



Nach mir die Sintflut?

Death Cleaning –
Von der Kunst, die Dinge
des Lebens zu ordnen

Von
Ingrid Pfuner

Verzeihen und
Versöhnen

Von
Dr. Iris Geyer

Regle Deinen
Kram

Von
Claudia Bayer-Feldmann


**Aufzugsdienst
München**
**AufzugsBau
München**


"Seit vielen Jahren unterstützen wir die wertvolle Arbeit des Christophorus Hospiz Vereins e.V."

Als unabhängige Aufzugsspezialisten kümmern wir uns um Planung & Bau moderner Aufzugsanlagen sowie um Wartung & Reparatur aller gängigen Fabrikate in der Metropolregion München. Ob Service, Reparatur, Modernisierung oder Neubau Ihrer Aufzugsanlage:



Wir sind Ihre zuverlässigen und erfahrenen Partner!

www.aufzugsdienst.de ☎ 089/317 84 00 www.aufzugsbau-muenchen.de



AETAS

Denn Bestattungskultur ist Herzenssache

Bestattungen | Trauerbegleitung | Vorsorge



Baldurstr. 39 | 80638 München | 089-15 92 76-0 | www.aetas.de

Editorial

Sehr geehrte Mitglieder,

wann haben Sie zuletzt die Redewendung „Nach mir die Sintflut“ gehört oder vielleicht sogar selbst gesagt? Häufig ist damit gemeint, dass es jemandem egal ist, welche Auswirkungen sein Handeln auf andere Menschen, die Natur oder seine Umgebung hat. Zwischen der Redewendung und dem Titel der neuen *CHV aktuell* gibt es einen kleinen aber wichtigen Unterschied – das Fragezeichen. Es bestätigt meine Erfahrung aus zahlreichen Begleitungen. Eine schwere Erkrankung bei sich oder anderen nahestehenden Personen ist für viele Menschen ein einschneidendes Lebensereignis. Nicht selten wird ihnen dadurch die eigene Verletzlichkeit und Endlichkeit unmittelbar bewusst. Manche nehmen diese Erfahrung zum Anlass, ihr Leben zu ordnen, neue Prioritäten zu setzen, Regelungen für die Zukunft zu treffen und vorzusorgen. Ihnen ist also nicht egal, was nach ihnen kommt.

Das „Danach“ bezieht sich aber nicht nur auf die Zeit nach dem Tod, sondern auch auf eine Lebensphase, in der Menschen nicht mehr für sich selbst sprechen können. In einer Patientenverfügung oder gesundheitlichen Vorausplanung können Behandlungswünsche genau für diese Zeit festgehalten werden. Damit übernehmen Menschen Verantwortung für sich selbst und gleichzeitig unterstützen sie die Personen, die dann stellvertretend für sie entscheiden müssen.

Wenn Menschen in unser Hospiz einziehen, haben sie die Möglichkeit, kleine Möbelstücke und persönliche Gegenstände mitzubringen. Meist sind es nur wenige Dinge, die sie aus dem früheren Zuhause mitbringen: Fotos, Erinnerungsstücke oder gemalte Bilder der Enkelkinder. Viel wichtiger als materielle Dinge sind Menschen, denen man sich zumuten kann, die eine achtsame und verständnisvolle Begleitung anbieten und Gefühle von Sicherheit und Geborgenheit schenken.

Einschneidende Erlebnisse können auch ein Anlass sein, sein Testament zu verfassen oder eine Stiftung zu gründen. Auch der CHV wird erfreulicherweise immer wieder mit Erbschaften und Vermächtnissen bedacht oder erhält Zuwendungen aus Stiftungen. Diese tragen zur Finanzierung unserer Angebote bei, ermöglichen Anschaffungen und tragen innovative Projekte, die bislang nicht regelfinanziert sind. Dafür sind wir sehr dankbar.

Durch eine schwere Erkrankung können viele sehr persönliche Fragen auftauchen. Was ist mir wichtig? Was brauche ich wirklich? Mit wem und wie möchte ich die mir verbleibende Zeit verbringen? Woran sollen sich die Menschen nach meinem Tod erinnern? Manche Menschen bewegen diese Fragen in sich, andere tauschen sich dazu lieber mit jemandem aus. Diese Rolle übernehmen nicht selten unsere Hospizhelfer*innen.

Sie sehen, es gibt viele Möglichkeiten Verantwortung zu übernehmen, vorzusorgen, etwas zu hinterlassen oder über das eigene Leben hinaus zu wirken. Wir danken allen Menschen, die für sich und andere Verantwortung übernehmen und die die Arbeit des CHV unterstützen.

Ihre Kerstin Hummel
Mitglied des Vorstands



Foto: Maria Austen

Die sich kümmernde, sorgende Gemeinschaft ist zumindest in der Hospizwelt in aller Munde. Unser Gemeinwesen wird nur bestehen können, wenn wir Verantwortung füreinander übernehmen. Dieses Sorgen und Kümmeren beginnt jedoch bei uns selbst! In diesem Heft gehen wir dem Thema *Einsamkeit* in einer Zeit, in der sich der *Deutsche Ethikrat 2024* damit beschäftigt hat, bewusst nach.

Es geht natürlich vor allem am Ende des Lebens darum, sich und seine Dinge zu ordnen, aufzuräumen, ja, und zu übergeben. In dieser Ausgabe blicken wir auf einen schwedischen Begriff *döstädning*. Eine erfahrene Pfarrerin geht dabei den Aspekten von Trauer und Vergebung

nach. Eine Kollegin des psychosozialen Teams beleuchtet die Herausforderungen der Betroffenen. Die frühere Geschäftsführerin der *Alzheimer Gesellschaft München* hat gar eine Gesellschaft gegründet, um Menschen zu unterstützen und zu ermutigen: „Regle Deinen Kram!“

Seien Sie gespannt auf viele Facetten unseres Themas. Sie ahnen es: Der CHV steht ein für Verantwortung am Lebensende!

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Foto: Inge Scheller



Liebe Leserinnen und Leser des CHV aktuell,

wir bieten Ihnen auch die Möglichkeit, unsere Mitgliederzeitschrift, statt der Printversion, **online** zu lesen.

Sollten Sie Interesse haben, *CHV aktuell* künftig online zu beziehen, schicken Sie uns bitte eine Mail an info@chv.org oder rufen Sie einfach an unter: **089 / 13 07 87-31**

Dem CHV ist eine wertschätzende und inklusive Sprache wichtig, d.h. eine Sprache, die sich an alle Menschen wendet. Der CHV lehnt jeden Sprachgebrauch ab, der Menschen beispielsweise aufgrund ihrer Herkunft, einer Behinderung oder ihres Geschlechts diskriminiert. Die Wahl der sprachlichen Mittel liegt zunächst bei den Autorinnen und Autoren.

Inhalt

3

Editorial

6

Death Cleaning – Von der Kunst, die Dinge des Lebens zu ordnen
Von Ingrid Pfuner

8

Verzeihen und Versöhnen
Von Dr. Iris Geyer

10

Regle Deinen Kram!
Von Claudia Bayer-Feldmann

12

Memento Mori
Von Cornelia Rommé

15

Ein verwirrendes Labyrinth
Von Michael Clausing

18

Gesundheitliche Vorausplanung
Von Monika Mühlbauer

20

Informationen:
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
Von Sepp Raischl

22

Vom Glück des Findens
Ingrid Pfuner im Gespräch
mit Inge Scheller

BUCHBESPRECHUNGEN

24

Karoline Nuckel / Samad Berdjas:
Wer im Jetzt lacht, lebt am besten. Unser Wunschzettel für die Zeit, die uns bleibt.

26

Janine Berg-Peer:
Wer früher plant, ist nicht gleich tot

RUBRIKEN

30

Neubeginn

33

Praktikumsbericht

36

Aus dem Verein

39

15 Jahre SAPV

41

Münchner Freiwilligenmesse

42

Spenden, Stiften und Fördern

44

Termine und Veranstaltungen

50

Impressum

Death Cleaning – Von der Kunst, die Dinge des Lebens zu ordnen

Von Ingrid Pfuner, Hospizhelferin und ehrenamtliches Redaktionsmitglied



Sue wurde 1944 in München geboren. Fünf Jahre später, 1949, wanderten ihre Eltern aus dem vom Krieg zerstörten München mit ihr nach Südafrika aus. Sie erinnert sich noch gut an ihre Verlorenheit und Sprachlosigkeit der ersten Zeit und an ihr Heimweh.

Jetzt stehe ich ihr in ihrer kleinen Zweizimmer-Wohnung gegenüber und bin erst einmal sprachlos. Es gibt kaum ein freies Fleckchen und auf meinen fragenden Blick hin sagt sie etwas hilflos: „Ich weiß, ich habe zu viele Dinge aus meinem früheren Leben mitgenommen...“

1994 endete in Südafrika die Apartheid mit einem demokratischen System- und Regierungswechsel, bei dem Nelson Mandela der erste schwarze Präsident der Republik Südafrika wurde. Sue kehrte 2023 aus Südafrika in ihre Heimatstadt München zurück.

Ihr Mann war zwei Jahre zuvor gestorben und noch tragischer: Drei Monate nach seinem Tod wurde ihr Sohn bei einer Ausflugsfahrt mit Freunden aus einem anderen Auto heraus

erschossen, weil er von diesem Auto bedrängt wurde und nicht anhalten wollte. Danach beschloss sie, ihre Zelte in Südafrika abzubauen und ‚zu Hause zu sterben‘, wie sie sagt, obwohl sie dieses Zuhause seit 75 Jahren nicht mehr gesehen hatte.

Die Schwedin Margareta Magnusson, nach eigenen Angaben zwischen 80 und 100 Jahren alt, schrieb ein kleines Buch über *döstädning*. Es gibt noch kein deutsches Wort dafür und so geistert der Begriff *Death Cleaning* durch die Gazetten. Viel hübscher klingt dagegen der Buchtitel *Frau Magnussons Kunst, die letzten Dinge des Lebens zu ordnen*. Sie versteht darunter eine dauerhafte Ordnung und Vereinfachung, die das Alltagsleben auf eben dieser letzten Strecke erleichtert. Sie sagt auch, dass man sich Zeit für die glücklichen Momente nehmen soll, damit man später auf schöne Erinnerungen zurückgreifen kann.

Ich hatte Sue angeboten, ihr ein bisschen zu helfen, auszusortieren und zu entrümpeln, war allerdings nicht auf die schiere Menge an Dingen und Unterlagen gefasst, die sich beim ersten Sichten auftaten. Die Kunst von *döstädning* ist, das Wesentliche zu erkennen und sich von überflüssigen Dingen zu befreien, sagt Margareta Magnusson und das stellt sich gleich bei der ersten Kiste als nicht so einfach heraus. Darin sind Spielsachen und Kuscheltiere ihres Sohnes. Bei jedem Spielzeug, das Sue in die Hand nimmt, kommen die Tränen und die Erinnerung gleichermaßen. Wir sortieren zwei besonders geliebte Kuscheltiere aus und stellen sie auf die Fensterbank. Den Rest der Kiste packen wir wieder ein und beschließen, das später an eine karitative Einrichtung zu verschenken.

Foto: Inge Scheller

Wir haben – fast – alle mehr als genug, denn laut dem *Statistischen Bundesamt* hat ein deutscher Haushalt im Schnitt 10.000 Gegenstände. Wann sagen wir „Genug ist genug“? Margareta Magnusson sagt zwar, auf nicht ganz so großem Fuß zu leben sei eine Erleichterung. Aber was und warum möchte man eben doch einiges so gerne behalten? Diese Frage stellt sich bei unserem nächsten Treffen, von dem ich vorher hoffe, dass es etwas weniger emotional behaftet ist als das Auspacken der Spielsachen-Kiste. Das ist es nicht! Ich sehe den Namen – Lethabo – der auf der größten Kiste in großen und schwungvollen Buchstaben aufgemalt ist, mit einem schwarzen Filzstift. Alle anderen Kisten sind klein und auf der Seite beschriftet. Es ist die Kiste mit den Sachen ihres verstorbenen Mannes, und ich ahne aufgrund des Namens und der ersten Dinge, die wir auspacken, dass das wahrscheinlich auch sehr schwierig wird mit den Erinnerungen. Ich nehme einen Kopf aus schwarzem Ebenholz in die Hände, wunderschön, ein langer Hals, ein stolzes afrikanisches Frauengesicht und... die Tränen fließen erneut. Auch hier steht eine schmerzhaft Erinnerung dahinter. Ich erfahre, dass ihr schwarzer Mann ein Bildhauer war und dies das Abbild seiner Geliebten – Sue sagt Zweitfrau dazu – ist. Auf meine behutsame Frage, wieso sie gerade das aufbewahrt habe, erfahre ich, dass diese junge Frau, nachdem ihr Mann das Abbild fertig hatte, unerwartet und schnell an einem Herzinfarkt gestorben sei und ihr Mann danach „ganz und gar“ wieder zu ihr zurück gekehrt ist. Sue möchte die schöne und herzerreißende Erinnerung, die mit diesem Frauenkopf verbunden ist, bewahren und behalten. Für diesen Nachmittag hat das Aufräumen ein Ende, denn aus Sue sprudeln die Geschichten, die gehört werden wollen.

Es gibt noch viele Kisten und sicherlich viele Erzählungen dazu – aber ich werde sie nicht mehr hören. Als ich eines Nachmittags wieder vor Sues Wohnungstür stehe und sie auf mein

wiederholtes Klingeln nicht öffnet, beschleicht mich ein wehmütiges Gefühl. Ich versuche es auf gut Glück bei der Nachbarin und erfahre, dass vor zwei Tagen der Notarzt da war und Sue dann mitgenommen wurde. Sie saß tot in einem Sessel vor einer geöffneten Kiste, als die Wohnung geöffnet wurde. Die Nachbarin erzählt, es sei wohl ein Aneurysma gewesen und sehr schnell gegangen, denn am Morgen dieses Tages haben sie noch von Tür zu Tür miteinander geplaudert.

Was bleibt...

Bei C.G. Jung heißt der innere Ruf *Wohin will ich?*, und ich hoffe für Sue, dass sich diese Frage in der letzten Zeit ihres Lebens für sie nicht mehr gestellt hat. Sie wollte zum Sterben nach Hause – und das war für sie auch nach so langer Zeit immer noch in München und das ist ihr auch gelungen.

ZUM WEITERLESEN:



Margareta Magnusson
Frau Magnussons Kunst, die letzten Dinge des Lebens zu ordnen
S. Fischer Verlag 2018
ISBN 978-3-10-397323-5
Preis: 22 Euro (gebundene Ausgabe)

Verzeihen und Versöhnen

Von Dr. Iris Geyer, Pfarrerin i.R., Heilpraktikerin für Psychotherapie, Buchautorin

Verzeihen, Versöhnung und Sichversöhnen sind wichtig fürs Leben und fürs Sterben. Alle drei, das Verzeihen, die Versöhnung und die Selbstversöhnung, haben eine positive Rückwirkung auf die seelische und sogar die körperliche Gesundheit aller Beteiligten. Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Vergebung und Versöhnung chronische Rückenschmerzen lindern, die Stresshormonwerte im Blut senken und Schlafstörungen mindern. Das leuchtet unmittelbar ein, denn alles Ungeklärte, alles Offene in unseren Beziehungen versetzt uns in eine innere Spannung, in Unruhe.



Wenn Sterbende verzeihen, und womöglich auch Verzeihung durch Worte, Gesten oder Blicke erhalten, sterben sie leichter. Ja, es stirbt sich ruhiger, wenn innerer Frieden herrscht, wenn ein möglicherweise seit langen Jahren schwelender Konflikt, ein Unrecht, eine Unstimmigkeit bereinigt ist. Auch Hinterbliebene fühlen sich besser, wenn noch eine Aussprache gelungen ist.

Eine gute Nachricht lautet: Verzeihen oder Vergeben kann jeder Mensch für sich allein, ohne ein Gegenüber. Vergeben oder Verzeihen ist ein rein innerpersonaler Vorgang, das heißt, er findet nur in mir statt. Verschweigen möchte ich nicht, dass hierfür innere Größe und Stärke nötig sind. Denn es kostet Kraft, jemandem zu verzeihen, der einem etwas Schlimmes angetan hat. Doch es lohnt sich: Wer es schafft zu vergeben, wird frei für Neues! Denn die innere Energie, die für den Groll, die Wut, die Rachegeanken gebraucht wurden, stehen uns nun wieder für anderes zur Verfügung. Solange ich mich als geschädigt, als Opfer, empfinde, bin ich mit einer unsichtbaren Fessel an den Verursachenden gekettet. Dadurch gebe ich ihm oder ihr Macht über mich und mein Leben. Wenn es dumm läuft, spürt man diese Fessel schon morgens beim ersten Blick in den Spiegel. Da kommt er nämlich schon wieder: Der Gedanke an den oder die Schädigende und belastet und kränkt aufs Neue.

Es braucht allein die Entschlossenheit und Entscheidung: Es reicht. Ich möchte mich ab sofort nicht mehr wie ein Opfer fühlen! Ich möchte die Fessel, die mich an den oder die Verursachende bindet, loswerden.

