

*„Das Fallen tut erst weh, seit ich sprechen kann.
Aber das Wehtun beim Fallen ist halb so schlimm,
seit ich weiß, dass ich über das Wehtun sprechen kann.
Seit ich sprechen kann, kann ich ... in Ordnung bringen.“*

P. Handke (Kaspar Hauser)



Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer,



oder ihrem Umfeld sicherlich schon festgestellt haben, ist der Weg nach einem Verlust zurück in das neue Leben sehr individuell, sowohl von seiner zeitlichen Dauer als auch seinem Verlauf. Hierbei leisten unsere Ehrenamtlichen gerne Hilfestellung, wenn sie gebraucht wird. Ein Impuls für alle Interessierte zum Umgang mit Trauer gab der diesjährige Porzer Hospiztag, über den wir in dieser Ausgabe berichten.

Zwei Jahre Pandemie, in denen der Förderverein nur eingeschränkt auf seine Angebote aufmerksam machen konnte, haben auch dafür gesorgt, dass das Wissen in der Bevölkerung über unsere Vereinsarbeit zurückgegangen ist. Daher freuen wir uns sehr, dass wir gemeinsam mit dem Runden Tisch Seniorenarbeit im Stadtbezirk Porz und anderen Partnern auf die Angebote für Menschen am Lebensende in Porz im Rahmen einer Informationsveranstaltung am 19.08.2022 im Porzer Rathaus aufmerksam

machen können. Wie schnell die Zeit vergeht, zeigt sich aber auch daran, dass das Hospiz an St. Bartholomäus dieses Jahr seinen 20. Geburtstag feiert. Das Haus steht allen Menschen offen - daher möchten wir das Jubiläum mit einem Gottesdienst am 25.08.2022 um 18.30 Uhr in St. Bartholomäus auch mit allen zusammen feiern. Auch Sie sind herzlich eingeladen!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre und freue mich, wenn wir uns bei der ein oder anderen Gelegenheit persönlich begegnen.

Bleiben Sie gesund!

Helene Gras-Nicknig
Vorsitzende des Fördervereins

Unsere regelmäßige Angebote

Hospizcafé

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
von 15:00 - 16:30 Uhr
im Caritas-Hospiz an St. Bartholomäus

Trauerwandern

2. Samstag im Monat
ab Caritas-Hospiz an St. Bartholomäus

Trauercafé

jeden 4. Mittwoch im Monat,
von 15 - 16.30 Uhr im Hospiz-Treff,
Hauptstraße 345, 51143 Köln.

Alle Angebote sind kostenfrei.
Aktuelle Informationen erhalten
Sie im Büro des Fördervereins.



Inhalt:

Unsere regelmäßigen Termine · 10. Porzer Hospiztag · Ehrungen · Bis zum letzten Moment · Einladung Benefizkonzert mit Markus Galle, Herbert Ihle und Freunden



Rückblick 10. Porzer Hospiztag: Trauern - Trau dich!

Nachdem der 10. Porzer Hospiztag coronabedingt zweimal verschoben werden musste, konnte er nun im Mai endlich stattfinden. Erstmals wurde das Thema Trauern im Schwerpunkt behandelt. In ihrem Grußwort unterstrich die diesjährige Schirmherrin und Porzer Bezirksbürgermeisterin Sabine Stiller, dass die Thematik letztlich jeden betreffe, da bereits ein jeder über den Verlust eines lieb gewonnenen Menschen in seinem Leben getrauert habe. Gleichwohl dauere die Trauer unterschiedlich lang und mache sich unterschiedlich bemerkbar, was zu großen Missverständnissen im Umgang mit Trauernden führen könne.

Mucksmäuschenstill war es im Saal, als Monika Müller das „MÄRchen von der Trauerverarbeitung“ vortrug, das eine ehemalige Klientin, die von ihr im Rahmen der Trauer begleitet wurde, verfasst hatte und das gefühlvoll davon handelt, wie die Märchenfigur Künigunde mit Hilfe der Fee Erdmuthie ihren Weg aus der Trauer findet. Die langjährige Beraterin der Landes- und Bundesregierung in Fragen zur Hospiz- und Palliativversorgung räumte in ihrem einstündigen Vortrag mit der Vorstellung auf, Trauer lasse sich (gewaltsam) bewältigen und sei nach Abschluss verschiedener Phasen vorbei. Das Gegenteil sei der Fall,

