



LANDKREIS
REUTLINGEN

PALLIATIV NEWSLETTER

Palliativ-Netzwerk Landkreis Reutlingen

Ausgabe 5 | Herbst/Winter





Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

im Herbst/Winter-Newsletter dieses Jahres finden Sie

- ◆ einen Bericht der Sitzwachengruppe Bad Urach,
- ◆ nachdenkliche Überlegungen zur Palliative Care in und nach der Krise,
- ◆ einen Rückblick auf das 20-jährige Jubiläum des Hospizes Veronika,
- ◆ einen Ausblick ins nächste Jahr und
- ◆ ein Fundstück, das ein Erlebnis einer ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterin wiedergibt.

Das sich zu Ende neigende Jahr ermöglichte nach zwei Jahren erstmals wieder Präsenzveranstaltungen. Davon profitierten vor allem die Seminare und Fortbildungen zur palliativen Haltung, die von der Stiftung Palliativpflege und dem Ambulanten Hospizdienst Reutlingen für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der ambulanten und stationären Pflege mehrmals jährlich angeboten werden.

Großen Zuspruch fanden die Herbstveranstaltungen des Palliativ-Netzwerks, die im ganzen Landkreis in Präsenz stattfanden – sei es der „Letzte-Hilfe-Kurs“ in Hayingen, ein spiritueller Vortrag zu „Tod und Trauer“ in Lichtenstein, das Vorsorge-Thema in Dettingen an der Erms, die „Selbstpflege bei der Begleitung von Angehörigen“ in Eningen unter Achalm oder die Information zum „Sterbefasten“ als Perspektive der palliativen Begleitung in Münsingen.

Das große Interesse an diesen Themen spricht für ihre anhaltende Aktualität.

Ein Highlight der palliativen Versorgung im Landkreis war die Eröffnung des Alb-Hospizes der Samariterstiftung in Münsingen. Lesen Sie [hier](#) mehr über das neue Hospiz.

Für das kommende Jahr plant das Palliativ-Netzwerk zahlreiche Aktivitäten: Lassen Sie sich überraschen!

Wir danken Ihnen von Herzen für Ihr unschätzbares Engagement in der palliativen Begleitung und wünschen Ihnen eine gesegnete Adventszeit, frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Herzliche Grüße, auch von Frau Gülker-Grimm,

Gabriele Gerstmeier

Altenhilfefachberatung
Landratsamt Reutlingen

Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im Text die männliche Form gewählt. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten jedoch für alle Geschlechter.

1. BERICHT AUS DER HOSPIZARBEIT

SITZWACHENGRUPPE BAD URACH

„Ich möchte an der Hand eines Menschen sterben“

Unter diesem Motto wurde im Frühjahr 2022 die Sitzwachengruppe Bad Urach gegründet. Seither begleiten die Gruppenmitglieder ehrenamtlich Schwerkranke und Sterbende in den beiden Seniorenzentren **HERZOG CHRISTOPH** und **AM GRÜNEN HERZ**, unabhängig von ihrer Konfession. Wann immer es uns möglich ist, nehmen wir uns Zeit dafür, dass niemand alleingelassen seinen letzten Weg gehen muss. Wenn es die Situation erfordert, sind wir auch bereit, nachts Dienst zu tun. Wir werden in den meisten Fällen vom Pflegepersonal in Absprache mit den Angehörigen gerufen.

Für das Pflegepersonal stellt unsere Anwesenheit eine Entlastung dar, wenn sie wissen, dass an einem Sterbebett jemand für den Sterbenden da ist. Da ein Sterbeprozess oft mehrere Tage dauert, ist es der Idealfall, wenn unsere Einsätze mit den Besuchen der Angehörigen abgesprochen und kombiniert werden können und wir uns so gegenseitig ergänzen. Sehr dankbar sind wir, wenn es möglich ist, von den Angehörigen oder dem Pflegepersonal etwas über den zu begleitenden Menschen zu erfahren, um ihn ganzheitlich wahrzunehmen und leichter seine Bedürfnisse oder Abneigungen zu erspüren.

Wir möchten da sein, mit aushalten, eine Hand reichen, vielleicht etwas singen oder ein Gebet sprechen, achten aber die religiöse Einstellung des Sterbenden. Für die Angehörigen sind wir auch häufig wichtige Ansprechpartner, da sie eventuell zum ersten Mal mit dem Tod eines nahen Familienmitgliedes konfrontiert sind. Sehr dankbar nehmen sie Zuspruch, Aufklärung, Trost oder einfach nur ein offenes Ohr an.

