

MAGAZIN DES ELISABETH-HOSPIZ STADTLOHN

MOMENTUM

AUSGABE 1 | 2024

THEMENSCHWERPUNKT:
MUSIK IM ELISABETH-HOSPIZ

Musik im Elisabeth-Hospiz



Rebecca Last
Sozialarbeiterin im Elisabeth-Hospiz

„Wo die Sprache endet, da beginnt Musik. Sie ist das natürliche Medium, dem Ausdruck zu geben, das zu stark und zu tief ist, um in Worte gefasst zu werden.“

Charles W. Landon

Willkommen zur Frühlingsausgabe 2024 unserer Hospiz-Zeitschrift momentum. Musik bewegt uns alle – körperlich, seelisch, geistig, spirituell – und ist lebenslanger Wegbegleiter. Seien es die ersten Töne, die wir im Mutterleib hören, Kinder- und Volkslieder, die uns in jungen Kindertagen geprägt haben, aber auch individuelle Musikstücke und „Lebens-Ohrwürmer“, die wir mit bedeutsamen Momenten in unseren Leben verbinden; bei dessen Hören wir tief im Inneren unser Selbst spüren.

Hospiz bedeutet nicht nur Dunkelheit, Trauer und Tod. Hospiz steht ebengleich für die Rückschau auf das eigene Leben. Das vielfältige Musikangebot bei uns im Elisabeth-Hospiz orientiert sich an den grundlegenden Zielen der Hospizbewegung: Musik bereichert das Leben & schenkt Lebensqualität, gibt Hinweise auf eigene Kraftquellen, kann Schmerz & Leid lindern, kann entspannen und ermöglicht Ausdrucksmöglichkeiten für Emotionen und Gedanken, die häufig mit Worten nicht auszudrücken sind.

„Musik im Hospiz“ beginnt beim Lieblingsradiosender, der im Gästezimmer oder unserer Gemeinschaftsküche nebenbei läuft, ist das gemeinsame Singen und Musizieren

mit der Familie, Ehrenamtler/Innen, Pflegekräften oder in professioneller Begleitung durch unsere Musiktherapeutin, mit der beispielsweise die Wunsch-Playlist für die eigene Beerdigung geplant werden kann. „Musik im Hospiz“ bedeutet kleine weihnachtliche Konzerte durch Chöre, Musikvereine oder Schüler/Innen westmünsterländischer Musikschulen. Musik kann am Lebensende auch neu entdeckt werden, wie z.B. durch die Effekte der Klangschale oder das Experimentieren auf unserem Klavier. Musik findet sich auch in Form von Benefizkonzerten oder in Musikwork-



shops für unsere Ehrenamtler/Innen wieder und ist stets fester Bestandteil unserer Gedenkfeiern. Und auch in der Begleitung Trauernder leistet Musik einen wichtigen Beitrag, sind es doch häufig bestimmte Lieder, die uns mit Verstorbenen verbinden.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und dass auch Ihr Leben durch die ein oder andere musikalische Inspiration bereichert wird, alte bedeutsame Lieder wiederentdeckt werden und gar neue Lieder ihr Leben und das Ihrer Liebsten bereichern. ■

Inhalt

Themenschwerpunkt: Musik im Elisabeth-Hospiz

Musik im Gepäck **3** Hospiz-Benefiz 2024 **4-5** Eine unglaubliche Reise – auch zu mir selbst! **6** Ausbildung ehrenamtlicher Hospizbegleiter*innen **7** Ein „Jahr der Musik“ im Elisabeth-Hospiz **8-9** Klangzeit im Hospiz – Entspannung für Körper, Geist und Seele **10** Irgendwann ist es Zeit zu gehen ... / Worte, die uns berühren **11** Neue Angebote der „Du bist mir nah“-Trauerbewegung Stadtlohn **12** Musik tröstet, Musik berührt ... **13** Neues vom Förderverein **14** „Die verlorenen Töchter“ **15** Impressum **16**

Musik im Gepäck

„Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.“

Victor Hugo

Mein Name ist Steffi da Silva, ich bin 43 Jahre alt und wohne mit meinen zwei Kindern in Ochtrup. 2006 habe ich beschlossen, mich als ambulante Musiktherapeutin selbständig zu machen. Seit 2016 bin ich bereits im palliativmedizinischen Bereich tätig und seit September 2022 besuche ich nun regelmäßig das Elisabeth-Hospiz.



