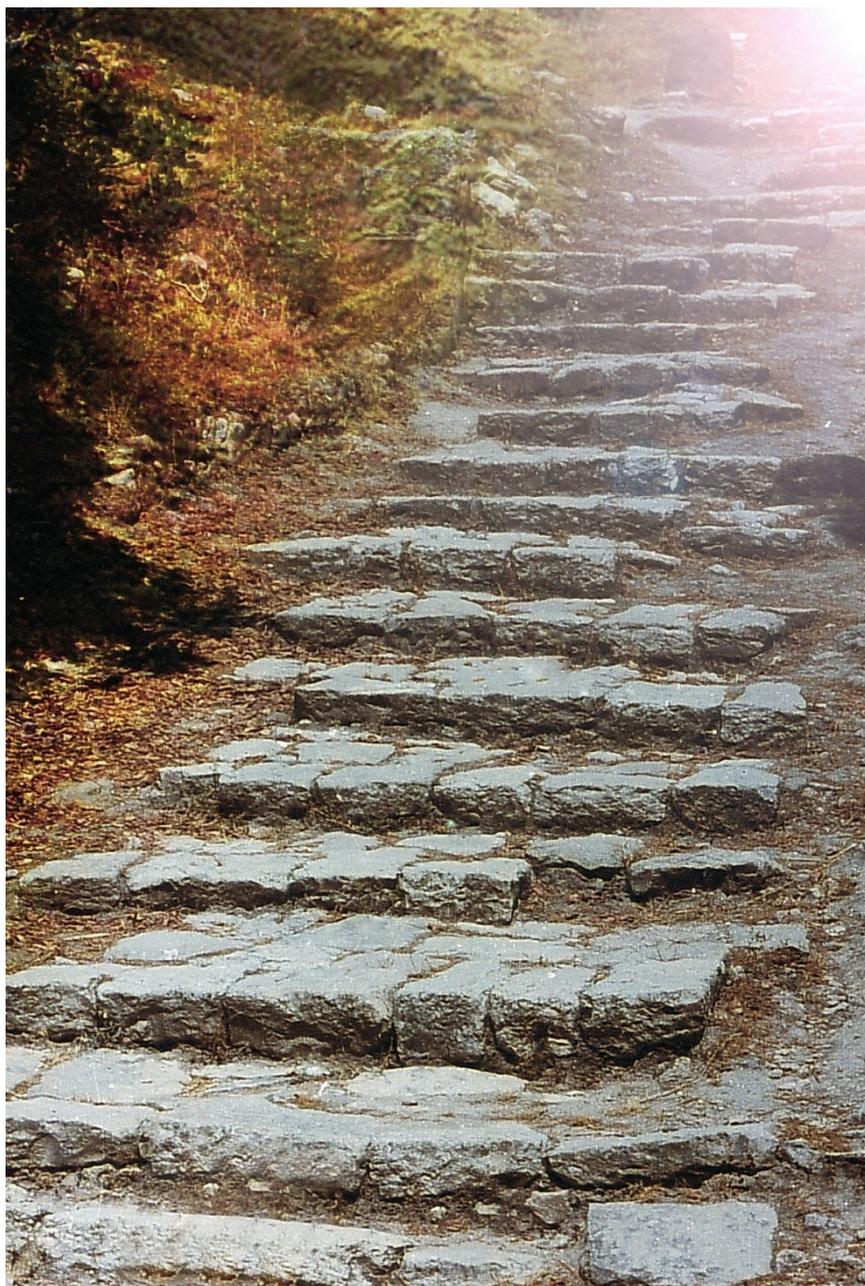


**Info-Brief
Nr. 15
April 2017**



Informationsschrift für Vereinsmitglieder und Interessierte



***Liebe Vereinsmitglieder,
liebe Freundinnen und Freunde des
Oekumenischen Hospizdienstes,***

eben noch Jahreswechsel und bereits wieder Ostern. Manchmal möchte ich die Zeit festhalten, doch die Zeit lässt sich von mir nicht festhalten, sie fließt und nimmt mich ungefragt mit.

Unser Frühlings-Info-Heft können Sie fest in den Händen halten und lesen, was sich in ihrem Verein so tut. Das letzte Jahr war geprägt von unserer Teilnahme an der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand in Norddeutschland“.