Unsere Gruppentreffen sind für uns eine wichtige Möglichkeit, miteinander das Erlebte zu verarbeiten, Belastendes durch gegenseitigen Austausch abzulegen und auch Erfreuliches und das Befriedigende an unserer Arbeit miteinander zu teilen. Selbstverständlich unterliegen wir der Schweigepflicht! Die Treffen fanden vor Corona monatlich statt. Im Moment treffen wir uns in größeren Abständen.

Gerne nehmen wir an entsprechenden Fachvorträgen in der Umgebung und auch am Hospiz-Fachtag in Reutlingen teil. Unsere Gruppe ist in der Evangelischen Kirchengemeinde Bad Urach und Seeburg angesiedelt, die uns bei Fortbildungen und Anschaffungen (z. B. entsprechende Literatur), mit Kilometergeld für Fahrten zu Vorträgen oder bei Veranstaltungen finanziell unterstützt und auch die Versicherungen finanziert. Sehr schmerzlich empfanden wir zu Beginn der Corona-Pandemie die Tatsache, dass wir keinen Zugang zu den Sterbenden hatten und diese ja sogar ohne das Nahesein von Angehörigen ihren letzten Weg gehen mussten. Nun sind wir dankbar, dass Begleitungen wieder möglich sind, und hoffen und wünschen uns, dass nie mehr eine solche Situation eintritt.

Für die Mitarbeit in der Sitzwachengruppe Bad Urach ist keine Ausbildung erforderlich. Jede und jeder, der es sich zutraut, einen sterbenden Menschen zu begleiten, ist bei uns willkommen. Selbstverständlich werden sie bei ihren ersten Einsätzen von Mitarbeiterinnen, die Erfahrung haben, begleitet und auch in einem Gespräch vorbereitet und können vorher mehrmals an unseren Treffen teilnehmen.

Kontakt:

Ingrid Rauscher
Sonnenweg 6
72574 Bad Urach
Telefon: 07125 3211

2. AUS DER PRAXIS

PALLIATIVE CARE IN DER KRISE UND NACH DER KRISE

Eine Krise löst gerade die andere ab. Die Gesellschaft und die politischen Gremien sind nur noch dabei zu reagieren und können kaum mehr aktiv agieren. Wobei Mitarbeiter im Palliative-Care-Bereich schon lange gelernt haben, mit Krisen umzugehen. Und zwar positiv und konstruktiv. Denn Tod und Sterben sind immer existenzielle Krisen, sowohl für Betroffene als auch für Angehörige. Und diese Krisen im nahen Umfeld sind vielleicht besser zu beheben als die globalen Krisen. Zumindest aus eigener Kraft.

„Nahezu alle Krisen lassen sich bewältigen – vorausgesetzt, wir schulen unsere Stärken und unser Selbstbewusstsein.“ (*Siegfried Santura*)

Unter diesem Vorsatz haben wir in allen Palliative-Care-Bereichen im Landkreis wieder angefangen zu schulen und Vorträge zu halten. Und nach kurzem Innehalten und Verschnaufen nach der Corona-Zeit sind die Zuhörer im Jahr 2022 wiedergekommen. Letzte-Hilfe-Kurse, Palliative Notfälle, Selbstpflege oder FVNF (Sterbefasten) waren Schlüsselthemen.

Daran möchten wir auch im Jahr 2023 wieder anknüpfen und das palliative Netzwerk stärken! Sie können bis Mitte Dezember gerne noch mit Themenvorschlägen auf uns zukommen – sowohl die Inhalte als auch die Strukturen betreffend. Lassen Sie uns gemeinsam das palliative Netzwerk im Landkreis stärken!

Das Hauptthema im Palliative-Care-Bereich ist doch das Thema „hohe Lebensqualität“ – Lebensqualität bis zum Schluss für schwer Erkrankte. Vielleicht können solche Schulungen – trotz des schweren Themas, weil viele sehr persönliche Aspekte durchleuchtet werden – aber auch zu mehr Lebensqualität für die Teilnehmer führen. Lassen Sie uns so die Sorgenetze stärken und dadurch die Lebensqualität und die Pflege vieler verbessern, trotz aller Krisen.

Dr. Barbara Dürr, Eningen unter Achalm

3. RÜCKBLICK

DAS JUBILÄUMSJAHR IM HOSPIZ VERONIKA IN ENINGEN

20 Jahre Hospiz Veronika – dieses besondere Jubiläum feierte das Hospiz zusammen mit dem Förderkreis Hospiz Veronika mit mehreren Veranstaltungen im Jahr 2022. Im Vorfeld hatten die Organisatoren darüber diskutiert, dass der Grundtenor des Jubiläumsjahres sein könnte: „Was können wir von Sterbenden lernen?“ Was ist daraus geworden?