„Die Musiktherapie“ gibt es nicht, sie ist jedoch nicht zu verwechseln mit Musikunterricht oder „Stimmungsmache“ im Sinne eines Alleinunterhalters. Vielmehr ergibt sich der Behandlungsauftrag aus der Begegnung mit dem Gast selbst. Es geht vor allem darum, feinfühlig Signale zu erkennen und darauf zu reagieren, behutsam und flexibel auf gegebene Emotionen zu reagieren. Im Vordergrund steht das Ermöglichen von positiven Erlebnissen im Hier und Jetzt, Ressourcen und Bedürfnisse zu erkennen, musikalisches Spiegeln und Begleiten. Dies geschieht sowohl in aktiver als auch in rezeptiver Form: Vorsingen/Spielen, gemeinsames Musizieren und Singen, Sprechen, ...

Jeder Mensch entwickelt einen ganz eigenen „Soundtrack seines Lebens“, der unwillkürlich mit der eigenen Biographie und Identität verknüpft ist. Das Wichtigste ist, diesen Soundtrack aufzuspüren, Wunschmusik einzubinden und Liedtexte zu finden, die eine aktuelle Stimmung aufgreifen. Es wird geweint, gelacht und geschwiegen. Manchmal wird die Musiktherapie aber auch abgelehnt und auch das ist nachvollziehbar und legitim.

Die Arbeit im Hospiz ist sehr vielfältig und wenn ich gefragt werde, welche Situationen für mich am einprägsamsten waren, ist die Antwort ebenso vielfältig.

Es sind besondere Gespräche und Erinnerungen, die zu Liederwünschen führen und dadurch wieder lebendig werden. Es ist das aktive Begleiten von Abschiedsprozessen, auch und gerade mit Angehörigen, auf sehr persönlicher und vertrauensvoller Ebene. Es ist das intuitive Erspüren von passender Musik in den passenden Momenten, und das gute Gefühl damit genau ins Schwarze getroffen zu haben. Es ist das Zurückholen und Spüren der „alten Heimat“ mit Hilfe von Musik, sei es über schlesische, italienische oder plattdeutsche Lieder. Es ist das Schaffen von heiteren, unbeschwerten Momenten, in denen die Krankheit in den Hintergrund und die Persönlichkeit in den Vordergrund rückt.

Ein letztes Mal das Lieblingslied mit einem Musiker „performen“, der dankbar dafür ist, den Beat noch einmal gespürt zu haben. Das Hören eines selbstgeschriebenen, autobiographischen Liedes eines Musikers, der dabei auf meiner Gitarre spielt und ich sein letztes Publikum sein darf. Die Hilfe bei der Liedauswahl für die eigene Beerdigung zu sein und auf Wunsch manchmal sogar dort zu spielen und den letzten Weg mitgehen zu dürfen. ■



Steffi da Silva
Ambulante Musiktherapeutin

Hospiz-Benefiz 2024



Im Jahr 1984 wurde erstmals in professioneller Form ein Konzert zu Gunsten einer gemeinnützigen Sache veranstaltet. Die Rede ist von keinem geringeren Bandprojekt als „Band Aid“. Es wurde veranstaltet, um die damalige Hungersnot in Äthiopien zu bekämpfen. Seither ist es ein guter Brauch von Musikerinnen und Musikern in aller Welt ihre Kunst für einen guten Zweck zu präsentieren. Unzählige weitere Projekte – groß und klein – folgten. So auch das Hospiz-Benefiz 2023. Ich wurde gefragt, ob ich ein paar Zeilen schreiben mag, wie es zu diesem Engagement kam.

Das diesjährige Hospiz-Benefiz findet am 06.04.2024 statt.