Eine Ehrenamtliche berichtet von ihrer Ausbildung zur Multiplikatorin. Und es gibt wieder einen Buchtipp.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit beim Lesen.

Ihre Sieglinde Winterstein

„Hand in Hand für Norddeutschland“

Unser Verein und das stationäre Hospiz haben sich 2016 eingebracht in die NDR Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“. Einmal im Jahr findet diese Benefizaktion statt zugunsten sozialer Projekte.

Zwei Wochen lang, vom 5. bis 16. Dezember 2016, hatten die NDR-Programme, das NDR-Fernsehen und das Internet-Angebot NDR.de über die Hospiz- und Palliativ-Arbeit im Norden berichtet, Projekte sowie Helferinnen und Helfer vorgestellt und zu Spenden aufgerufen.

Bereits im Juli waren einige von uns bei den Planungen beim Norddeutschen Rundfunk in Hamburg dabei.

Wieder zu Hause wurde überlegt, was wir dazu beitragen können.

Heike Riemann und Rita Schneider von unserem Verein, sowie Ursula Sendes vom Hospizdienst Tostedt wurden in die Sendung „NDR – Plattenkiste“ eingeladen.

Svenja Weisemöller wurde von Enjoy-Radio interviewt, außerdem gab es weitere Berichte aus dem stationären Hospiz.

Die Krönung war, als der NDR einen Weihnachtsbaum im Wintergarten des stationären Hospizes aufgestellt hat. Unsere Ehrenamtlichen haben ihn

geschmückt mit den von den NDR-Hörerinnen und Hörern gebastelten Baumschmuck.

Unser Hospizdienst und das Hospiz Nordheide waren dabei als Prof. Dr. Winfried Hardinghaus, Vorsitzender des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbands e.V. (DHPV) am 22. Dezember in Kiel vom NDR ein symbolischer Scheck über die Spendensumme von 3,29 Millionen Euro überreicht wurde. Das Geld soll zu 100% dem



DHPV und seinen Einrichtungen in Norddeutschland zu Gute kommen.

Sieglinde Winterstein

Besuch beim NDR in der PLATTENKISTE

Am Donnerstag, den 9.12. war es soweit. Ursula Sendes vom ambulanten Hospizdienst in Tostedt, Heike Riemann und ich vom Oekumenischen Hospizdienst Buchholz, machten uns auf den Weg nach Hannover zum Funkhaus des NDRs. Hier durften wir im Rahmen der NDR-Aktion „HAND IN HAND für NORDDEUTSCHLAND“, eine große Spendenaktion zu



Gunsten der Hospizarbeit in Norddeutschland, eine Stunde lang das Programm in der Plattenkiste gestalten. Im Mittelpunkt stand unser Projekt „HOSPIZ MACHT SCHULE“.

Schon der Empfang war ausgesprochen freundlich. Ein sehr netter Student führte uns dann durchs Funkhaus und erzählte kompetent über

Sendungen, Moderatoren und die Geschichte des NDRs. Es herrschte eine sehr nette und angenehme Atmosphäre im Haus. Im Tonstudio wurde uns dann ausführlich der Ablauf der Sendung anhand der Computer und Mischpulte erklärt.

Und dann war es auch schon soweit. Wir hatten das große Glück, dass wir bei einer überaus netten Moderatorin zu Gast waren. Martina Gilica war unserer Hospizarbeit sehr offen und interessiert zugetan und linderte durch ihre natürliche und freundliche Art gleich etwas unsere Aufregung. Wir saßen in einem kleinen Aufnahmerraum an einem runden Tisch vor drei großen Mikrofonen und uns gegenüber die Moderatorin, die munter drauf losredete. Zwischen den Liedern, die wir uns vorher ausgesucht hatten, wurden wir abwechselnd zum Thema Hospizarbeit und zu unserem Projekt „HOSPIZ MACHT SCHULE“, das bundesweit schon über 600 Mal in den 3. und 4. Klassen der Grundschulen sehr erfolgreich durchgeführt wurde, interviewt. Hierbei handelt es sich um ein einwöchiges Programm im Rahmen einer Projektwoche, um mit den Kindern über das Thema „Tod, Trauer und Abschied“ zu sprechen. Es folgten noch viele Fragen zu unserer Hospizarbeit und wir konnten in einer sehr lockeren und angenehmen Atmosphäre viel über uns berichten.