Im Juli hielt Prof. Dr. Reimer Gronemeyer im evangelischen Gemeindehaus in Eningen einen inspirierenden und durchaus gesellschaftskritischen Vortrag mit dem Titel: „Von Sterbenden beschenkt werden – Hospizkultur trägt in der Krise.“ Dieser Vortrag wurde aufgezeichnet und kann **hier** auf der Jubiläumsseite des Hospizes Veronika abgerufen werden.

Im September gestaltete das Hospizteam aus Haupt- und Ehrenamt unter dem Motto „Alles dazwischen“ einen Jubiläumsabend im Atrium des Dominohauses in Reutlingen. Mit Musik und Theater wurden berührende Geschichten aus 20 Jahren Hospizarbeit zum Leben erweckt. Mit zauberhafter Leichtigkeit und großem Tiefgang wurde hier das Leben im Hospiz dargestellt. Am Tag der offenen Tür im Oktober herrschte trotz des extrem regnerischen Wetters ein reger Andrang von Besuchern. Sehr viele Menschen nutzten die Gelegenheit, die neu renovierten Räume des Hospizes zu besuchen, und haben sich dabei über die Arbeit dort informiert.

Zum Ende des Jubiläumsjahres freut sich das Hospiz-Team nach zwei Jahren pandemiebedingter Pause auf den **Eninger Weihnachtsmarkt am 26. November** in Präsenz. Denn dann kann der meterlange Stollen wieder zugunsten des Hospizes verkauft werden. Bei Kaffee und Glühwein gibt es wieder gute Gespräche und außer dem Stollen wartet so manche Überraschung zum Kaufen und Mitnehmen.

Das Hospiz-Team ist froh und dankbar, dass trotz der großen Krisen dies alles überhaupt und in Präsenz möglich war.

Dr. Barbara Dürr, Eningen unter Achalm

4. AUSBLICK

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. Das kommende Jahr wird ganz im Zeichen der palliativen Versorgung stehen. Mit Veranstaltungen im ganzen Landkreis will das Palliativ-Netzwerk die Vielzahl der Angebote sichtbar machen und würdigen, neue Engagierte für die Hospizarbeit gewinnen und die flächendeckende palliative Versorgung im Landkreis Reutlingen nachhaltig sichern.

5. FUNDSTÜCK

Meine erste Sterbebegleitung im ambulanten Hospizdienst, ich werde in ein Zechenhäuschen am Stadtrand bestellt. Herzklopfen. Der Kranke sitzt schmal und gesenkten Hauptes auf dem Pflgebett, das wie eine weiße Insel mitten im Wohnzimmer steht. Wie soll ich mich dem Mann nähern?

Im Vorbereitungsjahr habe ich gelernt: Setze dich niemals unaufgefordert auf ein Krankenbett! Es ist der letzte Freiraum der Selbstbestimmung. Allein der Kranke entscheidet über mögliche Nähe!

Ich gehe etwas in die Hocke, um ihn auf Augenhöhe anzusprechen, und sehe, als er den Kopf hebt, mit Schrecken: Dieses Angebot kann ihn gar nicht erreichen, er ist blind! Doch dann rückt er andeutungsweise beiseite, klopft mit der Hand neben sich auf die Matratze und sagt: Setz dich mal da hin, Mädchen.

Der Vertrauensvorschuss dieses Mannes trägt mich nun seit über 20 Jahren durch die ehrenamtliche Hospizarbeit.

Helga Windgassen, Dortmund

Quelle: „Die Zeit“ Nr. 47 v. 17.11.2022, aus der Rubrik: „Was mein Leben reicher macht“

6. WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

finden Sie hier



<https://www.kreis-reutlingen.de/de/Service-Verwaltung/Buergerservice-A-Z/Palliativ-Netzwerk>



**Palliativ-Netzwerk
Landkreis Reutlingen**



**LANDKREIS
REUTLINGEN**

Landratsamt Reutlingen
Palliativ-Netzwerk Landkreis Reutlingen
Altenhilfefachberatung

Bismarckstraße 14
72764 Reutlingen
Telefon: +49 7121 480-1813
E-Mail: g.gerstmeier@kreis-reutlingen.de

kreis-reutlingen.de
DAS GANZE IM BLICK