Die sogenannte *Forgiveness-Forschung* hat herausgefunden: Verzeihen ist heilsam. Wie gut



wir verzeihen können, hängt von unserer Bindung an den anderen ab und von der Bedeutung, die der oder die Andere für uns hat. Leider ist es so: Gerade dort, wo Menschen sich sehr nah sind, geschehen besonders viele Verletzungen. Die gehören zum Zusammenleben. Wer dem Anderen verzeihen kann, trägt viel zu einem zufriedenen, ausgeglichenen Leben in Partnerschaft, Freundschaft, in Familie bei und auch zu einem besseren Sterben. Allerdings sind Sie nie dazu verpflichtet, zu verzeihen. Das ist immer eine freiwillige Entscheidung, nie eine Verpflichtung – auch nicht gegenüber Sterbenden. Denn tatsächlich kann eine Schädigung so schlimm sein, dass sie zu schwer wiegt, zu viel ist und die Bitte um Vergebung zu spät kommt.

Versöhnung geschieht nur, wenn beide Beteiligten oder alle Parteien zustimmen. Eine Versöhnung ist ein zweiter Schritt nach dem Verzeihen. Dazu muss die Bitte um Vergebung angenommen sein. Es geht hierbei um das tiefere Verstehen, welche verletzende Wirkung eine Tat oder Worte hatten, und es erklärt, dass es immer mindestens zwei Wirklichkeiten und Erlebnisweisen von ein und derselben Situation gibt. Sterbende sorgen durch ihre zur Versöhnung ausgestreckte Hand für sich und die Dableibenden.

Manche Sterbenden und manche Trauernden entwickeln ein Bedürfnis danach, sich selbst die eigenen Fehler, un guten Entscheidungen

gegenüber anderen oder sich selbst zu vergeben. Auch das ist möglich, wenn wir einen absehbaren und keinen plötzlichen Unfalltod vor Augen haben. Bei der Selbstversöhnung geht es um eine gute Beziehung zu mir selbst. Schon immer wieder in bedrückende Gedanken und Gefühle hineingesprochene Worte wie *Ich vergebe mir* oder *Hinterher ist man immer schlauer* können helfen.

Die Prozesse von Vergebung, Versöhnung und Selbstversöhnung kosten Kraft, weil wir allmählich erkennen, dass wir selber immer zugleich Geschädigte und Schädigende sind, immer mal Opfer, mal Täter.

Ich erkenne mich in diesem Prozess selber als schuldfähig und als jemand, der oder die Verantwortung trägt. Dadurch kann das eigene Selbstbild Risse bekommen. Will man sich selbst vergeben, nimmt man sich in der eigenen Begrenztheit, Fehlbarkeit, Unvollkommenheit und Bosheit wahr. Das schmerzt. Doch auch dadurch reifen und wachsen wir – für uns und für andere. 🌈

HINWEIS:

Wer gern in eine Praxis des Verzeihens und der Selbstversöhnung finden und ein Vergebungsritual erleben möchte, ist herzlich eingeladen am 09.11.2024 von 10 bis 14 Uhr an meinem Kurs **„Als versöhnte Menschen sind wir frei für Neues. Anderen und sich selber vergeben. Teil II: Veröhnungsritual“** im Evangelischen Bildungswerk München teilzunehmen.

Direkter Link zur
Veranstaltung auf der
Website des
Evangelisches Bildungswerks
München e.V.



Regle Deinen Kram!

Von Claudia Bayer-Feldmann, Dipl.-Psychologin, Regle Deinen Kram gUG

Ein ziemlich provokanter Name, kommentierte 2022 der Notar die Gründung unserer gemeinnützigen Unternehmergesellschaft (gUG). Doch genau mit dieser, aus dem Alltag gegriffenen Formulierung wollten meine Töchter und ich das gern verdrängte Thema *Rechtliche Vorsorge und Ordnung im Papierkram* stärker ins Bewusstsein der Öffentlichkeit rücken.

Weisheit meines Vaters: Vorsorge ist wichtig

Mein Vater (Jahrgang 1906) sagte immer: „Man muss rechtzeitig sein Haus bestellen“. Reichlich spät, mit Anfang 80, machte er immerhin sein Testament, um seinen Nachlass zu regeln. Damals gab es jedoch weder ein Betreuungsrecht noch Datenschutzregelungen, die Vorsorgemaßnahmen notwendig gemacht hätten. Heute hingegen haben wir durch neue Gesetze mehr Selbstbestimmungsrechte gewonnen. Niemand darf ohne unsere Zustimmung Entscheidungen für uns treffen, auch nicht nahe Angehörige wie unsere Ehepartner:innen, Töchter, Söhne oder Geschwister. Doch was passiert, wenn wir aufgrund schwerer Krankheit, eines Unfalls

oder Altersgebrechens selbst nicht mehr handeln oder selbstverantwortlich entscheiden können?

Erfahrungen aus der Praxis: Der Wert von Vorsorgedokumenten

Lange Jahre habe ich bei der Alzheimer Gesellschaft München e.V. Angehörige von Demenzerkrankten begleitet. Ich habe gesehen, wie belastend es ist, wenn sich die Familie um die Belange der Betroffenen kümmern möchte und keine Vorsorgevollmacht vorhanden ist. Ohne Bevollmächtigung werden selbst die Nächsten in der Klinik oder bei Behörden abgewiesen. Dann wird eine kostenpflichtige rechtliche Betreuung notwendig. So regelt es das Betreuungsrecht seit 1992. Ein langwieriger administrativer Prozess beginnt und belastet die Familien zusätzlich zum Krankheitsgeschehen, vor allem, wenn fremde Personen zur rechtlichen Betreuung eingesetzt werden.

Persönliche Erlebnisse: Vorsorge in der Familie

In der eigenen Familie hatten wir zwei allein- stehende Angehörige, deren Handlungs- und



Bild: Regle Deinen Kram gUG



Entscheidungsfähigkeit durch Altersgebrechen und Demenz eingeschränkt war. Sie waren lange überzeugt, alles selbst regeln zu können oder dass wir als Familie notfalls eingreifen könnten. Erst im letzten Moment ist es gelungen, sie zu Vorsorgeregulungen zu bewegen. Dank der Vollmachten können und konnten wir als Bevollmächtigte unbürokratisch handeln.

Vorsorge in gesunden Tagen treffen

Vorsorge bedeutet, in gesunden Tagen zu handeln, bevor etwas passiert. Wir kennen das aus dem medizinischen Bereich: Wer regelmäßig zum Zahnarzt geht, erspart sich in der Regel schmerzhaft und umfangreiche Eingriffe. Für die rechtliche Vorsorge heißt das, frühzeitig eine oder mehrere Personen des Vertrauens umfassend zu bevollmächtigen. Am einfachsten geht das mit einer Vorsorgevollmacht. In einer Patientenverfügung werden dagegen Behandlungswünsche für konkrete Krankheitssituationen festgehalten, an denen sich Bevollmächtigte, Ärztinnen und Ärzte orientieren können. Wer zudem seine Dokumente sichtet und wichtige Informationen in einer Übersicht zusammenstellt, erleichtert es sich und seinen Nächsten, administrative Aufgaben zu erledigen.

Hindernisse bei der rechtlichen Vorsorge überwinden

Es gibt viele Gründe, das Vorsorgethema aufzuschieben. Mal ist es die fehlende Zeit, mal das Unbehagen, andere damit zu belasten. Einige Menschen wissen nicht, wo sie an-

fangen sollen oder wen sie bevollmächtigen könnten. Viele sind unsicher, ob sie anwaltlichen oder notariellen Rat benötigen, sorgen sich um entstehende Kosten. Und es ist ganz klar eine Herausforderung, sich mit Themen wie Krankheit, Kontrollverlust und der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen. Hier hilft es, Beratungsmöglichkeiten zu nutzen, Hinderungsgründe zu sortieren und Schritt für Schritt zu überwinden. Offene Gespräche in der Familie und im Freundeskreis können Vertrauen schaffen und dem Thema die Schwere nehmen.

Unterstützung bei der Vorsorge

Wir bieten alltagspraktische und leicht verständliche Erklärungen zur rechtlichen Vorsorge, in Vorträgen, Workshops und informieren bei offenen Fragen. Dabei dokumentieren wir Schritt für Schritt, wie man mit Vorsorgedokumenten einfach selbstbestimmt vorsorgen kann und worauf man achten sollte. Wir zeigen, wie man Ordnung in seinen Papierkram bringt und eine Übersicht über wichtige Dokumente, Verträge und Unterlagen erstellt. Dies ist eine wertvolle Hilfe für diejenigen, die sich später um einen kümmern (sollen). Mit *Regle Deinen Kram* möchten wir anderen Menschen Stress und Leid in Notfällen ersparen. Gerade dann sollte jeder schnell handlungsfähig sein. Mit unseren Angeboten möchten wir ermutigen, rechtzeitig vorzusorgen und damit selbstbestimmt zu bleiben.  Infos unter: www.regle-deinen-kram.de

HINWEIS:

Vortragsreihe „Regle Deinen Kram: Wie Ordne ich meine Unterlagen?“ im CHV am 05.02.2025 von 16 – 18 Uhr

Anmeldung an bildung@chv.org oder Tel. 089 - 13 07 87-40

Direkter Link zur Vortragsreihe des CHV IBB



Foto: Inge Scheller

Memento Mori

Von Cornelia Rommé, Dipl. Theol., Palliativfachkraft im ambulanten Hospiz- und Palliative Care-Team, Trauerbegleiterin

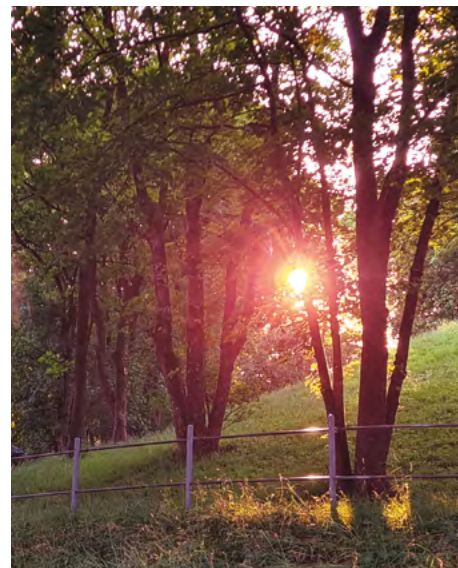
Was regeln wir Menschen in unserem Leben nicht alles. Für viele ist es wichtig, einen geregelten Tagesablauf zu haben. Natürlich ist auch ein geregeltes Einkommen nicht zu verachten. Der regelmäßige Besuch beim Zahnarzt und die regelmäßige Teilnahme an diversen Vorsorgeuntersuchungen werden uns dringend empfohlen. Inzwischen hat es sich auch schon herumgesprochen, dass eine Patientenverfügung und eine Vorsorgevollmacht sinnvoll sind, um Dinge für uns vorab zu regeln, wenn wir schwer erkranken. Ebenso wird angeraten, seine Mahlzeiten regelmäßig einzunehmen. Der Straßenverkehr wird geregelt und auch der öffentliche Nah- und Fernverkehr fährt (hoffentlich) regelmäßig.

Geregelte Dinge erleichtern uns das Leben, weil wir nicht ständig neu überlegen müssen, was zu tun oder zu lassen ist. Doch regeln wir auch die sogenannten letzten Dinge? Bereiten wir uns auf das eigene Sterben vor? Fragen wir uns: Wie möchte ich bestattet werden? Soll es eine Feuer- oder eine Erdbestattung sein? Möchte ich ein Grab mit Grabstein, auf dem mein Name geschrieben steht oder bevorzuge ich eine anonyme Bestattung,

so dass niemand so genau weiß, wo ich bestattet wurde? Wie soll die Trauerfeier gestaltet werden? Gibt es Texte oder Musik, die mir wichtig sind? Soll mein Lieblingslied gespielt werden, wünsche ich mir, dass der Chor meiner Kirchengemeinde singt oder, oder?

Wenn die Kolleginnen und Kollegen vom Team Soziale Arbeit die erkrankten Menschen und ihre Angehörigen zuhause besuchen, um sie psycho-sozial zu beraten und zu begleiten, finden sie grob eingeteilt zwei Typen von Menschen vor. Die einen regeln auch diese letzten Dinge ganz genau und die anderen regeln diesbezüglich rein gar nichts. Die einen wollen da nichts dem Zufall überlassen, selbst bestimmen, selbst organisieren, sicher sein, dass es so gemacht werden wird, wie man es sich selber wünscht und vorstellt. Die anderen sagen sich: „*Das interessiert mich nicht mehr, da bin ich ja nicht mehr da. Da sollen sich meine Angehörigen drum kümmern.*“

Was die wenigsten Menschen tun, ist, darüber zu sprechen. Mit der Ehefrau, dem Partner, den Kindern, Geschwistern oder auch anderen nahestehenden Menschen, die zu einem gehören. Dabei wäre das so wichtig und hilfreich, insbesondere für die, die zurückbleiben. Nicht selten erleben wir, dass Angehörige wirklich keine Ahnung haben, was denn der Vater oder die Mutter oder gar der Ehepartner für eine Vorstellung diesbezüglich hatten. Und genau dieses Nichtwissen macht die ohnehin schwierige Situation nach dem Tod eines nahestehenden Menschen zusätzlich kompliziert. Denn die meisten Angehörigen haben das Bedürfnis, die Bestattung und alles was damit zusammenhängt, so zu gestalten, dass es der verstorbenen Person gefallen würde.



Andersherum kann es für die Tochter sehr schmerzlich sein, wenn sie nach dem Tod ihrer Mutter erfährt, dass diese eine anonyme Bestattung verfügt hat. Wie gerne hätte sie ein Grab gehabt, das sie aufsuchen, bepflanzen und pflegen kann, weil sie sich dadurch ihrer Mutter nahe fühlt. Andere wiederum fühlen sich mit der Aufgabe der Grabpflege überfordert, weil sie vielleicht ganz woanders wohnen, als der/die verstorbene Angehörige. Wenn hingegen in Familien und unter Freunden darüber gesprochen wird, was man sich wünscht, dann klärt sich manches ganz schnell. Gemeinsam können Lösungen gefunden werden, die für alle Beteiligten passen. Das erleichtert den beginnenden Trauerweg der Zurückbleibenden ungemein.

So erzählten mir Herr und Frau Müller, dass sie mit ihren beiden erwachsenen Töchtern darüber gesprochen haben, wie sie bestattet werden wollen, noch lange bevor Herr Müller erkrankte. Herr Müller dachte zunächst an eine einfache Steinplatte, die auf einer Wiese auf einem Friedhof an der Stelle niedergelegt wird, wo seine Urne bestattet werden würde. Der Vorteil aus seiner Sicht war, dass niemand mit der Grabpflege belastet wird. Die ältere

Tochter wohnt weit weg und könnte sich tatsächlich nicht um das Grab kümmern. Doch die jüngere Tochter, die ganz in der Nähe der Eltern lebt, befand, dass sie durchaus Freude an der Pflege eines kleinen Urnengrabes hätte. Das Gespräch liegt viele Jahre zurück. Herr Müller ist inzwischen verstorben. Und es zeigt sich, dass der Besuch auf dem Friedhof und die Pflege des kleinen Grabes auch für die noch lebende Ehefrau eine große Bedeutung haben.

Ebenso ist es für Angehörige sehr entlastend, wenn sie zumindest eine ungefähre Vorstellung davon haben, welche Lieder und Texte dem verstorbenen Menschen für die Trauerfeier gefallen würden. So erzählte Frau Müller ihren Töchtern – eher beiläufig – dass ihr eine bestimmte Musik eingefallen sei, die sie sich für ihre Trauerfeier wünsche. Deshalb sei sie zum Bestattungsinstitut gegangen, über das die Beerdigung bereits geregelt wurde, und habe dies vermerken lassen. Ergo müssen sich die Töchter beim Tod der Mutter nicht mehr den Kopf zerbrechen, welche Musik ihrer Mutter denn wohl auf ihrer Beerdigung gefallen würde.

Darüber hinaus kann es Menschen wichtig sein, dass ein bestimmtes Gedicht oder ein kleiner Text, der ihnen im Leben viel bedeutet hat, auf der Todesanzeige geschrieben steht. Was soll vielleicht sonst noch drinstehen und möchte ich eventuell, dass meine Verwandten und Freunde anstelle von Blumen und Kränzen eine Spende für einen von mir bestimmten guten Zweck entrichten? Auch das gilt es rechtzeitig zu kommunizieren und entlastet Angehörige, die ansonsten im Bestattungsinstitut stehen und irgendeinen Text auswählen müssen.

