in unserer Wohnung.

Es zog mich anfangs magisch ins Hospiz zurück, wo ich mich regelmäßig mit dem Psychologen traf und

Gäste besuchte. Ich nahm mir Zeit, von unserem letzten gemeinsamen Zuhause Abschied zu nehmen. Auch die Gespräche mit der einfühlsamen Stein- und Bildhauerin Josphine Bustorff, die Entwicklung des Grabsteins, sind ein wichtiger Teil meiner Trauerarbeit.

Für die Zukunft habe ich mir vorgenommen mich mir zuzuwenden und meine in Vergessenheit geratenen Ziele und Wünsche wieder zu finden und neu zu überdenken. Doch mit der Hilfe von den vielen hier erwähnten und unerwähnten Menschen sehe ich zwar traurig und doch mit Zuversicht in die Zukunft.

**Martina Thienel-Krukow**



*Mutter und Tochter heute*



Viele MitarbeiterInnen bringen sich auch mit ihren privaten Talenten ein: Hermann Handt (Mitte) zeichnete die Cartoons für dieses Heft. Mit Patrick Gerhardt und Marco Trautmann machte er die Sinus-Haus-Band auf.

## TEAM-TAGE

# Jenseits des Alltags

Die diesjährigen Team-Tage am 13. und 16. April fanden in zwei Gruppen statt, denn die Versorgung der Gäste muss ja auch während dieser Zeit gewährleistet sein. Zentrales Thema ist natürlich immer die Weiterentwicklung der interdisziplinären Arbeit, d.h. des optimalen Zusammenwirkens der Teammitglieder aller Berufsgruppen. In diesen zwei Tagen haben wir uns mit unserem Leitbild und dem Lebens- u. Arbeitsmotto jedes einzelnen Teammitgliedes beschäftigt.

Alle haben es genossen sich im Team jenseits des Alltags, in entspannter Atmosphäre mit wichtigen Fragen beschäftigen zu können.

## ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

# Sinus-Film ist jetzt bestellbar



Ein Filmteam war zu Gast im Hospiz.

Selbstdarstellung ist in einer Mediengesellschaft auch für soziale Einrichtungen unverzichtbar. Damit sich Interessenten, deren Angehörige und mögliche Förderer ein Bild machen können, gibt es jetzt auch bewegte Bilder.

Über mehrere Tage war ein Filmteam bei uns im Haus und interviewte Gäste und MitarbeiterInnen. Heraus kam ein knapp 20-minütiger Film, den man bei uns zum Selbstkostenpreis von 15 Euro bestellen kann – als Video auf VHS-Kassette oder auf DVD, für den DVD-Player am TV-Gerät oder das Abspielen am PC. Einfach anrufen: 040 43 13 34-10, mailen an [info@hospiz-sinus.de](mailto:info@hospiz-sinus.de) oder faxen: 43 13 34-27.

## FORTBILDUNG

# Palliativmedizin für niedergelassene Hausärzte

Im Hospiz Sinus ist Dr. Lenzen in enger Kooperation mit weiteren Fach- u. Hausärzten für die palliativmedizinische Betreuung unserer Gäste zuständig.

Am 22.09.2004 fand im Hospiz eine Fortbildung mit dem Thema:

„Schmerztherapie – nur für Spezialisten?“ statt.

Viele Ärzte kamen und die große Zahl der Interessierten macht deutlich, welcher Bedarf an Informationen zur Palliativmedizin besteht.

## ZUM NACHLESEN

# Qualitätshandbuch stationäre Hospize

**Was macht ein gutes Hospiz aus? Die Zimmergröße? Der Fernseher am Bett? Und wie kann die Qualität der Hospiz-Arbeit geprüft und bewertet werden? Die Antwort gibt ein neues Fachbuch. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz e.V. (Niederzier), in der 1.310 ambulante Hospizinitiativen sowie 200 stationäre Hospize und Palliativstationen in Deutschland organisiert sind, hat in Zusammenarbeit mit dem Hospiz Sinus und 39 weiteren stationären Hospizen ein „Qualitätshandbuch für stationäre Hospize“ mit dem Titel „Sorgsam“ herausgegeben.**