Immer wenn ich jetzt die Stimme unserer Moderatorin im Radio höre, sehe ich sie vor ihrem Mikro sitzen, wie sie in ihrer lebendigen, natürlichen und freundlichen Art durch die Musiksendung führt und mit einem Lächeln erinnere ich mich an unsere aufregende Stunde im Radio.

Rita Schneider

„Hand in Hand für Norddeutschland“



Am Freitag den 16.12.2016 hatte ich Frühstücks-dienst im Hospiz und heute wollte der NDR, im Rahmen der Aktion „Hand in Hand für Nord-deutschland“, zum Tannenbaum schmücken kommen.



Wie immer kamen um 9.00 Uhr die ersten Gäste und wir freuten uns auf ein leckeres Frühstück. Doch da stand schon eine junge Frau, voll bepackt mit Geräten vor der Wintergartentür und wollte wissen, ob sie richtig sei. Wir luden sie erst mal zum Frühstück ein und es entwickelte sich schnell ein lockeres Gespräch in der ganzen Runde. Kurz darauf kamen dann viele Ehrenamtliche und auch das NDR-Team traf bald ein.



Der Tannenbaum wurde aufgestellt und die Helfer öffneten die vielen Pakete, die nach dem Aufruf des NDR zum Basteln von Weihnachtsschmuck eingetroffen waren. Es war unglaublich, mit welcher Vielfalt und Liebe die Hörer gebastelt, und die Dinge, meist verbunden mit lieben Worten für die Aktion, an uns geschickt hatten. Nach zwei Stunden stand ein wunderhübsch geschmückter Tannenbaum im Wintergarten und es war Zeit, ein paar Fotos zu machen.

Es strahlte wirklich „Weihnachtsfreude“ in den Gesichtern von Gästen und Helfern. Natürlich habe ich auch viele andere Berichte in Radio und Fernsehen in dieser Woche verfolgt und finde es einfach toll, wie sich der Umgang mit Tod und Sterben in den letzten Jahren verändert hat.

Margrit Nackenhorst



Multiplikatoren Ausbildung in Neudietendorf

Es ist Frühling.

Mit zwei anderen Ehrenamtlichen aus Tostedt sind Helga Oberthür und ich auf dem Weg nach Neudietendorf zur Multiplikatoren Ausbildung. Trotz der langsam erwachenden wunderschönen Landschaft durch die wir fahren, macht sich in mir, je näher wir unserem Ziel kommen, eine gewisse Aufregung, ja Anspannung breit. Was wird uns erwarten, was werden wir lernen, wie ist die Gruppe und wie unsere Ausbilder? Doch all meine Sorgen sind unbegründet. Wie ich es in den letzten Jahren immer wieder erleben durfte, sind Menschen die sich mit der Hospizarbeit beschäftigen sehr offen, zugewandt und herzlich. Und der Lerninhalt? In dieser



ersten Woche beschäftigen wir uns sehr gründlich mit dem Grundkurs des Celler Modells. Auch in dieser Gruppe war wieder zu spüren, dass die dort angesprochenen Themen die Herzen der Menschen berühren, sie öffnen und zum Nachdenken bringen und ihnen helfen sich selber besser kennenzulernen.

Es ist Herbst.



Wieder ist die Fahrt durch die jetzt herbstliche Landschaft wunderschön. Diesmal überwiegt die Freude die anderen Teilnehmer und unsere Ausbilder wieder zu sehen. Einige haben schon selber mit Ausbildungsgruppen angefangen – wie mag es ihnen ergangen sein?

Der zweite Teil unserer Ausbildung ist etwas theoretischer. Wir beschäftigen uns anhand des Vertiefungskurses mit der Planung, den Methoden und der Durchführung von Unterrichtseinheiten.

Jedes Team darf eine Einheit selbständig „unterrichten“. Diese Arbeit ist aufregend und manchmal mit viel Stress verbunden, aber auch interessant und schön. Wir lernen viel über uns selber in der Rolle des Ausbilders, des Lehrers.