Neben all den Dingen, die rund um die Bestattung und die Trauerfeier geregelt und besprochen werden sollten, gibt es natürlich noch ganz andere Dinge, die zu regeln für



Und wenn wir hier schon davon sprechen, was es alles zu regeln gibt, dann fällt mir noch ein dritter Punkt ein. Immer wieder gibt es sogenannte Familiengeheimnisse, die nicht selten nur ein kleiner Teil der Familie überhaupt kennt. Oder auch ungelöste Konflikte und Streitigkeiten und keiner traut sich, die Dinge anzusprechen. Will ich das wirklich mit ins Grab nehmen? Was passiert, wenn Briefe (oder heutzutage auch e-mails) gefunden werden, die ein Geheimnis offenbaren? Wenn ich tot bin, kann mich niemand mehr dazu befragen. All das kann das Weiterleben der zurückbleibenden Angehörigen sehr belasten. Tausend Fragezeichen machen sich in den Köpfen breit und treiben ihr Unwesen. Ein klärendes Gespräch möglichst ohne Schuldzuweisungen über das, was in der Vergangenheit vorgefallen ist, über eigene Gefühle und Unzulänglichkeiten, über Verletzungen und Missverständnisse kann hier Seelenwunden heilen.

die Zurückbleibenden hilfreich wären. Aus meiner Erfahrung in vielen Gesprächen mit Zurückbleibenden werden diese allerdings selten geregelt. Es geht um die Frage: Was hinterlasse ich meinen Angehörigen, wenn ich sterbe? Und hiermit meine ich nicht in erster Linie ein materielles/finanzielles Erbe, wenngleich dies tatsächlich gut geregelt sein sollte, um Erbstreitigkeiten soweit wie möglich vorzubeugen.

Die wenigsten Menschen denken jedoch daran, ihren ganzen „Kleinkram“ aufzuräumen. Im Laufe eines Lebens sammelt sich viel an in einer Wohnung oder gar einem Haus. So manche Zeitgenossen entwickeln ja auch eine richtige Sammelleidenschaft für dies und das. Für Angehörige ist es durchaus entlastend zu wissen, dass das Haus oder die Wohnung, die sie auflösen müssen, nicht vollgestopft ist mit Dingen, die der verstorbene Mensch eh schon lange nicht mehr gebraucht hat. So kann es in einer bestimmten Lebensphase gut sein, gründlich auszumisten und dies nicht alles den Kindern oder Geschwistern zu überlassen.

Überdies vergessen wir Menschen auch allzu oft, uns zu sagen, was wir aneinander mögen und lieben. Solange wir leben, ist es dazu nie zu spät. Sätze der Liebe und Wertschätzung prägen sich ein, stärken uns, machen Mut und geben uns Zuversicht. So ist es mir ein Anliegen, Sie, liebe Leserin, lieber Leser, zu ermuntern, Ihre letzten Dinge zu regeln. Sie unterstützen damit die Zurückbleibenden, mit dem Verlust und der Erfahrung von Endlichkeit gut weiterzuleben.

In diesem Sinne möchte ich zum Schluss die Dichterin Mascha Kaleko zitieren:
*„Den eignen Tod, den stirbt man nur,
 doch mit dem Tod der anderen, muss man leben.“*



Ein verwirrendes Labyrinth

Von Michael Clausing, Bildungsreferent im CHV, Supervisor, Mediator, freiberuflicher Betreuer, ehrenamtlicher Sterbebegleiter

Was alles passieren kann, wenn wichtige Fragen am Ende des Lebens nicht geklärt sind, musste ich vor zwei Jahren auf drastische Art und Weise erfahren, als ich einen alten Freund begleitete.

Andreas war immer ein streitbarer und mutiger Mann gewesen. Er wusste, was er will, sagte das auch und hatte keine Angst, mit seiner Meinung anzuecken. Dadurch sorgte er in seinem Umfeld immer wieder für intensive Auseinandersetzungen. Ein charismatischer Mann mit starker Wirkung war er, der sein ganzes Leben ohne feste Beziehung verbracht hatte. Dafür spielte sein Freundeskreis eine wichtige Rolle: Er pflegte seine Freundschaften, egal ob zu Frauen oder zu Männern und hatte starken Einfluss auf seine Umgebung.

2022 bekam er die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs und behielt diese mit wenigen Ausnahmen für sich, was mich sehr überraschte. Nach intensiven Untersuchungen zeigte sich, dass die Erkrankung sehr fortgeschritten war, und er wurde palliativ behan-

delt. Die Ärztinnen sprachen offen mit ihm, er bekam Unterstützung durch ein SAPV-Team und konnte noch einige Zeit alleine in seiner Wohnung leben. Hier begleiteten ihn intensiv zwei Frauen aus seinem Freundeskreis und ich. Wir drei mussten ihm versprechen, mit keinem über seine Diagnose zu reden. Meine Überzeugung ist, dass jeder von uns das Recht auf seinen eigenen Weg in den Tod hat, aber dieses Versprechen trennte uns ab von jeder freundschaftlichen Unterstützung von außen. Der Corona-Lockdown hatte ohnehin die Kommunikation völlig durcheinandergebracht. „Meine Heilung steht unmittelbar bevor“, das war sein Glaubenssatz, den er wie ein Mantra immer wiederholte, die Fakten sprachen allerdings eine andere Sprache.

In der Folge lehnte er ab, Themen wie Vorsorgevollmacht, Testament oder Beerdigung in Angriff zu nehmen. Wie immer bei Andreas, war seine Begleitung ein intensiver und konfliktreicher Prozess. Die beiden Frauen gaben ihm viel an Unterstützung, Liebe und Akzeptanz. An dem gewünschten Schweigen trugen wir alle drei trotzdem schwer. Wir respektierten seinen Willen, aber er hatte drastische Konsequenzen, vor allem die Sprachlosigkeit machte uns zu schaffen. Immerhin waren wir miteinander gut in Verbindung.

Es kam der Zeitpunkt, wo das SAPV-Team Andreas zu Hause nicht mehr stabilisieren konnte, so kam er auf die Palliativstation. Dort verschlechterte sich sein Gesundheitszustand rapide. Trotzdem sprach er noch einen Tag vor seinem Tod von Heilung.

Als Freund war ich nach seinem Tod nun für alles verantwortlich und das ohne Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung oder ande-



Fotos: Inge Scheller



ren Unterlagen, die seine Wünsche eindeutig zum Ausdruck gebracht hätten. Was für Andreas stimmen könnte, musste ich mir auf andere Weise zusammensuchen. So tastete ich mich voran.

Zuerst schlug eine Welle der Überraschung und Verzweiflung über mir zusammen. Drei Tage war ich am Telefonieren, mit Freund*innen, die nicht verstehen konnten, warum er sich so zurückgezogen hatte. Sie fühlten sich brüskiert. „Warum denn nur?“, fragten sie zurecht. Darauf konnte ich keine Antwort geben. Auf Station hatte Andreas mich an seinem letzten Tag gebeten, alle zu benachrichtigen, wenn er doch sterben sollte. Aber wie? Keine Ahnung, wie ich an die Adressen rankommen sollte, die sich in seinem Handy befanden. Ich hatte Glück und fand auf einem Zettel den Zugangscode. Welches Bestattungsunternehmen und wie soll seine Beerdigung aussehen? Immerhin

erfuhr ich, dass er mit einer Freundin Spaziergänge in einem Friedwald gemacht hatte und beide das als friedlichen Platz empfanden.

Da ich nicht wusste, was er gewollt hätte, tat ich das, was ich mir als seinen mutmaßlichen Willen zusammenreimte. Das war sehr belastend für mich. Furchtbar, in seinen Schubladen und Kästen rumzukramen, um irgendwelche Hinweise zu finden.

Da es kein Testament gab, erbte die Familie, insbesondere sein Bruder, mit dem er völlig zerstritten war und seit Jahren keinen Kontakt pflegte. Die unverhoffte Erbschaft führte in der Folge zu einem Erbschaftskonflikt in der Familie, der auch heute noch schwelt. Der Bruder kam, schaute sich in der Wohnung um und stand vor den Bildern und unzähligen Tagebüchern von seinem streitbaren Bruder. Lesen? Verschenken, Wegwerfen?

Ich suchte Zuflucht in einer vermeintlichen Sachlichkeit, versuchte Schritt für Schritt Lösungen zu finden, aber in mir wuchs Ärger: Ich hatte alles auszubaden, nur, weil Andreas sich entschieden hatte, sich nicht mit seinem Tod auseinanderzusetzen. Ärger kam auch auf einen Freund hoch, der ihn in dieser Frage und in diese Richtung beeinflusst und bestärkt hatte. Die anderen Freunde wollten Antworten auf Fragen, doch ich hatte keine – und auch keine Lust auf Spekulationen. Vieles blieb schlicht offen. Eine Ratlosigkeit machte sich im gesamten Verwandten- und Bekanntenkreis breit, die wie ein dunkles Tuch über Andreas' Tod lag. Für mich war es das glatte Gegenteil von Befreiung! So konnte sich nichts auflösen oder bereinigen.



Fotos: Inge Scheller

Die Beerdigung konnten wir schließlich irgendwie umsetzen, aber auch hier entstand keine Verbundenheit, kein Loslassen. Zurück blieb ein großes Fragezeichen. Und das steht heute noch im Raum.

Viele Freund*innen kamen nicht zur Beerdigung und fühlten sich vor den Kopf gestoßen. Corona kam noch dazu. Bruder und Familie wirkten wie Statisten in einem Theaterstück, einer Inszenierung, die sie sich nicht ausgesucht hatten.

Irgendwann, einige Monate später, verschwand bei mir der Ärger, und es folgte eine tiefe Traurigkeit. Einerseits war mir Andreas' Vertrauen mir gegenüber sehr wertvoll. Er war ein wichtiger Mensch in meinem Leben gewesen. Gleichzeitig meldete sich in mir ein Schmerz über verpasste Möglichkeiten. So brauchte ich viele Gespräche mit guten Begleitern, um zu verarbeiten, was ich erlebt hatte. Das Erlebte wich so völlig von dem ab, was ich mir selber am Lebensende wünsche. Oft habe ich in Begleitungen erlebt, welche klärende Kraft sich in Sterbeprozessen entfalten kann. Hier war ich aber nicht als Sterbegleiter angefragt, sondern als Freund. Ich spürte in mir Dankbarkeit für die gemeinsame Zeit mit Andreas, für viele Impulse und Anregungen, ich erinnerte mich an schöne und intensive Erlebnisse. Deswegen war ich bereit gewesen, diesen letzten Weg auf seine Art mit ihm zu gehen.

Sollte eine vergleichbare Situation wieder eintreten, würde ich mir heute allerdings zweimal überlegen, ob ich ein derartiges Labyrinth der Verwirrung ein zweites Mal betreten würde. 

Gesundheitliche Vorausplanung

Von Monika Mühlbauer, Palliativfachkraft im Tagesangebot *Tandem* und im stationären Hospiz



2020 startete der CHV mit seinem hospizlichen Tagesangebot, das schließlich an einem zweiten Standort ausgeweitet werden soll. Es etablierte sich dafür die Bezeichnung *Tandem*. Dieses *Tandem* ist für Menschen gedacht, die an einer lebensbegrenzenden Erkrankung leiden. Spätestens bei solch einer Diagnosestellung beginnen sich die Betroffenen mit Themen wie der Patientenverfügung und der Vorsorgevollmacht zu befassen. Die Lebensbegrenzung, um die wir als Menschen grundsätzlich immer wissen, wird plötzlich konkret und drängend. Wie kann ich mich auf das, was auf mich zukommt, vorbereiten? Das Besondere dieses innovativen Hospizangebots ist die Aufweitung des Begleitzeitraums, das heißt, dass die Betroffenen schon ab der Diagnose ins *Tandem* kommen können.

Wir bieten den Besucher*innen des *Tandem* die Möglichkeit, sich durch eine qualifizier-

te Gesprächsbegleitung ausführlich beraten zu lassen und ihre Wünsche und Sorgen zu äußern.

Das sogenannte *Advance Care Planning (ACP)* ist ein neues Konzept, eine gänzlich neue Herangehensweise an die vorausschauende Ermittlung, Dokumentation und Umsetzung des Patientenwillens. Sie wurde in den 1990er Jahren in den USA entwickelt und ist mittlerweile in vielen westlichen Ländern erfolgreich und zunehmend verbreitet.¹ Dieses *ACP* hat das Anliegen, dass man künftig so behandelt wird, wie man sich das wünscht, auch wenn man sich nicht mehr selbst äußern kann.

Medizinische Behandlungen sollen Patienten-zentriert, also konsequent am Willen des Patienten orientiert sein. Was so selbstverständlich klingt, ist bei genauerem Hinsehen eine Herausforderung, die von der Realität weit entfernt ist.

Eine gewöhnliche, allgemeine Patientenverfügung ist oft nicht konkret genug. Die Betroffenen füllen diese Formulare häufig alleine aus, ohne Beratung. Deshalb wissen sie meist gar nicht genau, was sie da ankreuzen. Auch fehlt dabei der Prozess, die Wünsche mit den Angehörigen und dem Bevollmächtigten genau zu besprechen.

Bei *ACP* versucht man herauszufinden, wo die rote Linie ist, in welchem Zustand man nicht mehr weiterleben möchte und wo eben schon und welche medizinischen Behandlungen man für sein Weiterleben bereit ist in Kauf zu nehmen. Ganz besonders wichtig ist es dabei, sich die Frage zu stellen: Was bedeutet für mich Lebensqualität?

¹ vgl. zum Beispiel www.respectingchoices.org

ACP wurde 2015 im sogenannte Hospizgesetz erstmals in Deutschland gesetzlich geregelt.² Gemäß der Vereinbarung für die Umsetzung aus dem Jahr 2017 kann diese Beratung nur von ausgebildeten Gesprächsbegleiter*innen durchgeführt werden, wobei der Gesprächsprozess mindestens zwei Gespräche mit jeweils circa einer Stunde umfasst. Im *Tandem* wollen die meisten Besucher dieses Angebot annehmen.



Frau Maier, 61 Jahre alt, verheiratet, zwei erwachsene Kinder, war nicht berufstätig; Ovarialkarzinom mit Metastasen, Erstdiagnose Juni 2021, seit langem nur noch palliative Chemotherapie, keine kurative Therapie mehr möglich. Von April 2022 bis Dezember 2023 kam sie regelmäßig ins Tagesangebot.

Frau Maier erzählte viel von Zuhause und ihrer Heimat in Bosnien. Sie war vor ungefähr 20 Jahren nach Deutschland gekommen, und ihr Mann wollte nicht, dass sie arbeitet. Frau Maier: „Jetzt sind die Kinder aus dem Haus und ich habe nur noch meinen Garten. Der erinnert mich an meine Heimat, wo ich auch immer Gemüse angepflanzt habe. Mit meinem Mann und meinen Kindern kann ich überhaupt nicht über meine Erkrankung sprechen. Die sagen immer, das wird schon wieder. Aber ich weiß doch, dass es nicht mehr wird. Das ist auch völlig in Ord-

nung für mich! Ich will nur nicht völlig hilflos sein und lange leiden müssen. Solange ich noch in meinen Garten kann, will ich aber schon noch leben und kämpfen.“

Frau Maier hat bereits eine Patientenverfügung, in der steht, dass sie keine lebensverlängernden Maßnahmen will. Ich biete ihr an, eine *ACP*-Beratung mit ihr zu machen.

Im Laufe der Gespräche finden wir heraus, dass für Frau Maier das Wichtigste ist, in ihren Garten gehen zu können. Wenn das nicht mehr möglich sein sollte, will sie keine lebensverlängernden Maßnahmen mehr, bis dahin aber sehr wohl. Frau Maier macht weiter die Chemotherapie, sie bekommt öfter Antibiotika und hatte eine Not-OP bei Darmverschluss: alles lebensverlängernde Maßnahmen.

Durch diese Gespräche wird Frau Maier bewusst, ab wann sie wirklich keine Lebensverlängerung mehr will. Und genauso so haben wir das dokumentiert, ganz individuell nach ihren Wünschen und Bedürfnissen.

Im November 2023 hatte sich der Zustand von Frau Maier dann verschlechtert. Sie konnte nur noch wenige Schritte gehen und entschloss sich, die Chemotherapie, die ihr inzwischen sehr viel Lebensqualität nahm, zu beenden. Sie sagte: „Jetzt kann ich nicht mehr in meinen Garten, jetzt ist es gut!“

Der Gesprächsprozess war wesentlich, um den besten Weg der Betreuung und Versorgung für Frau Maier ebnen zu können. Sie verstarb ganz nach ihrem Willen im Dezember im Hospiz.

² § 132g Abs. 1 SGB V



Informationen

von Sepp Raischl, ehemaliger Vorstand und ehrenamtliche Redaktionsleitung

Patientenverfügung

Das Recht der Patientenverfügungen ist seit 2009 in §1901a ff des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB) geregelt. Danach sind schriftliche Patientenverfügungen für Ärzte und Pflegen- de verbindlich, wenn die darin getroffenen Festlegungen auf die aktuelle Lebens- und Behandlungssituation zutreffen.

Jede ärztliche Behandlung – auch zu diagnostischen Zwecken – bedarf der Zustimmung des Patienten. Ein entscheidungsfähiger Patient kann ärztliche Behandlung ablehnen, auch wenn diese Behandlung medizinisch sinnvoll (indiziert) oder sogar notwendig ist, um das Leben zu erhalten. Eine ärztliche Behandlung ist nur dann „indiziert“, wenn sie dem Patienten letztlich nützt, also ein vernünftiges Therapieziel vorhanden ist. Fehlt die medizinische Indikation, kann der Arzt die lebenserhaltende Behandlung auch ohne Patientenverfügung unterlassen.