Dieser Leitfaden kann und soll nach den Wünschen der Herausgeber auch Altenheimen, Krankenhäusern und Pflegediensten neue Impulse für eine patientenorientierte Versorgung Schwerkranker geben. Er soll ebenso einer überzogenen Ökonomisierung entgegenwirken, die vorrangig die Optimierung institutionsinterner Strukturen und Abläufe im Blick hat: „Das Revolutionäre an diesem Buch ist, dass es die Würde des Menschen zum Maßstab macht und seine Bedürfnisse in den Mittelpunkt stellt“, betont Gerda Graf, Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz, und „dass damit der Begriff Qualitätsmanagement eine zutiefst menschliche Dimension erhält“. Sie weist darauf hin, dass das Qualitätshandbuch

„ein Umdenken in der Pflege“ anregt und eine „sorgsame Umsorgung“ anstelle eines „satt und sauber“ propagiert. Das Handbuch stellt konsequent den sterbenden Menschen in den Mittelpunkt allen Handelns und beschreibt in zwölf Bereichen den Qualitätsanspruch an die hospizlichen Leistungen: Nicht nur Strukturanforderungen stehen im Mittelpunkt, sondern vor allem die Beziehungsarbeit mit dem Patienten sowie den Angehörigen. Checklisten und Diagramme, Grunddatenblätter und Reflexionsbögen helfen dabei, das spezifisch hospizliche Profil bewusst zu erfüllen: Beispielsweise durch die Vermittlung von Geborgenheit, Zeit für Gespräche über Todesangst und Sinnfragen, die Erfüllung letzter Wünsche, die



**SORGSAM**  
**Qualitätshandbuch für stationäre Hospize.**

ISBN 3 - 9 808 351 - 5 - 4 -  
der hospiz verlag  
Preis: 68,50 EUR  
(zzgl. Versandkosten)

Unterstützung sozialer Kontakte, die individuelle Gestaltung des Zimmers, die Mitwohnmöglichkeit für Angehörige oder die Zubereitung von Lieblingsgerichten.

# Tod und Tr@uer im Netz

**Schwerkranke und deren Angehörigen fühlen sich oft völlig allein gelassen und ratlos. Hilfe und Beratung gibt es auch im Internet.**

**Die cosinus-Redaktion stellt einige Adressen vor.**

Engagierte Mediziner und Krankenhäuser helfen zwar oft mit Kontakten zu Beratungsstellen – aber nicht immer. So müssen sich viele Betroffene selbst auf die Suche machen. Die Recherche im Internet hat viele Vorteile: Man muss nicht vor die Tür, man kann selbst den Zeitpunkt bestimmen, man muss nicht unbedingt mit jemandem reden, was auch anstrengend sein kann und beim surfen und „googeln“ findet man schnell weiterführende Hinweise, Links und Kontakte.

Die gedankliche Beschäftigung mit dem Tod, dem eigenen oder dem eines nahe stehenden Menschen, ist ein wichtiger Beitrag zur Bewältigung von Gefühlen wie Angst und Schmerz. Hauptberuflichen Therapeuten findet man am leichtesten noch über die Gelben Seiten. Selbsthilfegruppen sind schwieriger zu finden: in Ballungsräumen gibt es allerdings oft zentrale Vermittlungsstellen – in Hamburg zum Beispiel den Verein Kiss, der das Verzeichnis aller bekannten Gruppen auch auf seiner Web-Site <http://www.kiss-hh.de> zugänglich macht. Überregional und mit der Möglichkeit, per e-Mail oder Sofort-Kontakt aufzunehmen, ist ein Angebot von Beranet.de – unter [www.das-beratungsnetz.de](http://www.das-beratungsnetz.de) findet man einen sogenannten Beratungslotsen, der sowohl Einrichtungen, Gruppen, Foren, Artikel und Links anbietet. Die Links verweisen oft auf Seiten, die Betroffene selbst ins Leben gerufen haben und die dann entsprechend stark spezialisiert sind. Unter [www.elfernlos.de](http://www.elfernlos.de) zum Beispiel findet sich ein Hamburger Verein von verwaisten Kindern, die auf diesem Wege Kontakt zu Menschen mit ähnlichem Schicksal suchen und auch Hilfe anbieten. Ähnlich sind auch Angebote für andere Zielgruppen wie etwa <http://www.verwitwet.de> oder [www.verwaiste-eltern.de](http://www.verwaiste-eltern.de).

Beratungsstellen des Hospizwesens sind an verschiedenen Stellen zu finden. Eine gute Sammlung der relevanten Adressen von ambulanten Diensten, ehrenamtlichen und professionellen sowie stationären Hospiz-Einrichtungen ist auf der Seite der Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz [www.hospiz.net/adressen/index.html](http://www.hospiz.net/adressen/index.html) zu finden. Besonders hilfreich: Die Datenbanksuche kann mit einem Postleitzahlen-Filter gut regional eingegrenzt werden. Dort sind auch wir mit unserem Hospiz Sinus zu finden. Die übrigen Inhalte des

Portals sind dagegen eher für ein Fachpublikum relevant.