so Müller. Trauer sei ein Prozess. Sie kehre - je nach Stärke des Verlusts - immer wieder. Aus ihr fände nur der Betroffene selbst heraus und dies stets in seiner, d.h. sehr individuellen Weise. Daher gebe es weder ein Patentrezept für Trauernde, noch nütze es den Betroffenen, wenn man ihnen den goldenen Weg vorzeichne. Müller ermutigte dazu, Trauernde zu begleiten, ihnen Mut zuzusprechen und sie bspw. durch Märchenschreiben zu aktivieren, damit es ihnen gelänge, mit dem Verlorengegangenen zu leben und in den Alltag zurückzufinden. Anhand von Präsentationen räumte Monika Müller auch mit der These auf, dass Trauer eine Erkrankung sei, die mit Depressionen vergleichbar und behandelbar sei. Trauer sei - im Gegensatz zur Depression - eine zielgerichtete, natürliche Reaktion auf ein eingrenzbares Ereignis, das durch einen Verlust ausgelöst wird. Die Depression sei dagegen gleichbleibend niederdrückend und wirke sich in allen Lebensbereichen aus. Auch stellte Müller positiv heraus, dass nur 0,08 % der Trauernden in einem Freitod eine Lösung ihrer Verlustverarbeitung fänden. Nahezu allen Trauernden gelänge es früher oder später, sich mit dem Verlust zu arrangieren. Da die Trauer vor allem eines Partners oder Kindes bei vielen nie verlorenginge, sei es als Gesellschaft wichtig, dies nicht zu verurteilen, sondern

dem Trauernden Brücken in die Gegenwart zu bauen. Am Ende könne so der Zweck der Trauer erreicht werden, nämlich die Wiederherstellung des autonomen Menschen, der den Toten in sein Leben integriere und in seinem Bestehen aufzubauen.

Obgleich das gefühlvoll vorgetragene Märchen in Präsentationen eingebettet war, merkte man auch dem Publikum, Fachleute und interessierte Bürger, an, wie sehr die Erinnerung an eigene Verluste durch den Vortrag hervorgerufen wurde. Daher kam es im Anschluss zu einem regen Erfahrungsaustausch zwischen Publikum und der bundesweit angesehenen Referentin.

Nicht minder aufmerksam war das Publikum im zweiten Teil der alle zwei Jahre vom Förderverein Hospiz Köln-Porz durchgeführten Veranstaltung, in dem Stephanie Witt-Loers die Trauer von Kindern darstellte und analysierte. Die Autorin zahlreicher Publikationen aus dem Bereich der Kinder- und Jugendtrauerarbeit, die selbst eine Vielzahl von Gruppen leitet und beratend Behörden und Schulen zur Seite steht, sensibilisierte die Zuhörer, darauf zu achten, dass Kinder sich nicht verantwortlich für den Verlust eines Menschen oder von

Sachen machten. Die Reaktionen von Kindern auf eine schwerwiegende Erkrankung eines nahestehenden Menschen seien sehr unterschiedlich. Reaktionen seien im Körper, in der Psyche, aber auch im sozialen Verhalten denkbar. Hier gelte es, die Trauer zu erkennen und sich alterssprechend mit ihr auseinanderzusetzen. Hierzu gehöre auch, generell das Tabu zu brechen und den Wissensdurst von Kindern über Tod und Bestattung zu stillen. Auch gelte es im Verlustfall, das gesamte Familiensystem zu stützen, um Kindern die Trauer um den Verlust eines Elternteils oder Geschwister zu ermöglichen. Da Trauer in unterschiedlichen Prozessen verlaufe, sei es wichtig, den individuellen Bedürfnissen aller betroffenen Familienmitglieder gerecht zu werden.

Dafür, dass die Zuhörer gleichwohl beschwingt die Veranstaltung verlassen konnten, sorgte der ehemalige Porzer Lehrer und Autor Josef Egyptien alias Alsaka Joe. Mit seinen Anekdoten aus der Porzer Nachkriegszeit und seinen zahlreichen Reisen versetzte er die Zuhörer in eine andere Zeit und ließ sie die Gedanken des Tages für kurze Zeit vergessen.



Ehrungen

Nach der Begrüßungsrede durch die diesjährige Schirmherrin Frau Bezirksbürgermeisterin Sabine Stiller wurden vier unserer Ehrenamtlichen geehrt.

So wurden Bianka Klein und Gabi Majer von Frau Vanessa Aulbach, Leiterin des Leistungsbereichs stationäre Pflege und Wohnen am Caritas Altenzentrum, für ihr 10-jähriges ehrenamtliches Engagement bei der Begleitung der Hospizgäste mit der silbernen Ehrennadel geehrt.

Die goldene Ehrennadel für ihre 15-jährige ehrenamtliche Mitarbeit erhielten Rita Gemmecker und Hildegard Hoffmann.

Zwei unserer Jubilare - Roswitha Peters und Anja Casper - fehlten. Ihre Ehrung wird nachgeholt.

Allen danken wir nochmals an dieser Stelle auch im Namen des Fördervereins für ihre außergewöhnliche Zuverlässigkeit und Treue.

Unsere Bürozeiten: Montag - Freitag 9:00 - 12:00 Uhr sowie nach Vereinbarung · Telefon: 02203 - 2039963

Bis zum letzten Moment mitten im Leben Vorsorge für die letzte Lebensphase

Unsere Bezirksbürgermeisterin für den Stadtbezirk Porz, Frau Sabine Stiller, und der Runde Tisch Seniorenarbeit veranstalteten am Freitag, 19.08.2022 von 15.00 bis 18.00 Uhr im großen Saal des Porzer Bezirksrathauses und im Foyer einen Informationstag zum Thema „Lebensende in Porz“.