Entscheidungsfähig ist ein Mensch, der die natürliche Einsichts- und Urteilsfähigkeit besitzt. Auch wer noch nicht oder nicht mehr geschäftsfähig ist, kann unter Umständen noch entscheidungsfähig sein. Wer allerdings die Konsequenzen seines Handelns nicht überblickt, ist auch nicht entscheidungsfähig. Die moderne Medizin ist in der Lage, menschliches Leben auch dann aufrecht zu erhalten, wenn wichtige Lebensfunktionen (z.B. Kreis-

lauf) ausgefallen sind. Im Akutfall sind die Patienten meist bewusstlos und können deshalb die Behandlungsentscheidung nicht selbst treffen. Sie haben aber das Recht, in einer Patientenverfügung vorab zu entscheiden, ob sie in einer bestimmten Krankheitssituation lebenserhaltende Maßnahmen wünschen oder nicht. Wenn diese Entscheidung nicht widerrufen wird, gilt sie grundsätzlich weiter und muss von den Ärzten beachtet werden, auch wenn der Patient nicht mehr kommunizieren kann.

Patientenverfügungen gelten nicht nur für die Sterbephase. Sie sollten aber auf Krankheits-situationen beschränkt bleiben, die mit hoher Wahrscheinlichkeit hoffnungslos (infaust) sind und vom Verfügenden auch überblickt werden können (z.B. Endstadium einer unheilbaren Krankheit, schwerste Hirnschädigung bei Dauerkoma oder Demenz). Die Patientenverfügung ist nur verbindlich, wenn die Krankheits-situation, für die sie gelten soll, genau beschrieben ist.

Patientenverfügungen **schriftlich** zu erstellen ist sehr sinnvoll, **Datum und eigenhändige Unterschrift** sind zwingend notwendig. Eine notarielle Beurkundung der Patientenverfügung oder eine Beglaubigung der Unterschrift ist nicht gefordert. Die Patientenverfügung ist nur mit Unterschrift verbindlich. Eine fachkundige Beratung durch Ärzte oder andere Experten wird empfohlen, ist aber nicht zwingend. Zweckmäßig ist es auch, die Patientenverfügung in Abständen erneut zu bestätigen oder falls der Wille geändert wurde, diesen in einer neuen Verfügung fest zu schreiben.

Mündlich überlieferte Behandlungswünsche sind nicht unwirksam, müssen aber erst als der (mutmaßliche) Wille herausgearbeitet werden. Der Vertreter des Patienten hat diese Wünsche bei seiner Behandlungsentscheidung zu berücksichtigen.

Foto: Inge Scheller

Vorsorgevollmacht

Es ist unmöglich, für alle denkbaren Krankheiten vorab Behandlungswünsche festzulegen. Deshalb sollte man außerdem in einer Vorsorgevollmacht einen Vertreter (Bevollmächtigten) einsetzen, der im Ernstfall die Behandlungsentscheidung im Sinne des Patienten trifft.

Es gibt zwei Möglichkeiten der Vertretung:

- durch einen **Betreuer** (früher Vormund genannt), der vom Betreuungsgericht eingesetzt und überwacht wird (gültig ab Beschluss des Betreuungsgerichts).
- durch einen **Bevollmächtigten**, der vom Vollmachtgeber selbst gewählt wird (gültig ab Unterschrift).

Die Einsetzung eines Bevollmächtigten, der oder die die Wünsche und Wertvorstellungen des Vollmachtgebers kennt, ist eine wichtige Ergänzung der Patientenverfügung. Eine Gesundheitsvollmacht reicht aber in der Regel nicht aus, um den Patienten in allen Bereichen des täglichen Lebens vertreten zu können. Eine umfassende Vollmacht, die auch die Bereiche Finanzen, Behördensachen usw. beinhaltet, ist stets zweckmäßig. Eine Generalvollmacht („Ich bevollmächtige Herrn X in allen Angelegenheiten“) ist nicht ausreichend, weil das Gesetz vorschreibt, dass bestimmte Angelegenheiten in der Vollmacht ausdrücklich genannt sein müssen. Auch wenn in der Vollmacht das Verfügungsrecht über Konten und Depots enthalten ist, verlangen Banken oft eine zusätzliche Kontovollmacht (auf bankeigenen Vordrucken), weil sie verpflichtet sind, die Identität des Bevollmächtigten an Hand eines Personalausweises festzustellen.

Vollmachten sollten stets schriftlich erteilt werden. Wenn vorgedruckte Muster verwendet werden, genügen Ort, Datum und eigenhändige Unterschrift. Außerdem ist eine **Beglaubigung** notwendig, soll der Bevollmächtigte

Immobilien (auch Eigentumswohnung) erwerben und veräußern dürfen. Dagegen ist eine **notarielle Beurkundung** (nur beim Notar) notwendig, wenn der Bevollmächtigte zur Aufnahme von Darlehen berechtigt sein soll. Zur Verwaltung und Vermietung von Grundbesitz berechtigt die unterschriebene Vollmacht.

Hierzu gibt es zwei gleichgestellte Varianten:

- Notarielle Beglaubigung (Notar)
- Öffentliche Beglaubigung (Urkundsbeamter der Betreuungsstelle)

Der Bevollmächtigte kann nur handeln, wenn er die Vollmacht im Original vorlegen kann. Deshalb sollte man die Vollmacht entweder dem Bevollmächtigten gleich aushändigen oder an einem vereinbarten, leicht auffindbaren Platz aufbewahren. 🌈

Empfohlene Muster und Broschüren

Bayerisches Staatsministerium der Justiz (Hg; 2023, 21. Auflage) **Vorsorge für Unfall, Krankheit, Alter durch Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung.**
München: C.H.BECK



Landeshauptstadt München – Amt für Soziale Sicherung (2023) **Vorsorge durch ... Vollmacht ... Betreuungsverfügung ... Patientenverfügung**
Formularsatz der Münchner Betreuungsstelle



Formularsatz (PDF), den man auch digital ausfüllen und speichern kann. (Zugriff: 02.09.2024)

Vom Glück des Findens

Ingrid Pfuner, Hospizhelferin, ehrenamtliches Redaktionsmitglied im Gespräch mit Inge Scheller, Aufsichtsrätin und ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Der Naturphilosoph Ralph Waldo Emerson sagt: „Was hinter uns und vor uns liegt, ist nichts, verglichen mit dem, was in uns liegt.“ Hängt das, was in uns liegt, auch an den Dingen, die uns umgeben? Und wenn – wann müssen wir anfangen, loszulassen? Bleiben uns dann trotzdem die Erinnerungen, die wir behalten möchten?

Inge Scheller gehört zu den Menschen, die dem Christophorus Hospiz Verein seit 1988 verbunden sind. Menschen, die mit tatkräftiger Unterstützung, u.a. auch im Aufsichtsrat des CHV, im persönlichen wie auch oft im finanziellen Bereich die Idee des CHV von den Anfängen bis heute mittragen.

Auf meine Frage, wann die Idee entstand, in eine Seniorenresidenz zu ziehen, wenn man mit vielfältigen Aktivitäten noch so mitten im Leben steht, bekomme ich die überraschende Antwort, dass sie das nicht lange geplant oder überlegt habe. Die Anregung einer Bekannten, dass man das überlegen sollte, wenn man noch agil und selbstbestimmt entscheiden könne, um im Notfall Hilfe zu bekommen, war der Auslöser. Eine eigene Wohnung, die gewohnte Freiheit, das jetzige Leben fortzuführen war wichtig, aber auch für den Fall der Fälle Unterstützung unproblematisch anfordern zu können. Dann ging alles ganz schnell von der Idee, der Empfehlung, der Beratung und dem Vertrag für eine Wohnung in einer Seniorenresidenz. Da es sich um einen neu erbauten Wohnkomplex handelte, zog sich der Umzugstermin noch einige Monate länger als geplant hinaus, sodass das Sichten, Sortieren und Einpacken von einer größeren Wohnung in eine etwas kleinere mehr Zeit bekam.

Im Laufe unseres Gespräches erfahre ich, dass umziehen, neu anfangen und damit ein- und auspacken im Laufe eines langen Lebens für Inge Scheller nichts Neues sind. Es prägt ihre Biografie – aber macht es das einfacher? Und was musste immer mit? Inge Scheller erzählt: „Ich bin von Haimhausen nach Dietersheim umgezogen, aber schon in Haimhausen habe ich aus meinem früheren Leben zwei Umzugskartons mitgenommen, aber nie ausgepackt. Ich habe immer gehofft, dass ich dazu mal Zeit habe, aber zu den zwei Kartons sind im Lauf der Zeit noch zwei weitere dazugekommen. Als ich im vergangenen Jahr – jetzt vermutlich zum letzten Mal – dann wieder vor einem Umzug stand, habe ich beschlossen, jetzt wird nachgesehen, was ich in diesen Kartons aufbewahrt habe. Ich habe die Kartons immer mitgeschleppt, aber all die Jahre nie reingeschaut.“ Sie beschloss, alle Kartons gründlich zu durchsuchen und was für sie nicht mehr wichtig erschien, endgültig zu entrümpeln. Es war eine mühselige Arbeit und kostete einiges an Zeit, aber sie hoffte, vielleicht Post von Gisela zu finden. Ein Name aus der Vergangenheit, der doch für Inge Scheller so viel beinhaltete: „All die Jahrzehnte habe ich eine Freundin vermisst, die ich aus den Augen verloren habe, irgendwann in den 80er Jahren. Wir kennen uns aber seit 1959 und waren damals in Weiden wirklich sehr gut befreundet. Wir waren sogenannte beste Freundinnen und hatten auch danach noch viele Jahre Kontakt. Auf einmal war Funkstille. Ich bin wieder umgezogen und sie ist umgezogen und dann war keine Adresse mehr da. Aber sie ist mir nie wirklich aus dem Kopf gegangen. Ich habe von ihr geträumt, war traurig und wusste nicht, wie ich sie wiederfinden konnte.“

Nach dem Abschluss ihrer Lehre mit dem Gesellenbrief suchte sich Frau Scheller eine



neue Stelle und landete 1959 in Weiden in der Oberpfalz. Hier begann die innige Freundschaft mit Gisela, da beide in einem Mädchenwohnheim der Arbeiterwohlfahrt zusammenwohnten. Die enge Freundschaft mit Gisela war über einige Jahre präsent, aber irgendwann kam das Leben dazwischen und man verlor sich. Frau Scheller kann – wie das so oft passiert im Laufe der Zeit – gar nicht mehr sagen, wann und warum man sich verlor. Aber sie vermisste Gisela immer und sie spürte den Verlust über die Jahrzehnte.

Inge Scheller ist Fotografin und so gab und gibt es ein umfangreiches Bildarchiv. Von den vielen Alben, die früher angelegt wurden bis zur digitalen Speicherung heute. Im letzten Karton im Keller fällt ihr ein Bündel Briefe in die Hände. Sie sieht ein Kuvert, erkennt die Schrift von Gisela. Es ist eine Weihnachtskarte von 1988. Auf der Rückseite steht der Name und sogar eine Adresse in München. Sie schaut weiter und findet – welche Freude, wie sie sagt – noch weitere Post mit Fotos. Frau Scheller zeigt mir ein Foto aus dem Karton. Ein schönes Portraitfoto von Gisela, das Inge 1960 damals in Weiden auf Wunsch von Gisela gemacht hat. Jetzt ist die Vergangenheit auf einmal wieder ganz nah.

Auf dem Briefumschlag stand eine Adresse – eine Adresse von 1988 und die war nur dreieinhalb Kilometer weit entfernt von ihrer Wohnung. Konnte diese Adresse nach so vielen Jahren noch stimmen? Und hier kommt das Schicksal ins Spiel, das kann man wirklich

so sagen. Es ist ein Tag vor dem Umzug in die Seniorenresidenz und Inge Scheller fährt los. Sie findet den großen Wohnhausblock, die Hausnummer stimmt noch und unglaublich: Auf dem Klingelschild stehen die Namen von Gisela und ihrem Mann! Einmal die Straße entlanglaufen, überlegen, ob man nach Jahrzehnten einfach so klingeln kann und dann geht Inge Scheller zurück und klingelt. Es ist Sonntag um drei Uhr und sie denkt „mehr als wegschicken kann sie dich ja nicht – aber wir sind ja nicht im Bösen auseinander“. Die Tür geht auf, eine Treppe hinauf, eine Stimme ruft um die Ecke „Ja, bitte?“ und sie stehen sich gegenüber. Frau Scheller erzählt, dass sie Gisela sofort erkannt habe. Gisela hingegen überlegt „Zu wem wollen Sie bitte?“ und Inge Scheller sagt „Zu Dir, Gisela“. Auf die erstaunte Frage „Wer sind Sie?“ heißt es „Ich bin's, die Inge aus Weiden“ und beide fallen sich in die Arme. Und – denken wir an Schicksal – auch Gisela erzählt, dass sie Inge, ihre beste Freundin von damals, immer vermisst und an sie gedacht hat. Beide lebten über Jahrzehnte im selben Viertel, haben sich immer vermisst und sind sich doch nie über den Weg gelaufen.

Gisela zeigt ihr während des Gesprächs dasselbe schöne Portraitfoto, das auch Frau Scheller in dem Karton gefunden hatte. Es steht bis heute in ihrem Schlafzimmer. In den folgenden zwei Stunden erzählen sich die beiden Freundinnen das Wichtigste aus den vergangenen Jahrzehnten. In diesem Gespräch geht Gisela ins Schlafzimmer und kommt mit einigen Fotos zurück, auf denen beide im Mädchenwohnheim zu sehen sind. Es war ein Dreibettzimmer und die Dritte war Helga, an die Frau Scheller auch immer noch denkt, die sie aber nie wiedergefunden hat.

Jetzt findet die innere Suche in der Umarmung zweier Freundinnen nach 35 Jahren ein glückliches Ende.

Karoline Nuckel / Samad Berdjas: *Wer im Jetzt lacht, lebt am besten. Unser Wunschzettel für die Zeit, die uns bleibt.*

Die meisten von uns sind sich der eigenen Endlichkeit im Klaren – irgendwie, irgendwann. Karoline Nuckel ist Anfang 30, als bei ihr Darmkrebs diagnostiziert wird und Mitte 30, als sie nach zwei Jahren erschöpfender Behandlungen erfährt, dass sie an dieser Erkrankung und ihren Folgen sterben wird. Nicht heute oder morgen, aber innerhalb der nächsten fünf Jahre. *Wer im Jetzt lacht, lebt am besten* ist auch wegen seiner Offenheit, seiner Frische, seines Mutes ein lesenswertes Zeugnis über die großen Fragen des Lebens. Wie funktioniert das mit der Endlichkeit? Was ist wirklich wichtig im Leben? Wie wollen wir unsere Zeit verbringen? Was zählt? Wahrscheinlich beantwortet jeder diese Fragen etwas anders – hier kann man Nuckel und ihren Lebenspartner Samad Berdjas bei der Beantwortung dieser Fragen begleiten.

Nuckel und Berdjas haben das Buch gemeinsam verfasst und ihre unterschiedlichen Stimmen und Perspektiven tragen den Text. Sie erzählen im Wechsel, lose zeitlich, aber auch thematisch gegliedert. Beide sind lebensfroh und wie Berdjas einmal formuliert „Zwei Menschen, die beide gerne aufs Gaspedal treten“, lernen sich in Berlin kennen und wollen vom Leben zunächst einmal vor allem Spaß – wichtige Entscheidungen können ja auch noch später getroffen werden. Ein Hedonismus, der am Beginn des Buches

in unterschiedlichen Stimmen, aber doch von beiden geschildert und hinterfragt wird. Durch diese offene Schilderung bekommt der Leser eine Idee von der wunderbaren Leichtigkeit des Seins dieses Paares.

Eine Leichtigkeit, die mit der Diagnose und der sich unmittelbar anschließenden Behandlung von einem Tag auf den anderen in Turbulenzen gerät. Berührend ist, wie Berdjas schildert, dass der behandelnde Arzt ihn alleine sprechen will, um die Wichtigkeit des privaten Rückhaltes zu verdeutlichen und abzuklopfen, wie stabil die Beziehung der beiden ist.

Nuckel konfrontiert sich und den Leser mit der Wahrnehmung des geschundenen Körpers. Vor Kurzem war sie noch eine junge Frau auf der Höhe ihrer Kräfte, voller Energie, nun sieht sie im Spiegel eine gezeichnete, ausgezehnte Variante ihrer selbst. Wer ist sie, wenn ihr Körper sich jenseits der eigenen Kontrolle derartig verändert? Wie fühlt man sich im eigenen Körper? Warum war der Blick auf sich selbst so selbstkritisch? Wie sehr kann eine Perücke helfen, sich selbst anders wahrzunehmen? Spielerisch gelingt der Umgang mit unterschiedlichen Perücken für unterschiedliche Lebenssituationen – es kann, aber es muss nicht. Der Text fokussiert immer wieder auf die Sinnlichkeit – wie genau schmeckt und erfrischt



Knaur Verlag, 2023
ISBN: 978-3-426-28631-9
Preis Taschenbuch: 17,00 Euro

ein Eistee mit Zitrusfrüchten an einem heißen Tag? Auf welche Speise hat man jetzt gerade Lust?