Außer gedanklicher und seelischer Unterstützung kann man sich über das Netz aber auch wichtige Sach-Informationen etwa zu Themen wie Bestattung und



**[www.hospiz-sinus.de](http://www.hospiz-sinus.de)**

Auf unserer Web-Site finden Sie erste Informationen und Kontaktmöglichkeiten.

Nachlass-Regelungen organisieren – hier ist die Scheu jemanden danach zu fragen am größten.

Eine Übersicht Hamburger Friedhöfe und Bestatter zum Beispiel findet man unter [www.friedhof-hamburg.de](http://www.friedhof-hamburg.de). Die Verzeichnisseite der Bestattungsunternehmen führt oft auch auf eigene Sites der Insti-

tute selbst, die nicht selten ein breites Informationsangebot bereithalten. Unter [www.ertel-hamburg.de](http://www.ertel-hamburg.de) zum Beispiel ist eine sehr umfangreiche Zusammenstellung von Behörden, Nachlassgerichten, Selbsthilfegruppen und Beratungstexten zu finden. Überregional interessant aber inhaltlich auch oft provozierend ist die Seite [www.postmortal.de](http://www.postmortal.de) des Bestatters Fritz Roth. Sie enthält viel Fach-Beiträge zum Bestattungswesen, hat aber auch den Anspruch, tabufrei aufzuklären. Dort findet man zum Beispiel auch Informationen über verschiedene Bestattungsphilosophien, über die Arbeit von Thanatologen (Leichenkosmetik) oder zu besonderen Dienstleistern und Künstlern, etwa Herstellern von Totenmasken etc.

## Statt Asche zu verstreuen

Eine weitere Möglichkeit, die das Internet Trauernden bietet, ist das elektronische Grabmal. Bilder, Texte, Fotos oder Filme ins Internet zu stellen um an einen geliebten Menschen zu erinnern ist nur versierter Computer-Experten möglich. Ein schönes Beispiel ist die Seite [www.angelika-bauer.de](http://www.angelika-bauer.de) – aber wer will kann das auch andere übernehmen lassen. Die idealistischen Projekte sind leider oft amerikanischen Ursprungs wie <http://hall-of-memory.de> oder das sehenswerte [www.cemetery.org](http://www.cemetery.org). Doch Vorsicht: im Web tummeln sich neben vielen Idealisten auch Geschäftemacher. Beispiel [www.ruhe-in-frieden.com](http://www.ruhe-in-frieden.com): Der erste Eintrag ist kostenfrei, nach einem Jahr allerdings bekommt man eine Rechnung über 25 Euro – wer nicht zahlt muss man mit dem Gedanken leben, dass der Eintrag gelöscht wird.

**Oliver Hartwig**

## UNSER PARTNER FÜR HÄUSLICHE BETREUUNG:

### Begleitung am Ende des Lebens

*Sterbende Menschen und deren Angehörige im Hause zu versorgen und zu begleiten hat sich der Ambulante Alten- und Hospizpflegedienst der Evangelisch-reformierten Kirche in Hamburg zur Aufgabe gemacht. Neben den üblichen Pflegeleistungen bieten wir zusätzlich:*

- Port-Versorgung
- 24 Std. Bereitschaft, einschließlich Nachtwache
- Sterbe- und Trauerbegleitung
- Intensivkranken- und Palliativpflege

Rufen sie uns an!  
Wir informieren und beraten sie gern.  
Ansprechpartnerinnen:  
Frau Giese und Frau Gensler



Winterhuder Weg 106  
22085 Hamburg  
Tel.: 22 94 11 22  
Fax: 22 94 11 943

# Was passiert mit Ihrem Geld?

Unter dem Stichwort **Himmel ist**, nach unserem Aufruf Anfang 2002 im Laufe der Zeit eine Summe eingegangen, die es uns ermöglichte mittlerweile 13 der 14 Gästezimmer zu renovieren. Die Räume strahlen mit dem warmen Gelb-Ton der Wände und einem gewischten blassblauen Wolkenhimmel eine wohnliche Atmosphäre aus. Was sonst noch mit Ihrem Geld gemacht wird? Schauen Sie selbst!