Vorgestellt werden sollen die zahlreichen Möglichkeiten, die schwerstkranken und sterbenden Menschen in Porz zur Verbesserung ihrer Versorgung zur Verfügung stehen. Hierzu werden Impulsvorträge im Rathaussaal angeboten, die die einzelnen Dienste vorstellen. So werden Möglichkeiten der Begleitung im ambulanten Bereich wie die palliative Versorgung durch das SAPV-Team rechtsrheinisch oder ambu-



lante Hospizhelfer ebenso beleuchtet wie die Möglichkeit, die letzte Lebensphase in stationären Einrichtungen wie Altenheim oder Hospiz zu erleben. Abgerundet werden die Vorträge durch die Vorstellung weiterer unterstützender Angebote für

den Stadtbezirk Porz wie bspw. die Begleitung Demenzkranker, die Angebote des Seniorennetzwerkes oder die muttersprachliche Unterstützung von Migranten durch die Brückenbauer*innen.

Eine abschließende Podiumsdiskussion soll den Besuchern die Möglichkeit geben, Fragen zu stellen oder Anregungen zur weiteren Verbesserung zu geben. Weitere Auskünfte geben die einzelnen Ansprechpartner an Informationsständen im Foyer.

Für das leibliche Wohl wird durch eine Cafeteria gesorgt. Der Eintritt ist kostenfrei.

Auch der Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V. beteiligt sich an der Veranstaltung, zu der wir alle Interessierte herzlich einladen.

Einladung

Am 25. August 2022 findet in der Pfarrkirche St. Bartholomäus um 18:30 Uhr ein ökumenischer Gottesdienst anlässlich des 20jährigen Bestehens des stationären Hauses statt.

Anschließend laden wir herzlich zu einem Umtrunk in das Pfarrheim, Am Leuschhof 19, ein.

„Ovend unger Fründe“

Benefizkonzert zugunsten des Fördervereins



Zu einem geselligen Abend unter Freunden lädt der Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V. herzlichst am 8.10.2022, ab 19.00 Uhr ins Dechant-Scheben-Haus in Porz-Mitte ein.

Markus Galle, ehemaliger Frontsänger von Kölsch Royal, und das Porzer Urgestein Herbert Ihle werden gemeinsam mit Freunden aus der Musikszene einen musikalischen Abend mit Heimatklängen und Hits der letzten Jahrzehnte gestalten. Alle Interpreten haben sich bereit erklärt, auf ihre Gage zu verzichten. Der Erlös der Veranstaltung wird dem Förderverein Hospiz zugutekommen.

Seit der Errichtung des Hospizes ist der Förderverein bemüht, das Wohl der Gäste zu steigern. Aktuell beteiligt sich der Förderverein Hospiz an den Kosten für den Einbau von Klimageräten in allen Gästezimmern des stationären Hospizes. Zudem

werden die Kosten für eine außerhalb des Pflegebudgets der gesetzlichen Krankenkasse stehenden Psychosozialen Kraft im Hospiz vom Förderverein mitfinanziert, um den Gästen im Hospiz so viel Aufmerksamkeit wie möglich zu schenken und letzte Wünsche wie bestimmte Unternehmungen erfüllen zu können. Hierzu gehört auch das Angebot einer Klangschalen- und Aromatherapie, die für die Hospizgäste kostenfrei sind.

In den letzten beiden Jahren der Pandemie waren derartige Veranstaltungen nicht möglich, so dass der Vorstand dankbar darüber ist, dass sich die beiden Porzer Künstler bereit erklärt haben, ein solches Benefizkonzert auszurichten. Karten können zu einem Preis von 15 € u.a. im Büro des Förderverein Hospiz, Am Leuschhof 25, 51145 Köln oder telefonisch unter 02203/2039963 erworben werden.

Am 26.09.2022 findet um 19.00 Uhr die
Mitgliederversammlung

des Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V.

im Pfarrheim St. Bartholomäus, Am Leuschhof 19, 51145 Köln statt.

Impressum:

Herausgeber: Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.
V.i.s.d.P: Helene Gras-Nicknig, 1 Vorsitzende
Am Leuschhof 25 · 51145 Köln · Tel.: 02203-2039963 · Fax: 02203-2039964
info@hospiz-koeln-porz.de · www.hospiz-koeln-porz.de

Foto: Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.
Helene Gras-Nicknig · Barbara Berghausen · Rainer Czakalla

Gestaltung und
Produktion: Berghausen Grafik & Design · berghausen@gmx.de · Auflage: 1.000 Stück

Förderverein

Hospiz Köln-Porz  ist Mitglied im:

- Hospiz- und Palliativ Arbeitskreis Köln
- Hospiz- und Palliativ Verband NRW e.V
- Deutscher Hospiz- und Palliativverband e.V.
- Caritasverband der Stadt Köln