Was Vorhaben und Pläne angeht, verleiht die Diagnose Nuckel und Berdjas ungeahnte Tatkraft, lange gehegte Pläne umzusetzen: „Die Krankheit hatte uns Beine gemacht. Aufhören mit Warten und Verschieben.“ Die beiden erstehen einen Garten mit Datsche bei Berlin, Nuckel macht Paragliding und lässt sich mit Freundinnen tätowieren. Beide steigen in ein Hausprojekt in Brandenburg ein. Nuckel will etwas von ihrem Leben hinterlassen.

Gleichzeitig berichten beide auch von dunklen Stunden, dem Umgang mit Angst und Wut, mit Schmerzen, Ausgeliefertheit und Ärzten, die weniger empathisch sind als die

behandelnde Onkologin oder der zu Beginn genannte Chefarzt. Die Fakten werden meist mit einem ironisch-gebrochenen Unterton geschildert, der verhindert, dass die Schwere überwältigt. Nuckel ist im Bereich Darmkrebs familiär vorbelastet und erste Symptome wurden von einer Ärztin nicht richtig eingeordnet, sie selbst war sich des Risikos nicht bewusst. Man könnte bitter werden und verständlich wäre es.

Die negativen Auswirkungen der Krankheit auf Partner und Partnerschaft werden auch am Beispiel eigener Kinder demonstriert. Berdjas hat eine Tochter aus einer früheren Beziehung, die 50 Prozent der Zeit bei den beiden lebt, gemeinsame Kinder waren geplant, aber stets verschoben. Die Traurigkeit darüber, eine Chance verpasst zu haben, verspüren beide – die Last, dafür verantwortlich zu sein, Nuckel. Beeindruckend und beklemmend ist der Teil des Textes, in dem Berdjas an seine Grenzen kommt, der Kräfte, dass sich alles um seine Partnerin und deren Krankheit dreht und drehen muss. Wie viel Kraft eine solche Situation die Angehörigen kostet und wann eine Grenze zu einem unrealistischen Heroismus kommt, wird an dieser Stelle erahnbar.

Die Überforderung zeigt sich auch im finanziell-Existenziellen. All die Wünsche, der Lebensstil kosten Geld. Nuckel kann irgendwann nicht mehr arbeiten und die Erwerbsminderungsrente liegt bei 500 Euro. Ganz konkrete Schwierigkeiten mitten in einer Zeit, in der sie jede Form von Ablenkung und Leichtigkeit so nötig hat. Ein Coach gibt einen entscheidenden Rat: „Loszulassen von falscher Scham“ und Nuckels Eltern um finanzielle Unterstützung zu bitten: „Wenn Geld hilft, dann werden Ihre Eltern froh sein, einen Beitrag leisten zu können.“ Ein weiser Rat – das kausale „wenn“ und die Gewissheit, dass Menschen denjenigen, die sie lieben, helfen möchten.

Immer tiefer zieht der Text den Leser in die Krankheit, die Zeit schreitet voran und es wird nötig, konkrete Vorsorge für Pflege und Sterben zu machen. Die behandelnde Ärztin schlägt ein Hospiz vor, Nuckel sucht auch bereits einen Platz im Friedwald für sich aus, Berdjas reserviert selbstverständlich den Platz daneben. Der Leser hat einen Kloß im Hals.

Die Leichtigkeit verflüchtigt sich und macht etwas anderem Platz. Nuckel und Berdjas mussten sich entscheiden: Sie haben sich für einander entschieden und dafür, das Leben so intensiv zu leben, wie es möglich ist. Stets präsent im Hier und Jetzt mit so viel Freude und Lachen wie möglich. 

Buchbesprechung

Von Angelika Westrich, ehemalige Geschäftsführerin und ehrenamtliches Redaktionsmitglied

Janine Berg-Peer:

Wer früher plant, ist nicht gleich tot

Locker und leicht lesbar beschreibt Frau Berg-Peer in den circa ersten einhundert Seiten dieses Buches die unterschiedlichsten Annahmen, An- und Einsichten, die ältere Menschen tatsächlich haben können, aber ihnen oftmals auch nur zugeschrieben werden. Als selbst ältere Frau (geboren 1944) und ehemalige Unternehmensberaterin schildert sie viele Situationen zu Themen wie Gesundheit, Finanzen, oder zu Heim-Vorhalten. Aber auch die Situation der Kinder in Bezug auf ihre Eltern und Großeltern werden benannt, wenn es zum Beispiel um deren Unterstützung bei Pflege und Sterbeprozessen geht oder wie man im Internet zu Tipps und Ratschlägen z.B. für das „richtige Verhalten“ gegenüber dem Medizinischen Dienst bei der Einstufung des Pflegegrades (wichtig für die Kostenübernahme) gelangt. Sie benennt Entscheidungskriterien für oder gegen einen Rollator versus Gehstock. Ihre meisten Beispiele zu Pflege, Wohnen, Vor-

sorge- und Patientenverfügungen zeigen, dass es Durchsetzungskraft, „Kampfgeist“ und Selbstbewusstsein braucht, um annähernd das Ziel meiner Vorstellungen, Wünsche und Bedürfnisse zu erreichen. Ein vermutlich guter Tipp: Eine Mitgliedschaft im Sozialverband VdK, die eine Rechtsschutzversicherung einschließt und kein allzu großes Loch in den Geldbeutel reißt. Heilmittel, Rollatoren, Badewannenlifter oder ein seniorengerechter Badezimmer-Umbau kosten Geld, das durch Krankenkassen auf Antrag bezuschusst werden kann, aber auch oft „erkämpft“ werden muss. Dies gilt auch für Gehstöcke, Rollatoren und andere medizinische Hilfsmittel wie z.B. Spezialschuhe, die maßgefertigt werden müssen. Man erfährt aber auch, was eine Krankenkasse nicht zahlt, z.B. den Transport zum Augenarzt. Die Autorin rät: Augen auf bei der Kassenwahl, aber frühzeitig. Es gibt z.B. Krankenkassen-Rollatoren, die von der Zeitschrift

„Warentest“ die schlechteste Bewertung bekommen, weil sie wackelig sind, man sich beim Zusammenklappen einklemmt oder die extrem schwer sind und ihre kleinen, instabilen Rädchen für jede Bordsteinkante eine Herausforderung darstellen.

Ein umfangreiches Kapitel widmet die Autorin dem Alterswohnsitz und wie man ggf. ein gutes Heim von einem weniger guten unterscheiden kann – der Pflege-TÜV des MDK (Medizinischer Dienst der Kassen) verteilt Noten. Allerdings gibt es „nur“ Gesamtnoten, die pflege- und verwaltungsbezogene Kriterien einschließen. Ein passenderes Beurteilungssystem soll noch eingeführt werden.

Für die Entscheidung über den Verbleib in der eigenen Wohnung oder lieber der Umzug in ein Alten- oder Pflegeheim bzw. in die heute angepriesenen Residenzen mit Luxusbetreuung, Schwimmbad, Fitnessräumen und Kulturprogramm ist ausschließlich der Geldbeutel zuständig. Hier zeigt sich die soziale Spaltung der Gesellschaft sehr deutlich. Das gilt auch bei der Auswahl eines zukünftigen Alterswohnsitzes (Ein- oder Zweizimmerwohnungen mit/ohne Balkon). Nach Möglichkeit sollte man vor einer Umzugs-Entscheidung ein Probewohnen vereinbaren. Und natürlich gibt es Alternativen: Altenwohngemeinschaften können für den, der das mag, ideal sein. Aber habe ich tatsächlich ein ausgeprägtes Bedürfnis nach Gemeinsamkeit?

Eine andere Möglichkeit ist ein Co-Housing (z.B. junge Studierende, die bei mir wohnen), aber auch ein Wohnungstausch oder, der neue Trend, Leben auf einem Bauernhof auf dem Dorf.

Etwas Passendes zu finden, kann schwierig bis unmöglich sein. Die Autorin beschreibt weitere Lösungen, die vermutlich aber nur in

Einzelfällen greifen. Und sie empfiehlt, spätestens mit sechzig Jahren anzufangen, über seine Wohnsituation nachzudenken!

Im Kapitel 7 geht es ausführlich um Demenz und die Wahrscheinlichkeit, daran zu erkranken. Da wir heute deutlich älter werden, leiden dann ggf. auch mehr von uns Alten an dieser Krankheit. Tests dazu kann man machen, aber dann muss man auch mit dem Risiko des Ergebnisses umgehen wollen. Die speziellen Heime und Einrichtungen für Demenzerkrankte haben unterschiedliche, oft abgestufte Betreuungskonzepte. Ein psychobiografisches Pflege- und Betreuungsmodell scheint ein guter Weg zu sein für den menschengerechten Umgang mit älteren und/oder erkrankten Menschen.

Eine weitere Überlegung ist: Wie kann ich sicher stellen, dass mein Wille beachtet wird. Eine Patientenverfügung und zusätzlich eine



Goldmann Verlag, 2023
ISBN: 978-3-442-14240-8
Preis Taschenbuch: 12,00 Euro



ausfertigen und unterschreiben, ggf. auch eine zusätzliche Vorsorgevollmacht für ihre Kinder oder andere vertrauten Personen, wenn ich selbst nicht mehr für mich sprechen kann. Ein wohlüberlegtes Testament (handschriftlich bzw. notariell) hilft, Erbstreitigkeiten nach meinem Tod zu verhindern.

Die letzten Kapitel drehen sich um das, was unmittelbar nach meinem Tod getan werden muss. Oft sind mehrere Ausfertigungen der Sterbeurkunde für diverse Dienste und Behörden etc. hilfreich.

Bewusst Abschied nehmen heißt: Meine Wohnungsgegenstände wie Vasen, Bilder oder das Tafelsilber können vielleicht schon teilweise vor meinem Tode an interessierte Angehörige und/oder Freunde weitergegeben werden. Der Rest, aber auch Bücher kommen in große Kartons für Internetverkäufe/Trödelmarkt etc. Soziale Einrichtungen, die sogenannte Kaufhäuser betreiben, sind Abnehmer für vieles.

Das letzte Kapitel widmet sich den Überlegungen: Beerdigung, aber wie? Mein Körper als Vermächtnis an die Pathologie? Und überhaupt: Wo sterben? Daheim, in einem Hospiz oder in einer Palliativeinrichtung? All das sind keine sehr angenehmen Gedanken, aber sie geben mir die Zuversicht, dass nach meinem Tod vieles nach meinen Vorstellungen und Wünschen ablaufen kann.

Dieses Buch schneidet viele wichtige, meist noch zurückgedrängte Themen unseres Lebens an und beim Lesen wird deutlich, dass es sehr viel zu bedenken und zu entscheiden gibt, ehe wir diese Erde verlassen. „Packen wir es an“, unsere Hinterbliebenen werden einst dankbar sein für unser vorausschauendes Planen und Handeln. 🌈

Fotos: Inge Scheller

Auch das ist Kunst,
ist Gottes Gabe,
aus ein paar sonnenhellen Tagen
sich so viel Licht ins Herz zu tragen,
dass, wenn der Sommer längst verweht,
das Leuchten immer noch besteht.

Johann Wolfgang von Goethe (1749–1832)



Johannes Seibold



Seit Mai 2024 bin ich von der *Erzdiözese München und Freising* im Umfang einer halben Stelle zur Seelsorge im CHV beauftragt. Mein Arbeitsschwerpunkt liegt im stationären Hospiz. Darüber hinaus bin ich aber auch für die Fortbildung von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen im Bereich *Spiritualität* zuständig.

Über 30 Jahre lang war ich als Gemeindereferent in Pfarrverbänden tätig, zudem viele Jahrzehnte im Schuldienst und habe 2015 die Begleitung der *Katholischen Landvolk Bewegung* (KLB) in der Diözese übernommen. Seit einigen Jahren gestalte ich die *Thementage zu Ethik und Spiritualität* in der Ausbildung von Hospizhelfer:innen im Landkreis Pfaffenhofen an der Ilm. Die Musik spielt sowohl privat als auch in meiner beruflichen Tätigkeit eine große Rolle. Meiner Erfahrung nach ist Spiritualität ein Bedürfnis der

allermeisten Menschen, bei manchen eher kirchlich geprägt, bei anderen sehr individuell gefasst. Alles gilt, und alle Fragen sind gleich bedeutsam, insbesondere in der letzten Lebensphase. Den Menschen, die uns anvertraut sind, können wir nur mit einer großen Weite unseres Herzens und unseres Denkens gerecht werden. Das gilt auch für einen queersensiblen Umgang miteinander, der für mich in den vergangenen Jahren immer mehr an Bedeutung gewonnen hat.

Zum Schluss noch ein paar Zeilen zu mir persönlich: Ich bin Jahrgang 1963, verheiratet und habe drei erwachsene Kinder mit Familien und Enkelkindern. Ich wohne in Scheyern, etwa 50 km nördlich von München. Meine Wurzeln liegen im Fränkischen und in Südtirol. In meinem ersten Beruf war ich Zimmerer, habe aber auch ein paar Sommer lang eine Alm mit Jungvieh und Milchkühen bewirtschaftet, und so pflege ich auch weiterhin eine intensive Verbindung zum Handwerk und zu den Bergen.

Über die Mailadresse seibold@chv.org bin ich gut zu erreichen.

Meine Präsenztage im stationären Hospiz sind in der Regel **Dienstag & Donnerstag**.

Fotos: privat, Maria Austen

Sarah Bartholomäus

Seit Februar 2024 bin ich für die *Fachstelle Palliativversorgung in der stationären Altenhilfe in Stadt und Landkreis München* tätig. Als gelernte Altenpflegerin habe ich ambulant, stationär und in der Psychiatrie berufliche Erfahrungen sammeln dürfen und ein Studium als Pflegewissenschaftlerin rundete mein theoretisches Wissen ab. Seit 2015 lebe ich in München und habe im Qualitätsmanagement sowie als Pflegedienstleitung in der stationären Altenhilfe gearbeitet. In der letzten Tätigkeit war ich für den größten Pflegeberufsverband in Deutschland, dem *DBfK*, als Bildungsreferentin tätig.

Ich bin humorvoll, neugierig und offen für Neues und lebe ganz nach dem Motto: Ich bleibe ruhig und entspannt, denn in der Ruhe liegt die Kraft!



Claudia Hettmann

1991 bin ich frisch von der Fremdsprachenschule von einer badischen Kleinstadt in die Großstadt München gezogen. Mehr als 30 Jahre habe ich da in einem großen Medienunternehmen gearbeitet und dort in einer Zeitschriftenredaktion mehrere Ressorts durchlaufen. Durch diesen internen Wechsel wurde es trotz dieses langen Zeitraums nie langweilig. Leider war auch unser Verlag von den vielen wirtschaftlichen Krisen betroffen, so dass ich mich nochmals neu orientieren musste. Auf meinem Arbeitsweg bin ich jeden Tag am CHV vorbeigekommen, und es war wie eine Fügung, dass hier eine Stelle in der Verwaltung für den Bildungsbereich ausgeschrieben war. Seit April 2024 bin ich hier und sehr dankbar, dass ich die Gelegenheit habe, in einem Unternehmen mit einem so sinnstiftenden Hintergrund zu arbeiten.

Mich selbst würde ich als flexibel, interessiert, empathisch und humorvoll bezeichnen.



Petra Hintermaier

Am 01. Oktober 2023 startete ich meine Tätigkeit als Krankenschwester im Team des stationären Hospizes.

Zuletzt war ich 8 ½ Jahre im *Krankenhaus Agatharied* als stellvertretende Bereichsleitung und Leitung der Palliativstation tätig. Meine Ausbildung habe ich 1987 beim *Bayerischen Roten Kreuz (BRK)* absolviert. Seit 2007 bin ich Palliative Care-Fachkraft und übe diese Tätigkeit mit sehr viel Herzblut aus. In zahlreichen Fort- und Weiterbildungen habe ich meinen Wissensstand stets aktualisiert und erweitert.

Ich würde mich als ruhig, strukturiert und aufgeschlossen bezeichnen. Meine Freizeit verbringe ich viel in der Natur, auf dem Rad, meinem Stand-Up Paddle (SUP) und in den Bergen.

Marianne Meyer

Seit Januar 2024 bin ich die Fachbereichsleitung *Ehrenamt und Soziale Arbeit*. Ehrenamtliches Engagement kenne ich selbst und es begleitet mich auch mein gesamtes berufliches Leben: 15 Jahre mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen bei der *Erzdiözese München und Freising*, zehn Jahre bei der *Aktion Jugendschutz Bayern e.V.* mit engagierten Eltern in ganz Bayern. Studiert habe ich Soziale Arbeit an der *Katholischen Stiftungsfachhochschule München* ergänzt durch den Master *Interkulturelle Bildung* an der *Hochschule für Philosophie der Jesuiten*.