Beispielsweise der auf Grund sicherheitstechnischer Vorschriften notwendige Austausch aller Pflegebetten (ca. 12 000 Euro). Mit Ihrer Hilfe konnten wir diese und noch weitere Neuanschaffungen tätigen:

- 2 Schmerztherapiematrizen (Stückerpreis ca. 1500 Euro)
- 2 Perfusoren (medizinische Geräte zur intravenösen Schmerzmittel-Medikation)
- 4 neue Sätze Lagerungskissen (ca. 2 000 Euro)

In der Lindenallee 2, in unmittelbarer Nähe des Hospizes konnten wir einen Veranstaltungsraum mieten und renovieren. Von Anfang an fehlte uns dieser Raum, um einen Treffpunkt für trauernde Angehörige anbieten zu können. Aber auch Fortbildungen für ÄrztInnen, Schulungen für Ehrenamtliche und unsere

neue Lesungsreihe „Sterben und Tod in der Literatur“ haben jetzt ihren Ort gefunden. So kann Sinus e.V. viele Menschen erreichen, um über die Begegnung und den Austausch Berührungsgänge zu nehmen.

Trotzdem sind wir nach wie vor auf weitere Spenden angewiesen. Die meisten von Ihnen wissen ja, dass der Gesetzgeber festgelegt hat, dass wir 10 % unserer Kosten pro Tag und Gast selbst tragen müssen. Das bedeutet in Zahlen:

Euro 22,41 x 14 Plätze =

Euro 309,96 x 365 Tage.

Das ergibt ca. 115 000 Euro im Jahr.

Diese Summe benötigen wir allein für die regelmäßig anfallenden Personal- und Sachkosten.

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit weiterhin.

Das Hospiz Sinus sagt allen Spendern und Spenderinnen ein herzliches



## Sammelbüchse aufstellen?

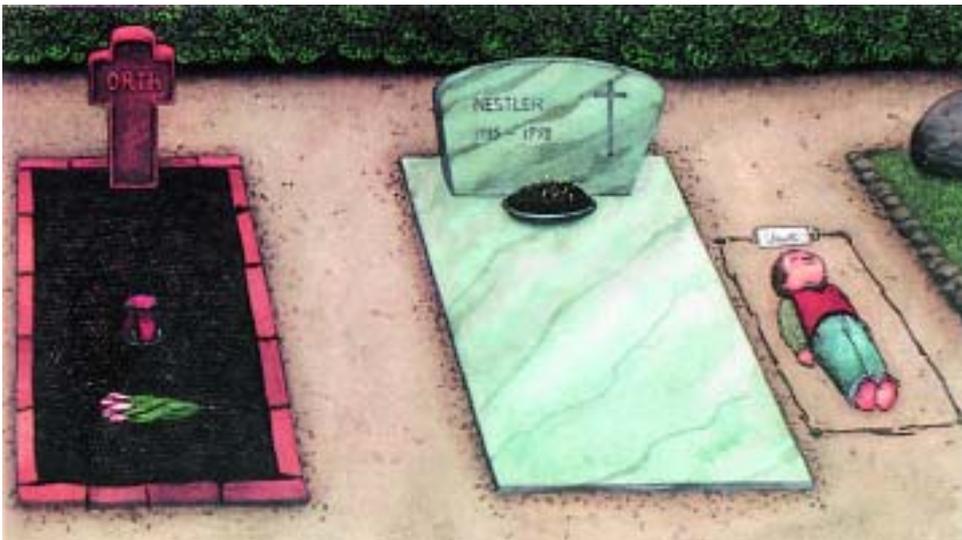
Falls Sie die viel Publikum bei sich haben oder Laufkundschaft, könnten Sie uns ganz einfach unterstützen, indem Sie unsere Sammelbüchsen aufstellen, die wir Ihnen auch gern vorbeibringen bzw. zusenden. Bitte rufen Sie uns an unter

040 / 43 13 34 - 10

# Danke schön!

## Spendenkonto Stichwort „Pro Sinus“

Nr. 40 132 200 • GLS Gemeinschaftsbank e.G. Hamburg • BLZ 430 609 67



## Zu guter Letzt

Kinder sehen den Tod unbefangener. Das zeigt auch dieses Motiv mit dem Titel „Uwe übt“ des Illustrators Nikolaus Heidelbach. Nachdruck aus dem Buch „**Was machen die Jungs?**“, Pocketausgabe, 4,90 Euro, erschienen im Beltz-Gelberg-Verlag.