Trotz der intensiven Arbeit, kommen Spaß und Freude und das gemeinsame Lachen nicht zu kurz. So freuen wir uns besonders, dass wir in der Mitte der Woche einen Nachmittag nach Erfurt fahren können.

Am Ende dieser zweiten Woche fahre ich dankbar, ein wenig traurig, dass diese erfüllte Zeit so schnell vorbeiging, wieder nach Hause. Gleichzeitig bin ich voller Vorfreude, dass ich das, was ich gemeinsam mit Helga gelernt, erlebt und erfahren habe, weitergeben darf und eines Tages neue ehrenamtliche Hospizbegleiter für unsere wunderbare Aufgabe – Sterbende zu begleiten – ausbilden kann.

Sigrid Lederer

Buchtipp:

Andreas Knuf: Sei nicht so hart zu dir selbst.
Selbstmitgefühl in guten und in miesen Zeiten
Kösel 2.Aufl.2016

Dem ewigen Nörgler in mir auf der Spur - so könnte man das Motto dieses Buches nennen. Was macht es mit mir, wenn ich mich dauernd für irgendwelche kleinen Macken, Verfehlungen oder für unerreichte Ziele kritisiere oder gar verurteile? Aus seiner eigenen therapeutischen Arbeit und nach neusten Studien ist der Autor überzeugt von der Bedeutung des Selbstmitgefühls. Es wird abgesetzt gegen die Selbstliebe, vor allem aber gegen das Selbstwertgefühl. Letzteres greife nur in guten Zeiten, versage aber in schlechten, ja könne sich dann sogar ins Gegenteil verkehren.



Der Weg zum Selbstmitgefühl ist ein langer, ein Übungsweg; es ist wie das Erlernen einer Fremdsprache. Daher ergeben sich manche Wiederholungen, weil der Autor den Leser immer wieder auffordert, zum Üben zu werden. Er zeigt ihm mehrere Schritte dieses Übungsweges, der zum Hineinnehmen von Selbstmitgefühl in den Alltag führt.

Vielleicht ist es für manche Leser eine Hilfe, mit dem Anhang zu beginnen; darin beschreibt eine Frau ihren Weg von einem durch Selbstverurteilung leidvollen Leben zu einem mitfühlenden, zufriedeneren.

Inneren Schuldzuweisungen begegnen wir auch häufig bei Trauernden. Vielleicht würde ihnen dieses Buch helfen, denn gerade für den Umgang mit schwierigen Situationen empfiehlt der Autor die Einübung von Selbstmitgefühl.

Renate Krüger



Trauertreff an jedem 3. Sonntag des Monats in der Zeit von 15 bis 17 Uhr im Paulus-Haus der St.Paulus-Gemeinde, Kirchenstraße 4, 21244 Buchholz.

Nächste Termine:

| | | | |
|------------|------------|------------|------------|
| 21.05.2017 | 18.06.2017 | 16.07.2017 | 20.08.2017 |
| 17.09.2017 | 15.10.2017 | 19.11.2017 | 17.12.2017 |

Dienstag, 16.05.2017 im Paulushaus um 19:30 Uhr

Vortrag „Wissen und nicht wissen wollen“ mit Anja Dose und Raili Koivisto

Liebe Vereinsmitglieder,

aus Gründen der Arbeits- und Kostenersparnis werden wir ab 2016 für Ihren Vereinsbeitrag keine Spendenbescheinigung mehr versenden, da Ihr Kontoauszug für das Finanzamt ausreicht.

Wenn sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an uns.

Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Sieglinde Winterstein

Anschrift

Oekumenischer Hospizdienst Buchholz e.V.

Steinbecker Straße 44, 21244 Buchholz, Tel: 04181/ 134949

E-Mail: mail@oehb.info, Internet: www.oehb.info

Spendenkonto: 3097383

bei der Sparkasse Harburg-Buxtehude, BLZ 207 500 00

IBAN: DE60207500000003097383, BIC: NOLADE21HAM

Wenn Sie den Infobrief künftig als PDF-Dokument per E-Mail erhalten möchten, senden Sie bitte eine E-Mail an Infobrief@oehb.info