Ich bin ein neugieriger Mensch mit Humor und Gelassenheit und für neue Ideen immer zu haben.



Fotos: Maria Austen, privat

Das wachhaltende Rätsel des Antlitzes des Anderen – Praktikum im Christophorus Hospiz München

Von Oliver Grauer, Student an der philosophischen Hochschule München



Alles wirkliche Leben ist Begegnung.

Martin Buber (1878 - 1965)

Mein Praktikum bestand aus jeweils zwei Wochen im stationären Hospiz und im ambulanten Care-Team im Winter 2023. Neben dem Selbststudium von Literatur ging ich philosophischen Interviews mit Personen aus allen Fachbereichen nach. Um das Bild abzurunden, war ich innerhalb der vier Wochen bei den Teamsitzungen, dem Hausforum, einer Gedenkfeier für Angehörige der Verstorbenen, zu einem Weiterbildungsvortrag am *Klinikum rechts der Isar* zum Thema

Angst und stand mit weiteren Personen des Hauses, so auch mit einem der Vorstände im Austausch.

Einbringen wollte ich Fähigkeiten aus einem Existentialismus-Seminar, der Phänomenologie und vor allem aus einem Medizinethik-Seminar; in letzterem hatte ich Fragen zum Lebensende und dem assistierten Suizid behandelt, was unter anderem mein Interesse am Hospizthema weckte.

Foto: Inge Scheller

Verknüpft mit der professionellen Motivation erhoffte ich mir für meine Persönlichkeitsentwicklung eine vertiefte Integration von Sterben und Tod, von mit Ängsten verbundenen Themen und Umgang mit dem ganzheitlichen Menschen. In dieser Hinsicht galt mir Sokrates, der sich mit verschiedensten Menschen in den Dialog und Multilog brachte, als Orientierungsfigur.

Versorgung über den Tod hinaus

In der zweiten Woche nahm ich mit einer Pflegekraft die Totenversorgung von Frau W. vor. Diese hatte ich von Dienstag bis Montag begleitet. Dabei traf ich bei Frau W. auf Anhieb einen begegnenden Draht, in den sensiblen Gesprächen konnte ich ihrer Art und ihrem Humor Resonanz geben. Während der Begleitung baute sich entlang der alltäglichen Besuche eine vertraute Beziehung auf. Dabei stand ich mit Frau W. oft im heiteren Smalltalk, wobei die wenigen gewechselten Sätze genügend Tiefe trugen, um ihren Gemütszustand, Umgang mit dem Leben und Sterben und ihre Familienbeziehung zu erfahren und zu spüren. Ihr Wesen schien mich zu inspirieren und leicht, aber nicht leichtsinnig sah sie dem Tod entgegen. Wie ruhig wir Frau W. wenige Minuten nach ihrem Verschenden in ihrem Zimmer sahen, fühlte sich stimmig an. Den Raum betretend mit berührtem Staunen über das Antlitz des Anderen, überschritt ich beim Bewegen und letzten Pflegen des toten Körpers die Grenze von Angst und Aufregung zu ehrfürchtiger Ruhe und dankbarer Natürlichkeit, eine (kleine) Wegstrecke dieses Menschen mitgegangen zu sein.

Die Berührung des toten Körpers war neu für mich. Das Thema *Ekel* (Leichen können noch Flüssigkeiten von sich lassen) hatte ich bei einer Pflege und im anschließenden philosophischen Gespräch mit Pfleger B. tags zuvor tiefer angehen und integrieren können. Die Situation fühlte sich sehr rund an. Neben



der professionellen Erfüllung nahm ich eine sanfte Auseinandersetzung mit meiner eigenen Existenz wahr, eine Existenzherhellung im Zuge meiner Grenzsituation angesichts der Grenzsituation eines anderen Menschen, mit den Worten von Karl Jaspers gesprochen. Die unendliche Rätselhaftigkeit des Antlitzes des Anderen hielt mich wachhaltend zum eigenen Wandel an.

Der lange und gewaltlose Blick

Die Lernart zwischen pflegerischer Tätigkeit und philosophischer Einzelarbeit wurden von den Mitarbeitenden anerkannt und gefördert. Ich orientierte mich an der Haltung, „dasjenige vom Leben des anderen entgegenzunehmen, was er in [meine] Hand gelegt hat.“

Als mein Lieblingsthema stellte sich die ‚*Bewegung zum (Antlitz des) Anderen*‘ dar – zu Bewohnenden wie Frau W. und zu den Mitarbeitenden. Verknüpft mit meinen Zielen habe ich mich im Hospiz wie ein Pilzmyzel wahrgenommen, welches seine Stränge und Fäden zieht und verbindet und zu einem stark verzweigten Lebewesen heranwächst. Es tat mir gut, dass ich mich in einem multiprofessionellen Umfeld wiederfand, das mich herausforderte und inspirierte. Überaus wachsen lassen haben mich alle engagierten

¹ Lindseth, Anders: *Leben als Bewegung zum Anderen*. In: *Zur Sache der philosophischen Praxis: Philosophieren in Gesprächen mit ratsuchenden Menschen*, Freiburg im Breisgau, 2005, Alber, 33-52.)

Menschen, die mir offen begegneten, mir Zutrauen, Offenheit und freien Raum zur eigenen Gestaltung schenkten. Gebraucht und geschätzt habe ich ein Umfeld mittendrin zu sein – im Stationszimmer und bei den Teamtreffen. Der *Raum der Stille* und der Garten waren beides unentbehrliche Orte, an denen ich Erlebtes verarbeiten konnte. Wenn nicht auf Hausbesuchen, nahm ich in den Büros des SAPV-Teams gerne einen leeren ruhigen Raum für Reflexion und Literaturarbeit.

Es galt, sich in Geduld und *Gelassenheit* zu üben, die Dinge *lassen* können im Zwischen Ich-Du/ Ich-Es nach Martin Buber. Einen langen, intensiven Blick richtete ich auf die Sache insofern, als ich „*geduldig und behutsam [...] ihr entgegen[kam] und wartet[e], bis sie sich [mir] zeigt[e].*“ Der Blick selbst war mehr als ein Augen-Blick, vielmehr ein auf-den-Grund-*„Hinsehen, ein aktives Sichhinwenden.“* Der lange und gewaltlose Blick als Muster führte mich zu erfüllenden Begegnungen und einem runden Verständnis von Hospiz.

FAZIT

Meine Erwartungen und Zielsetzungen wurden positiv übertroffen.

„*Das Erstaunen trägt und durcherrscht die Philosophie,*“ schreibt Heidegger. So erging es mir während des Praktikums. Die Auseinandersetzung mit Sterben und Tod und das Philosophieren darüber erweist sich ferner für mich als Selbstsorge der Seele nach Sokrates.

Jean Paul verweist poetisch auf zwei Gesichter des Todes, wie zum einen eine ‚gelinde‘ und ‚sanfte‘ Kraft wirkt, welche mit der Geburt eines Menschen verbunden ist. Wir können ‚lächelnd‘ in das uns unbekannte ‚Andere‘ kommen, auch das Ende scheint ein Anfang sein zu können. Wie uns das unendlich rätselhafte Antlitz des Sterbenden in Bann hält, bleibt uns der Tod als Teil des Menschenlebens unendlich verborgen.

**Einem Menschen
begegnen heißt, von einem Rätsel
wachgehalten werden.**

Emmanuel Lévinas



Aus dem Verein

Von Nora Gaupp

Unter der Rubrik „Aus dem Verein“ berichten wir über Entwicklungen, Ereignisse und Veranstaltungen im CHV. Eine wichtige Entwicklung betrifft die Arbeit im Vorstand des Vereins. So ist im Juni dieses Jahres Sepp Raischl nach mehr als 30 Dienstjahren im CHV in den Ruhestand gegangen. Seine Nachfolge hat Kerstin Hummel angetreten. Zum Ende des Jahres wird unser langjähriger Vorstandsvorsitzender Leonhard Wagner aus dem CHV ausscheiden, was wir sehr bedauern. Nora Gaupp wird den Vorsitz des Vorstandes übernehmen. Das Jahr 2024 steht damit unter einem Stern des Wandels. Dies bedeutet für uns alle – Hauptamtliche, Ehrenamtliche, Aufsichtsrat, Vorstand und unser Netzwerk – vielfältige Veränderungen. Wir sind zuversichtlich diese zusammen gut zu gestalten.



In den letzten Monaten haben wir im CHV mehrmals gefeiert. Ein Highlight war unser Sommerfest am 12. Juli. Zusammen mit unseren Haupt- und Ehrenamtlichen, Freunden, Förderern und Unterstützern aus unserem Netzwerk sowie Bewohnern unseres Hospizes und Gästen des Tagesangebots *Tandem* verbrachten wir einen fröhlichen, musikalischen,



kulinarischen und auch ein wenig zauberhaften Nachmittag. Der Clown Lupino mischte sich unter uns und zauberte mit seinen Ballonkunstwerken Alt und Jung ein Lächeln ins Gesicht. Und frei nach dem Motto „Wenn Hospizvereine feiern“ lachte die Sonne und die Regenwolken verzogen sich.

In kleinem Rahmen feierten wir am 21. Juni den Abschied von Sepp Raischl. Seit April 1992 war er im CHV tätig, eine unfassbar lange Zeit. Über diese drei Jahrzehnte hat er den CHV mitgeprägt wie kaum ein anderer. Es war ein emotionales Fest, das uns alle sehr berührt hat. Eine Kollegin hatte symbolisch eine Großpackung Taschentücher dabei. Gerade das ge-



Fotos: Maria Austen, Mario Fichtner, Inge Scheller

meinsame Singen war immer ein „Markenzeichen“ von Sepp Raischl gewesen. Nun hatten die Kolleg:innen vier Lieder gedichtet, die wir mit Gitarrenbegleitung von Johannes Seibold raumfüllend zusammen sangen. Sepp Raischl, seine Frau Bernadette und zwei seiner Kinder hörten mit bewegten Gesichtern die vielen kleinen Anekdoten mit Sepp, an die sich Wegbegleiter:innen erinnerten.

Den Renteneintritt von Sepp Raischl nahm auch die Süddeutsche Zeitung zum Anlass, ein ausführliches Interview mit ihm zu führen. Unter dem Titel „*Es geht um da sein und aushalten*“ sprach Sepp Raischl über die Themen, die ihm in der Arbeit mit Menschen in ihrer letzten Lebensphase immer wichtig waren, das Reden über den Tod, die Frage, ob und wie ein Sterben zu Hause möglich sein kann, die Lebensqualität des einzelnen Menschen als Ziel jeder palliativen Begleitung und die Wichtigkeit des Ehrenamts in der Hospizarbeit. Sepp Raischl wird dem CHV als Ehrenamtlicher erhalten bleiben, eine wunderbare Perspektive – für ihn und für uns.



Die SZ im Gespräch mit Sepp Raischl:
Direkter Link zum Interview
„*Es geht um da sein und aushalten*“

Auch wenn kein Fest im eigentlichen Sinn, so war auch der diesjährige Betriebsausflug am 26. Juni 2024 ein wichtiges Zusammenkommen der hauptamtlichen Kolleg:innen. Wie immer bestens organisiert und vorbereitet von Inge Scheller fuhren wir dieses Jahr Richtung Rosenheim. Nach einer Runde um die Happinger Seen, alternativ mit einem Kaffee oder einem kurzen Bad im kühlen Nass, ging es nach Raubling in die Nicklheimer Filze, ein Moorgebiet, in dem bis in die 2000er Jahre noch Torf gestochen wurde. Doris Bauer, unsere externe Datenschutzbeauftragte und ehrenamtlich im *Nicklheimer Torfkulturverein D'Fuizler e.V.* engagiert (der Verein hat sich die Renaturierung des Moors zum Ziel gesetzt), fuhr uns mit einer Bockerlbahn mitten hinein in die weite Moorlandschaft. Ein unvergessliches Erlebnis. Allein die vielen Mücken trübten ein wenig den Genuss. Aber dank kollegialer Unterstützung mit allerlei Anti-Mücken-Mitteln war auch dies zu lösen.

Die diesjährige Mitgliederversammlung des CHV fand am 30. April 2024 statt. Nach den wichtigen formalen Tagesordnungspunkten (Bericht des Aufsichtsrats, Bericht des Vorstands, Bericht der Kassenprüfer, Vorstellung des wirtschaftlichen Jahresabschlusses für



Foto: Inge Scheller

das Jahr 2023 und Entlastung des Aufsichtsrats) war es uns eine besondere Freude, Professor Werner Schneider das Ehrenzeichen des CHV zu überreichen. Sepp Raischl hielt eine sehr persönliche Laudatio. Der Kontakt zwischen Werner Schneider und dem CHV besteht schon seit den 1990er Jahren und das Thema Tod und Sterben begleitet Werner Schneider seit dieser Zeit. In den letzten Jahren war er in seiner Funktion als Professor für Soziologie an der Universität Augsburg u.a. an der wissenschaftlichen Begleitung der *Fachstelle Palliativversorgung in der stationären Altenhilfe in Stadt und Landkreis München* und des Tagesangebots *Tandem* beteiligt. Ganz aktuell wird noch in diesem Jahr das Buch *Zuhause Sterben* erscheinen, das er zusammen mit Gregor Sattelberger und Sepp Raischl herausgibt. Wir dürfen stolz auf diese langjährige Freundschaft sein.



Prof. Werner Schneider (Mitte) wird das Ehrenzeichen des CHV überreicht

Seit Anfang Juli hängt die neue Ausstellung *Farben und Humor* von Ute Mieskes im Foyer und Treppenhaus des Christophorus-Hauses. Ihre farbenfrohen tierischen Portraits, Lamas, Kühe, Raben u.a., sorgen mit ihrem verschmitzten Blick für gute Laune – auch angesichts von ernsten Themen. In meinen Augen haben sie auch etwas Tragendes, Versöhnliches und Tröstliches.



Zuletzt freuen wir uns sehr über zwei Kolleginnen, die zum 1. Juli 2024 eine neue, verantwortungsvolle Stelle im CHV übernommen haben. Kerstin Hummel ist, lange und gut vorbereitet, in den Vorstand gewechselt, Cornelia Kurth hat als Leitung den neu geschaffenen Arbeitsbereich Bildung und Öffentlichkeitsarbeit übernommen und Jenny Bridts leitet in Nachfolge von Kerstin Hummel den stationären Bereich. Wir freuen uns sehr, dass die beiden Kolleginnen nun an diesen Stellen im Verein Verantwortung tragen. Es sind wichtige Weichenstellungen für die Zukunft!

Fotos: Inge Scheller

2009 – 2024: 15 Jahre Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)

Von Sepp Raischl, ehemaliger Vorstand und ehrenamtliche Redaktionsleitung

Die Begleitung von schwer kranken, sterbenden Menschen in ihrer häuslichen Umgebung war schon immer ein großes Anliegen des CHV. Im Jahr 2007 wurden die gesetzlichen Voraussetzungen für die *Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)* geschaffen, um mehr Menschen am Lebensende zu ermöglichen, in ihrer vertrauten Umgebung bleiben zu können. Voraussetzung für die Verordnung einer SAPV durch den Haus- oder Facharzt bzw. das Krankenhaus sind allerdings schwerwiegende Symptome. Die SAPV sollte denen vorbehalten sein, die am schwersten leiden. Sie sollte vor allem ermöglichen, dass sie möglichst lange oder auch bis zu ihrem Tod in ihrer persönlichen Umgebung bleiben können.

ändern würden. Nach 15 Jahren können wir von einem großen Erfolg der SAPV ausgehen. Neben dem Team des CHV gibt es auf dem Stadtgebiet das Team der *LMU München*, das zeitgleich mit der Arbeit begann, die Teams des Hospizdienstes *DaSein* und der *Barmherzigen Brüder* sowie das *Team West*, das bis ins Würmtal hinaus tätig ist. SAPV gehört längst zur Standardversorgung in allen Bereichen. Alle wissen Bescheid und nutzen ggf. die Möglichkeit einer Verordnung. In Bayern gibt es einen gut aufgestellten und flächendeckenden Landesverband mit 47 Teams:



www.sapv-bayern.de
Link zur Website des
Landesverbandes SAPV Bayern e.V.



Die Stärke des CHV ist vor allem die enge Verzahnung des allgemeinen und des spezialisierten Bereiches. Wir müssen bei der Anfrage nicht gleich entscheiden, ob eine SAPV nötig ist, sondern können uns im Zweifel die Situation vor Ort anschauen und auch erstmal eine allgemeine palliative Beratung anbieten. Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Kontinuität in der Begleitung. Denn auch beim Wechsel des Patienten aus der allgemeinen palliativen Beratung in die SAPV, zum Beispiel aufgrund zunehmender Symptome, bleiben die zuständigen Mitarbeiter dieselben und führen die Begleitung auch in der SAPV weiter, gegebenenfalls kommt eben eine neue Berufsgruppe (meist die Ärzte) mit dazu.

Dadurch, dass alle Berufsgruppen im Büro vertreten sind, ist auch der interkollegiale und interprofessionelle Austausch jederzeit möglich. So kann immer wieder ein anderer Blickwinkel in eine Begleitung gebracht werden.