Angefangen hat es von einigen Jahren, als meine Frau und ich gefragt wurden, ob wir ein weihnachtliches Singen im Stadtlohner Elisabeth-Hospiz ausrichten möchten. Erst etwas zögerlich – da wir mit dem Hospiz als Einrichtung keinen Kontakt hatten – sagten wir zu. Es waren in den letzten Jahren immer stimmungsvolle und berührende Augenblicke. Mit der Zeit hat sich der Kontakt intensiviert und es reifte in mir die Idee, eine Charityveranstaltung für das Hospiz zu organisieren. Aber was, und wie? Zu meinem langjährigen (und etwas aus den Augen geratenen) Freund und Mitmusiker Tobias Breitenstein entwickelte sich in dieser Zeit parallel ein Kontakt. Ich war mit meiner Band „Kaiserkeller – A Tribute to the Beatles“ bereits gut gebucht und wir konnten uns in den letzten Jahren einen Namen im Münsterland erspielen. Tobias ebenso mit seiner Band „Charlie“ in Aachen – diese covern Rolling Stones Titel. Da kam mir die Idee, dass es doch ein interessantes Angebot wäre, ein





Konzert zusammen zu spielen. So konnte ich beides zusammenbringen und das Hospiz-Benefiz nahm Form an. Durch meine guten Kontakte in die Musikszene und Veranstaltungstechnikfirmen (der Dank geht raus an CW-Veranstaltungstechnik Stadtlohn) sowie Stadtlohn selbst, gelang es mir in kurzer Zeit das Konzert zu organisieren. Hilfreich zu Seite stand die ganze Zeit mein Arbeitgeber, die Stadtverwaltung. Auch meine Bandmitglieder waren von der Idee sofort begeistert. Was ich zu dem Zeitpunkt nicht wusste: Mein Bandkollege und Freund Marcus Kämper hatte Kontakt zum Elisabeth-Hospiz, da er einen Freund als Gast dort begleiten durfte. Auch die Band „Charlie“ kam, ohne eine Gage zu nehmen, aus Aachen angereist und spielte mit uns ein fulminantes Konzert in der nahezu ausverkauften Stadthalle Stadtlohn. Es war berührend zu sehen, wieviel Wertschätzung unserer Arbeit aber auch letztlich dem Elisabeth-Hospiz Stadtlohn entgegengebracht wurde. Bereits zu Beginn des Konzerts 2023 habe ich mich aus eindeutig euphorischen Gedanken dazu hinleiten lassen, eine Wiederholung zu versprechen. Aus der Aussage kam ich nun nicht mehr raus und ich wurde bereits im letzten Jahr mehrfach auf eine Wiederholung angesprochen. Dies habe ich gerne wieder mit Unterstützung aller Beteiligten in Angriff genommen. Ein Unterschied: Es tritt neben dem Kaiserkeller und der Vorband „Flying Gloves“ die aus Coesfeld stammende Formation „Panda-Apotheke“ auf.

Mit der „Panda-Apotheke“ kommen sehr alte Musikfreunde aus meinen Jugendtagen nach Stadtlohn. Am 13.01.2024 haben die „Pandas“ in der Fabrik Coesfeld ihr 20-jähriges Bühnenjubiläum gefeiert. Und die Fabrik Coesfeld war ausverkauft. Es gab nur noch Restkarten an der Abendkasse. Wer

weiß, vielleicht wird das Stadtlohn Hospiz-Benefiz ja auch ein Dauerbrenner und - wenn auch nicht ganz so groß wie Band Aid – aber doch eine feste Größe in der Stadtlohner Kulturlandschaft und ein möglichst großer Spendengeber für das Elisabeth-Hospiz Stadtlohn. Es würde mich freuen.

So können sich alle Musikliebhaber auf einen weiteren tollen Abend am 06.04.2024 ab 20:00 Uhr (Einlass 19:00 Uhr) in der Stadthalle Stadtlohn freuen. Karten gibt es im Bürgerbüro der Stadt Stadtlohn sowie beim Stadtmarketing Stadtlohn und auch online unter <http://www.stadtlohn-gutschein.de/tickets>. ■

Dirk Schlattmann
Organisator der Hospiz-Benefizkonzerte



Eine unglaubliche Reise – auch zu mir selbst!