Als im Sommer 2009 die SAPV des CHV startete, gab es natürlich auch eine Besorgnis, wie diese Professionalisierung und die neu angestellten Ärzte die ambulante Arbeit ver-

Foto: Mario Fichtner

Durch unsere (Multi-)Professionalität und unsere Fachlichkeit sowie in bestimmten Situationen einer 24-stündigen Erreichbarkeit können wir Betroffenen und deren Umfeld ein Gefühl der Sicherheit vermitteln. In vielen Fällen tragen auch in diesen Begleitungen unsere ehrenamtlichen Helfer*innen wesentlich zu einer Entlastung der Angehörigen bei, sei es mit regelmäßigen Besuchen oder auch als Sitz- oder Nachtwachen. Erst dieses Zusammenspiel macht es nicht selten dann möglich, dass etwa 80 Prozent mit Hilfe von SAPV bis zuletzt zu Hause bleiben können.

Die Spezialisierung hat den ambulanten Hospizdienst und die palliative Beratung nicht überflüssig gemacht. Im Gegenteil, eine SAPV

ohne den Einsatz von Hospizhelferinnen und -helfern ist bei uns schwer vorstellbar. Die Pflegekräfte kümmern sich gemeinsam mit Hausärzten und Pflegediensten weiterhin um viele Menschen, die zwar schwerkrank, aber (zum Glück) ohne schwere körperliche Symptome sind und trotzdem von einer palliativen Begleitung und menschlichen Begegnung am Lebensende sehr profitieren.

Wir begleiten jedes Jahr nun knapp 750 Menschen und ihre Zugehörigen mit unserem ambulanten Hospiz- und Palliative Care-Team. Allein das SAPV-Team versorgt davon knapp 350 Patientinnen und Patienten. Das zeigt, wie wichtig beide Bereiche geworden bzw. geblieben sind. 



Fotos: Mario Fichtner

„Interessieren würd's mich, aber ich weiß nicht, ob ich's schaffe.“

Der CHV auf der
18. Münchner Freiwilligenmesse
Von Robert Milbradt, Sozialpädagoge,
Palliativfachkraft im ambulanten
Hospiz- und Palliative Care-Team

Gespannt und erwartungsvoll stehen wir am CHV-Stand im Großen Sitzungssaal des Neuen Rathauses. Unsere beiden Hospizhelferinnen Stephi Wossilus und Petra Sutton, meine Kollegin Gunda Stegen und ich. Gemeinsam wollen wir Interessierte über die Möglichkeiten informieren, sich ehrenamtlich zu engagieren: Als Hospizhelfer*in, als Brückenbauer*in oder im Allgemeinen Ehrenamt. Sie kommen, „um zu schauen, wofür das Herz brennt“, sagt die Dritte Bürgermeisterin Verena Dietl zur Eröffnung. Das Angebot der 74 Aussteller ist groß. Wer da wohl bei uns „hängenbleiben wird“?

Für einen Verein, der seine Gründung und seinen Erfolg maßgeblich bürgerschaftlichem Engagement verdankt, ist die Gewinnung von Ehrenamtlichen keine Nebensache. Zum einen, weil davon abhängt, wie viele Sterbende zu Hause, in Pflegeheimen, im Hospiz oder im Tagesangebot *Tandem* durch Hospizhelfer*innen und Brückenbauer*innen unterstützt werden können. Zum anderen, weil auch die Finanzierung all dieser Angebote nicht unerheblich durch die Anzahl der Helfer*innen bestimmt wird, die jedes Jahr ausgebildet und einsatzbereit zur Verfügung stehen. Neue Interessent*innen für das Ehrenamt zu gewinnen, ist daher unerlässlich. Vor allem wenn dieses, wie in unserem Fall, als durchaus „hochschwierig“ einzuordnen ist, spricht: Ein Ehrenamt nicht für jedermann und -frau.

Mittlerweile sind noch Marianne Huber und Renate Kaiser, Theodor Kilgert und Karl Frass zu uns gestoßen. Sie alle engagieren sich seit

vielen Jahren für den Verein. Und ich bin froh, sie jetzt an meiner Seite zu haben. Denn von „hochschwierigem Ehrenamt“ ist wenig zu spüren: Kaum eine Minute vergeht, in der nicht eine neue Interessentin neugierig unsere Plakate studiert oder fragend den Blickkontakt zu einem von uns sucht. Die Fragen drehen sich meist um die Aufgaben und den Zeitaufwand, die Ausbildung und die Herausforderungen. „Ich habe ja schon länger darüber nachgedacht“, meint eine Dame Anfang sechzig, „aber ich bin mir einfach noch nicht sicher, ob ich das emotional auch schaffe“. Marianne strahlt sie an und beginnt zu erzählen. Die beiden sind noch nicht lange im Gespräch, da scheinen die Zweifel schon verflogen zu sein. Und mit den Worten „Na, dann melde ich mich doch an (für die Ausbildung)“ verabschiedet sie sich und macht den Platz für einen neuen Interessenten frei.

Am Ende des Messetages werden es rund 120 Gespräche sein, die wir geführt haben. Aus unserer Sicht ein voller Erfolg, denn sie zeigen: Trotz vieler anderer Angebote ist das Interesse an der Hospizarbeit ungebrochen. Vielleicht gerade weil es um das Sterben UND um ein Leben bis zuletzt geht. 



v. l. n. r.: Dr. Nora Gaupp, Robert Milbradt, Theodor Kilgert, Stephi Wossilus und Petra Sutton

Die nächste **Münchner Freiwilligenmesse** findet am **Sonntag, 16. März 2025** statt.
www.muenchner-freiwilligen-messe.de

Foto: CHV

Spenden, Stiften und Fördern

Zusammengefasst von Cornelia Kurth, Bildung und Öffentlichkeitsarbeit

Auch in diesem Jahr konnten wir uns neben den Förderungen der Stiftungen aus dem Stifterkreis auch über finanzielle Unterstützung durch weitere Stiftungen und Privatpersonen freuen. Dafür sind wir sehr dankbar.

Unterstützung durch Stiftungen aus dem Stifterkreis des CHV wie beispielsweise der *Barbara und Christof Lehner Stiftung* erhielten wir für folgende Projekte:

- Förderung der ambulanten palliativ-pflegerischen Beratung
- Förderung einer internen Fortbildung für alle Hauptamtlichen zum Thema *Vielfalt*
- Förderung des *Christophorus Hospiz Instituts für Bildung und Begegnung*
- Förderung des Tagesangebots *Tandem*

Die *Georg Mörtl-Stiftung* förderte einen Relaxsessel für unser Tagesangebot *Tandem* in Höhe von 2.500,- Euro. Wie Sie vielleicht wissen, haben wir 2020 mit unserem Tagesangebot gestartet, das sich an Menschen mit schweren, lebensbegrenzenden Erkrankungen richtet und bereits frühzeitig im Krankheitsverlauf Betreuung, Beratung, spezielle therapeutische Angebote und Austausch mit Menschen in derselben Lebenssituation bietet. Es findet zweimal wöchentlich bei uns im Christophorus-Haus statt und bietet mit seinen sechs Plätzen Betroffenen eine Abwechslung zum Alltag, Beratung und Begleitung durch zwei erfahrene hauptamtliche Mitarbeiterinnen (Palliativpflege und Soziale Arbeit), durch ehrenamtliche Hospizhelfer sowie durch eine Kunst- und eine Atemtherapeutin. Es ist mittlerweile gut etabliert und die Nachfrage steigt. Die teilnehmenden Menschen können zwischen den drei angebotenen Mahlzeiten (Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen) verschiedene An-

gebote wahrnehmen. Manchmal ist auch eine Auszeit gewünscht, Verschnaufen und Ausruhen. Um dies bieten zu können, wurde für das Wohnzimmer ein verstellbarer Pflege-Relaxsessel gewünscht. Dabei war uns eine gute Sitzergonomie, die Entlastung für Rücken und Gelenke schafft und damit eine sehr komfortable und spannungsfreie Sitzposition ermöglicht, wichtig.

Förderung der allgemeinen Hospizarbeit 2024:

- 20.000,- Euro *Dr. Peter Bonner Stiftung*
- 40.000,- Euro *Sippl-Woermann-Stiftung*
- 12.000,- Euro *Josef und Luise Kraft-Stiftung* Förderung der Fachstelle Palliativversorgung in der stationären Altenhilfe in Stadt und Landkreis München



Die drei dm-Filialleiterinnen übergeben den Scheck an Cornelia Kurth.

Wie schon im letzten Jahr fördert der *Drogeriemarkt dm* mit dem Projekt *Lust an Zukunft* Initiativen, die Zukunft gestalten. Auch der CHV durfte sich wieder zu den 3.000 ausgewählten Institutionen zählen. In vier Münchner Filialen und online konnte man für unseren Hospizverein stimmen und dort auch mehr über unsere Arbeit und Dienste erfahren. Mit den dort abgegebenen Stimmen erreichte der CHV einen zweiten Platz und durfte sich über 1.600,- Euro freuen.

Foto: CHV

Großartige Unterstützung erfuhr auch wieder unser stationärer Bereich. In unserem Christophorus Hospiz in München-Bogenhausen begleiteten wir im Jahr circa 200 schwerstkranke Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Sie werden in 16 Einzelzimmern betreut. Fünf Zimmer liegen im Erdgeschoss zum Garten hin. Da die Zimmer leider keinen direkten Gartenzugang haben, wollten wir gern vor diesen fünf Bewohnerzimmern Blumen- bzw. Staudenbeete mit winterharten Pflanzen mit je einer Größe von circa sechs Quadratmetern anlegen lassen. Es ist erwiesen, dass sich schöne Gartenanlagen positiv auf das Wohlbefinden des Menschen auswirken. Mit ihren farbenfrohen, duftenden Blumen und grünen Pflanzen tragen sie zur Beruhigung des Betrachters bei und vermitteln Naturliebhabern ein Wohlfühlgefühl und damit Lebensqualität. Mit einem Zuschuss des *Gewinn-Sparvereins der Sparda-Bank München e.V.* über 1.500,- Euro konnten die Blumenbeete durch einen professionellen Gartenbaubetrieb gestaltet werden.

In unserem stationären Hospiz haben wir neue Teeküchen, jeweils eine im Erdgeschoss und eine in der 1. Etage, einbauen lassen können. Dies wurde durch Spendenmittel der *Charlotte und Carl Georg Maier-Stiftung* (6.000,- Euro) und der *Stiftung ANTENNE BAYERN hilft* (14.000,- Euro) möglich. In den Teeküchen werden für unsere Bewohnerinnen und Bewohner das Frühstück hergerichtet, kleine



v. l. n. r.: Stefan Oberneder (Stationsleitung), Dr. Nora Gaupp (Vorständin), Sebastian Perdighe (Stiftung ANTENNE BAYERN hilft), Heike Walper (Pflegedienstleitung), Sabine Altmann (Palliativpflegefachkraft)

Foto: CHV

Gerichte erwärmt, mal ein Ei gebraten, Kaffee gekocht oder andere kleine kulinarische Wünsche – zu jeder Tages- und Nachtzeit direkt vor Ort – erfüllt. Auch Angehörige können dort mitgebrachte Speisen für ihre Lieben erwärmen. Weiterhin steht ein Kühlschrank zur Verfügung. Wir sind sehr froh, dass wir – durch die Erfüllung kleiner kulinarischer Wünsche – den Bewohnerinnen und Bewohnern mehr Lebensqualität schenken und auch unseren stationären Palliativpflegefachkräften die Arbeit durch kurze Wege erleichtern können.

Für den Eigenanteil, der sonst aus Eigenmitteln des Vereins aufgebracht werden müsste, durften wir folgende Mittel entgegennehmen, die eine gewisse Planungssicherheit garantieren:

- 9.000,- Euro *Charlotte und Carl Georg Maier-Stiftung*
- 20.000,- Euro *Inge Scheller*

SZ Gute Werke

Seit 1948 unterstützen SZ-Leser in Not geratene Menschen in München und den umliegenden Landkreisen. Aus dem *SZ-Adventskalender für gute Werke der Süddeutschen Zeitung e.V.* wurde nun *SZ Gute Werke*. Auch dem CHV werden seit vielen Jahren großzügig Mittel für bedürftige Menschen und Projekte zur Verfügung gestellt. Für 2024 erhielten wir 28.000,- Euro für Einzelfallhilfen, Trauerbegleitung und ambulante Atemtherapie. Wir sind sehr dankbar für diese vertrauensvolle Zusammenarbeit und die unkomplizierte Bereitstellung der Mittel.

Wir fühlen uns mit allen Förderern, Spendern, Stiftern und Unterstützern des Vereins sehr verbunden.

Vielen herzlichen Dank, dass unsere Arbeit für schwerkranke Menschen und deren Angehörige auch auf diese Art und Weise Anerkennung findet.

Termine & Veranstaltungen

Der Christophorus Hospiz Verein will in Bildung und Begegnung seine eigenen Erfahrungen, keine bloßen Theorien, weitergeben. Es geht immer auch um Werte und Einstellungen, um kulturelle und öffentlich-gesellschaftliche Fragen des Umgangs mit Schwerstkranken und Sterbenden und um die Pflege und die Weiterentwicklung der Abschiedskultur in unserer Gesellschaft.

Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Wir freuen uns über Ihr Interesse und Ihre Teilnahme!

Für Ihre Anmeldung und Ihre Fragen erreichen Sie uns

telefonisch unter: **089 / 13 07 87-40**
oder per Mail an: **bildung@chv.org**

Sie finden uns auch unter:

www.facebook.com/chv.org

Auf Youtube: **@christophorushospizverein**

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Veranstaltungen mit anderen teilen bzw. den Kanal abonnieren.

Aktuelle Informationen finden Sie unter:

www.chv-ibb.org



Bürgerschaftliches Engagement / Ehrenamt

Information zur ehrenamtlichen

Mitarbeit: „Sie fragen, wir antworten.“

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und stellen Sie Ihre Fragen zum Hospizhelfer*innen-Ehrenamt direkt an die Koordinator*innen.

Termine:

Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Montag, 20.01.2025, 17 – 18.30 Uhr

Montag, 17.03.2025, 17 – 18.30 Uhr

Online-Termine:

Dienstag, 19.11.2024, 16.30 – 17.30 Uhr

Anmeldung erforderlich! Siehe oben

Einführungsseminare

Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer. Das Seminar steht allen Interessierten offen.

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Teilnahmegebühr:

75,- Euro (40,- Euro für CHV-Mitglieder)

Anmeldung erforderlich! Siehe oben

Bitte informieren Sie sich auch zu den Teilnahmebedingungen.

Nachmittagsseminare:

4 Montagnachmittage, jeweils 14 – 17.30 Uhr

27.01. – 17.02.2025

28.04. – 19.05.2025

Wochenendseminar:

Freitag, 10 – 18 Uhr und Samstag, 10 – 17 Uhr

14. und 15.03.2025

Jugend, Arbeit und Gesellschaft

Information und Beratung

Hausführungen:

Die Führungen im Christophorus-Haus vermitteln Interessierten einen Einblick in unser Haus und alle Arbeitsbereiche, ambulant und stationär.

Mittwoch, 27.11.2024, 16 – 17.30 Uhr

Montag, 20.01.2025, 10 – 11.30 Uhr

Dienstag, 15.04.2025, 16 – 17.30 Uhr

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Zudem finden Sie eine virtuelle Hausführung (Dauer circa 17 Min.) auf Deutsch und Englisch auf:

www.chv.org

Information und Beratung zu

Patientenverfügung und Vollmacht:

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen wichtige Hilfsmittel dar, die Beachtung des eigenen Willens sicherzustellen. Am letzten Mittwoch eines Monats laden wir Sie zu aktuellen Informationen zu diesen Themen ein.

Gebühr: 7,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Ab 01.01.2025 neue Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Mittwoch, 27.11.2024, 10 – 12 Uhr

Mittwoch, 29.01.2025, 10 – 12 Uhr

Mittwoch, 26.02.2025, 10 – 12 Uhr

Mittwoch, 26.03.2025, 10 – 12 Uhr

Mittwoch, 30.04.2025, 10 – 12 Uhr

Mittwoch, 28.05.2025, 10 – 12 Uhr

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Wie regle ich mein Erbe?

Beim Abschied stellt sich immer die Frage: Was lasse ich zurück? Wie kann ich dafür Sorge tragen, dass mein Vermächtnis so wirksam wird, wie ich mir das vorgestellt habe? Die Themenbereiche des Vortrags umfassen die gesetzliche Erbfolge, die gewillkürte

Erbfolge (u.a. Formerfordernisse, Ehegattentestament, häufige Probleme beim Testament), den Pflichtteil, die Erbschaftssteuer, die Testamentsvollstreckung sowie weitere praktische Hinweise zur Verwahrung des Testaments (Probleme beim „Testament in der Schublade“, Möglichkeit der Testamentshinterlegung beim Nachlassgericht).

Donnerstag, 21.11.2024, 18 – 20 Uhr

Donnerstag, 13.03.2025, 18 – 20 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent: Dr. jur. Robert Wallenberger (Fachanwalt für Erbrecht)

Gebühr: 7,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Ab 01.01.2025 neue Gebühr: 10,- Euro /

5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Vortragsreihe Sterbewelten

Wir bieten i.d. R. jeweils am ersten Mittwoch im Monat, 16 – 18 Uhr, eine Vortragsreihe im Christophorus-Haus an und freuen uns auf Ihren Besuch.

Mittwoch, 04.12.2024, 16 – 18 Uhr

Aromaöle und ihre Wirkung – Vortrag mit praktischen Übungen Bruno Rizzi und Elisabeth Scheib (beide Palliativfachkräfte im CHV)

Mittwoch, 05.02.2025, 16 – 18 Uhr

Regle deinen Kram! Wie ordne ich meine Unterlagen? Claudia Bayer-Feldmann (Dipl. Psychologin, Regle deinen Kram gUG)

Mittwoch, 05.03.2025, 16 – 18 Uhr

Lieder für die Seele – Zuhören, Entspannen, Nachdenken Johannes Seibold (Liedermacher und Hospizseelsorger)

Mittwoch, 02.04.2025, 16 – 18 Uhr

Die politische Dimension der Palliativ Care Prof. Dr. Gian Domenico Borasio (Palliativmediziner)

Mittwoch, 07.05.2025, 16 – 18 Uhr
Geburtshilfe und Sterbebegleitung/-hilfe
Andrea Singer (Coach für Schwangerschaft und Geburt) und Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Gebühr: 7,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Ab 01.01.2025 neue Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Mit freundlicher Unterstützung



ERZDIOZESE MÜNCHEN
UND FREISING

EIN GUTES ENDE – Basiskurs Sterbebegleitung

Sterben erkennen: Wie kann ich erkennen, dass ein Mensch im Sterben liegt?

Sterben begleiten: Was kann ich für einen sterbenden Menschen tun?

Zuhause sterben: Was braucht es an Vorbereitung und wer hilft?

Donnerstag, 20.02.2025, 17 – 20.30 Uhr

Ort: Münchner Bildungswerk,
Dachauer Str. 5, München

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Anmeldung unter Tel.: 089 / 545 805-0

Freitag, 28.02.2025, 10 – 13.30 Uhr

Freitag, 02.05.2025, 10 – 13.30 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Donnerstag, 22.05.2025, 16.30 – 20 Uhr

Ort: AETAS, Baldurstr. 39, München

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

EIN GUTES ENDE – Aufbauomodul 1 Pflegen ganz praktisch

Zuhause sind Sie nicht selten mit pflegerischen Hilfestellungen konfrontiert. Wie können Sie jemanden gut lagern? Wie reichen Sie am besten das Essen an? Wie bringen Sie jemand vom Bett auf einen Stuhl? Praktische Übungen sollen Ihnen Sicherheit vermitteln.

Dienstag, 11.03.2025, 17.30 – 20 Uhr

Mittwoch, 12.03.2025, 17.30 – 20 Uhr

Ort: Münchner Bildungswerk,
Dachauer Str. 5, München

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Anmeldung unter Tel.: 089 / 545 805-0

Freitag, 16.05.2025, 10 – 12.30 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

EIN GUTES ENDE – Aufbauomodul 2 Kommunikation

In der Kommunikation geht es darum, den schwerkranken Mensch sein zu lassen und ihr/ihm als Mensch zu begegnen. Wir setzen uns mit den eigenen Gefühlen angesichts des Todes auseinander und lernen darüber zu reden.

Mittwoch, 26.03.2025, 17.30 – 20 Uhr

Ort: Münchner Bildungswerk,
Dachauer Str. 5, München

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Anmeldung unter Tel.: 089 / 545 805-0

Freitag, 30.05.2025, 10 – 12.30 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)

Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

EIN GUTES ENDE – Aufbauomodul 3

Zuhause Symptome lindern

Die Linderung von Schmerzen, Atemnot und anderen Symptomen ist besonders wichtig. Es gibt medikamentöse und andere Möglichkeiten zu helfen. Wir sprechen über Symptome und Handlungsmöglichkeiten.

Abschied und Trauer

TrauerForm:

Trauer töpfern – die Tränen in die Hände fließen lassen

Ton kann vertrocknen, spröde und brüchig werden – Staub. Er kann sich wieder auflösen, weich und formlos werden – Schlamm. Und daraus entsteht wieder formbarer Ton. Wir werden die Trauer aufspüren, Verlustserfahrungen in der Arbeit mit Ton begreifen und gestalten. Durch diese Kommunikation mit den Händen kann Unsagbares und Unsichtbares mitgeteilt werden. Um Trauer zu töpfern, sind keine Vorkenntnisse nötig. Einfache Lieder begleiten unser Tun.

Samstag, 16.11.2024 10 – 17 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentinnen: Regula Kaeser-Bonanomi (Keramikerin) und Bernadette Raischl (Dipl. Psychologin, Psycho- und Tanztherapeutin, Systemische Supervisorin)

Gebühr: 65,- Euro (inkl. Material ohne Verpflegung)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV 21,- Euro

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerMelodie:

Lieder, die das Herz berühren und weiterführen

„Wie leiser Wind legt sich auf deine wundete Seele weiter Raum aus Zärtlichkeit.“

Wie leisen Hauch spürt deine zugeschnürte Kehle Trost und Ewigkeit.

Komm lass es wehn, lass es geschehn, auch du kannst über Grenzen sehn. Komm lass es wehn, lass es geschehn, auch du kannst über Grenzen gehn.“

Eine Melodie verleiht Worten Flügel und manchmal öffnet sie sogar Räume, zu denen scheinbar kein

Donnerstag, 03.04.2025, 17.30 – 20 Uhr

Ort: Münchner Bildungswerk,
Dachauer Str. 5, München

Referentin: Elisabeth Scheib (Palliativfachkraft im CHV)

Anmeldung unter Tel.: 089 / 545 805-0

Hinkommen war: Räume des Trostes, des Verstehens, der Nähe, der Erinnerung. Wer möchte, hört einfach zu, oder singt auch gerne mit. Alle Lieder werden vor Ort zur Verfügung gestellt und können mitgenommen werden. Ein Großteil der Lieder ist auf CD vorhanden.

Donnerstag, 06.02.2025 19 – 20.30 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referent: Johannes Seibold (Seelsorger im stationären Hospiz, Religionspädagoge, Liedermacher, Geistlicher Begleiter, Landvolkseelsorger, Queerseelsorger)

Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerWort:

„Ich weiß nicht, was ich sagen soll ...“

Was sage ich zu meiner Nachbarin, deren Vater gestorben ist? Wie begrüße ich die Kollegin, die nach dem Tod ihres Mannes wieder zur Arbeit kommt? Dieser Abend gibt Hilfestellungen für Angehörige, Freund*innen, Nachbar*innen, Kolleg*innen von Hinterbliebenen, wie die eigene Sprachlosigkeit überwunden werden kann.

Donnerstag, 20.03.2025 18 – 19.30 Uhr

Ort: Haus am Ostfriedhof, St.-Martin-Str. 39, München

Referentin: Heidrun Oberleitner-Reitinger (Dipl.-Theologin, Seelsorgerin, Trauerbegleiterin, Kath. Bestattungsdienst München)

Gebühr: Teilnahme frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerFarbe:

Meine Trauer hat viele Farben

Der Tod einer lieben Person überwältigt uns und wir finden vor Schmerz oft keine Worte. Die Farben helfen Ihnen, Ihre Gefühle auszudrücken: Ihre Ängste, Ihre Zweifel, Ihre Wut, Ihre Liebe. Es geht nicht darum, schöne oder nette Bilder zu malen. Sie müssen ebenso kein Künstler, keine Künstlerin sein. Es geht um Ihr Inneres, um das Verborgene, vielleicht schon längst Gesuchte. Es geht darum zu entdecken, wie Sie mit der Trauer weiterleben können. Wir arbeiten kreativ.

Freitag, 04.04.2025 13.30 – 17 Uhr

Ort: Alten- & Servicezentrum Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, München

Referentin: Susanne Cullmann (Kunsttherapeutin und Trauerbegleiterin)

Gebühr: 35,- Euro / 25,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV 15,- Euro
(inkl. Material ohne Verpflegung)

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerSeele:

„Hätte ich doch bloß ...!“

Selbstvorwürfe und Schuldgefühle in der Trauer

Wenn ein nahestehender Mensch geht, stehen wir meist unter Schock. Erst einige Zeit später spielen wir in Gedanken die Situationen, die mit dem Sterben zusammenhängen, noch einmal durch. Viele Hinterbliebene bekommen dann Schuldgefühle und machen sich Vorwürfe: „Hätte ich doch bloß ...“, „Wieso habe ich nicht gemerkt, dass ...“ usw. Bei manchen gehen diese Selbstvorwürfe sogar in Scham über. In diesem Vortrag werden die inneren Mechanismen aufgedeckt, die zu unangenehmen Schuldgefühlen und bedrückenden Selbstvorwürfen führen und Möglichkeiten benannt, wie wir diesen Gefühlen begegnen könnten, damit sie uns nicht mehr so stark zusetzen.

Donnerstag, 10.04.2025 18 – 20 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin: Dr. theol. Iris Geyer (PfarrerIn i.R., Heilpraktikerin für Psychotherapie)



Gebühr: 10,- Euro / 5,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerFarbe:

Meine Trauer hat viele Farben

Beschreibung siehe Termin 04.04.2025

Freitag, 10.10.2025 13.30 – 17 Uhr

Ort: Alten- & Servicezentrum Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, München

Referentin: Susanne Cullmann (Kunsttherapeutin und Trauerbegleiterin)

Gebühr: 35,- Euro / 25,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV 15,- Euro
(inkl. Material ohne Verpflegung)

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

TrauerForm:

Trauer töpfern – die Tränen in die Hände fließen lassen

Beschreibung siehe Termin 16.11.2024

Samstag, 18.10.2025 10 – 17 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentinnen: Regula Kaeser-Bonanomi (Keramikerin) und Bernadette Raischl (Dipl. Psychologin, Psycho- und Tanztherapeutin, Systemische Supervisorin)

Gebühr: 65,- Euro / 50,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV 25,- Euro
(inkl. Material ohne Verpflegung)

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44

Fotos: Inge Scheller

Kultursensible Begleitung

Erzählcafé am Tag der Toleranz

Märchen sind Geschichten, die emotional berühren. Sie sprechen die innere Welt an. Viele Menschen kennen die Märchen nur aus der Kinderzeit und sind sich nicht bewusst, dass aus ihnen tiefgründige Wahrheiten hervorgehen. Viele menschliche Eigenschaften finden sich im Märchen wieder: Unschuld und Bosheit, Schönheit und Hässlichkeit, Fleiß und Faulheit, Mut und Feigheit, Treue und Untreue, Leben und Tod. Im Erzählcafé wollen wir den Spuren der Märchen-Figuren folgen und nach einer aufregenden Geschichte, einer wundersamen Rettung einstimmen in „Und sie waren glücklich bis an ihr Lebensende.“

Samstag, 16.11.2024, 15 – 17 Uhr

Ort: Christophorus-Haus

Referentin: Gunda Stegen (M.A. Erziehungswissenschaft, Konflikt- und Krisenintervention (CAS))

Gebühr: frei

Anmeldung: nur bei Deutscher Gebärdensprache oder Fremdsprachen-Wunsch erforderlich.

Voice/Video Call: +49 160 8982 152

E-Mail: stegen@chv.org

Palliative Kompetenz, Kommunikation, Spiritualität

Würde-Therapie:

Das Memory-Projekt

Menschen im hohen Alter oder mit einer schweren Krankheit leiden oft unter dem Verlust von Lebensqualität, Freude und Sinnhaftigkeit. Hier setzt die *Würdezentrierte Therapie* an. In einem Gespräch geht es darum, über Erinnerungen, Lebenserfahrungen, Beziehungen und Interessen zu sprechen und die Erzählungen in einem Dokument festzuhalten.

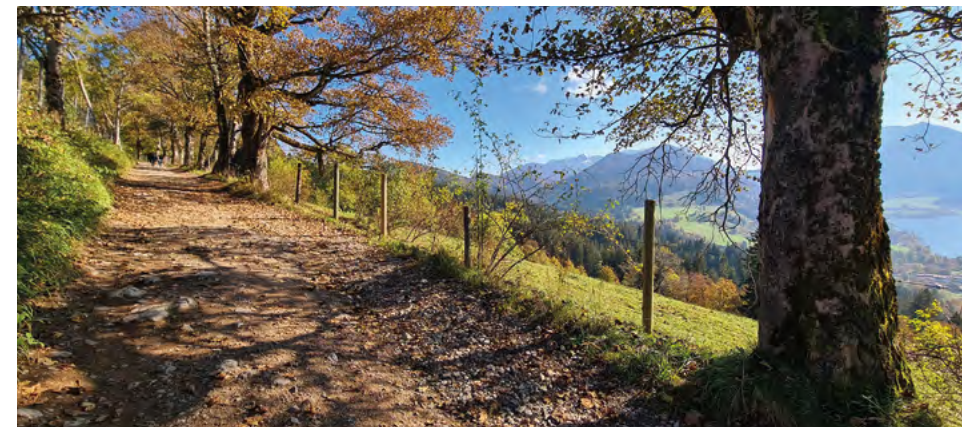
Freitag, 24.01.2025, 14 – 17 Uhr

Ort: Marianne-Meier-Saal, Christophorus-Haus

Referentin: Karina Jais (Journalistin, Biografin, ehrenamtliche Hospizhelferin im CHV)

Gebühr: 18,- Euro / 9,- Euro (CHV-Mitglieder)
Ehren- und Hauptamtliche des CHV frei

Anmeldung erforderlich! Siehe S. 44



Impressum

CHV aktuell erscheint zweimal jährlich und wird herausgegeben vom Christophorus Hospiz Verein e.V., München.

Redaktion:

Renate Eggenreich, Julia Hagmeyer, Andreas Knüpfner, Cornelia Kurth, Jenny-Maria von Nolcken, Ingrid Pfuner, Sepp Raischl, Inge Scheller (v.i.S.d.P.) und Angelika Westrich

Layout und Herstellung:

Heike Henig Kommunikationsdesign

Druck:

Kreiter Druckservice GmbH,
Wolfartshausen

Anzeigenleitung:

Cornelia Kurth

Die nächste Ausgabe von CHV aktuell ist für Mai 2025 vorgesehen.

Redaktionsschluss: 01. März 2025

Christophorus Hospiz Verein e. V.

Effnerstraße 93, 81925 München

Tel: 089 / 13 07 87-0

Fax: 089 / 13 07 87-13

info@chv.org

www.chv.org

Klimaneutraler Druck

Für den Emissionsausgleich werden CO₂-Minderungszertifikate aus folgendem, nach dem Gold Standard zertifizierten Projekt stillgelegt: *Windenergie, Sri Lanka*

www.klima-druck.de



Druckprodukt
CO₂ kompensiert

klima-druck.de
ID-Nr. 24184576

VDM⁺

Mehr Informationen zur Berechnungsmethodik, zur Kompensation und dem gewählten Goldstandard-Klimaschutzprojekt finden Sie unter klima-druck.de/ID.

Anzeige



STÄDTISCHE BESTATTUNG



Trauerfall – was nun?

*Hilfe in schweren Stunden.
Tag und Nacht erreichbar.*



Palais Lerchenfeld · Damenstiftstr. 8 · 80331 München
www.staedtische-bestattung.de

Tel. 2 31 99 02



KARL ALBERT DENK BESTATTUNGEN

Wir sind Ihre zuverlässige
Hilfe im Trauerfall –
an 365 Tagen im Jahr!

Ihre Wünsche stehen bei uns
im Mittelpunkt. Gerne beraten wir
Sie persönlich und vertraulich.



„Wir sind ein gewachsener Familienbetrieb, so
fühlen und arbeiten wir.“

Herzlichst, Ihr Karl Albert Denk mit Familie

Karl Albert Denk

München

St.-Bonifatius-Str. 8
T. 089 - 64 24 86 80

Freising

Prinz-Ludwig-Str. 5
T. 08161 - 49 65 31 7

Eichenau

Hauptstr. 26
T. 08141 - 50 92 922

Erding

Kirchgasse 2a
T. 08122 - 22 70 60

Neufahrn

Echinger Str. 17
T. 08165 - 79 96 24

Grünwald

T. 089 - 64 24 86 80



info@karlalbertdenk.de
www.karlalbertdenk.de



Anzeige



**CHRISTOPHORUS HOSPIZ VEREIN
MÜNCHEN**

Effnerstraße 93
81925 München

Tel: 089 / 13 07 87-0

Fax: 089 / 13 07 87-13

info@chv.org

www.chv.org



**Wir freuen uns über Spenden
auf unser Spendenkonto:**

Christophorus Hospiz Verein

SozialBank AG

IBAN DE23 3702 0500 0009 8555 00

BIC BFSWDE33XXX

Für Ihre Spende an unseren gemeinnützigen Verein stellen wir Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung aus. Bitte geben Sie dazu Ihre vollständige Adresse an.