Da saßen wir nun eines Abends zu zwölft mit drei Koordinatorinnen des AHD und wollten erkunden, was Sterbebegleitung bedeutet und ob sie etwas für uns ist. Jeder und jede von uns brachte viel Motivation, aber auch einen Haufen Fragen und viele Unsicherheiten mit: Sterben und Tod – wirklich etwas für mich? Kann ich Menschen dabei begleiten? Warum will ich das überhaupt? Mit spürbarem Herzklopfen schrieben wir uns selbst einen Brief mit unseren Erwartungen, unseren Hoffnungen und Ängsten.

Danach ging unsere Reise richtig los: An einem Wochenende, als wir unser Leben malten, jeder und jede das je eigene. Wir malten unsere Höhen und Tiefen, unsere Erfahrungen mit Tod und Leben. Was uns wichtig war und ist in unserem Leben, was uns geprägt, erfreut, aber auch erschüttert hat, das alles konnten wir in Bild und Wort bringen. Es war eine Reise in die Tiefen des eigenen ICHs, bei der uns ein erfahrener Supervisor begleitete. Nach diesem intensiven Wochenende waren wir uns nicht mehr fremd, denn wir hatten uns unserer selbst vergewissert und Freud und Leid miteinander geteilt.

Über Sterben und Tod konnten wir von da an unbefangener und voll Vertrauen sprechen. Das Finden des eigenen ICHs und des Vertrauens in die Gruppe war ein fester und tragfähiger Grund und Boden für unsere weitere Fahrt in die Sterbebegleitung: Wir lernten, was beim Sterben und im Tod geschieht, wie wir voller Zuwendung und doch ehrlich mit Sterbenden sprechen können, was uns hilft, die Situation der Sterbenden und ihrer trauernden Angehörigen wahrzunehmen und zu deuten.

Ein besonderes Highlight war die Fahrt zur „Mut-Mach-Werkstatt“ nach Nienborg. Wie wunderbar individuell das Sterben, die letzten Wünsche und die Bestattung gestaltet werden kann, entdeckten wir dort: „Nehmt Sterben und Tod als Teil des Lebens und gestaltet es in Würde, in Freude am Menschen und seiner Individualität. Seid kreativ und ideenreich! Lasst euch nicht niederdrücken! Macht das Beste daraus!“ So oder ähnlich lautete die Botschaft, die wir alle mit nach Hause nahmen: Sterben kann bei aller Trauer auch von Freude erfüllt sein.

Von dieser Mut-Mach-Botschaft gestärkt ging unsere Reise weiter über Einblicke in die Palliativmedizin, in die Begleitung demenziell erkrankter Menschen und in die Rechtslage rund um das Sterben. Vermutlich haben wir spätestens jetzt alle eine eigene Vorsorgevollmacht erstellt.

Wir lernten etwas über die hilfreiche Wirkung von Ritualen, Musik und Spiritualität in der Sterbe – und Trauerbegleitung. Eine Traumreise führte jeden von uns in eine besondere Welt und am Ende des Abends waren wir inspiriert von der vorgelebten Begeisterung und dem Ideenreichtum für gelingende Trauerbegleitung.

Sehr intensiv und persönlich wurde unsere Selbst- und Fremderfahrungsreise, als wir uns selbst in die Situation der zu Begleitenden begaben: Wie fühlt es sich an, aus einem Schnabelbecher Flüssigkeit gereicht zu bekommen? Wie befeuchte ich einen trockenen Mund? Wie fühlt es sich an, in einen Rollstuhl gesetzt oder blind geführt zu werden? Wie wird eine Handmassage zu einer echten Wohltat? Dies alles und noch viel mehr probierten wir aneinander aus und entdecken viele Hürden, an die wir – gesund, kraftvoll und selbstbestimmt – zunächst gar nicht denken. Wer bin ich und wie fühle ich, wenn ich fast nichts mehr aus mir selbst kann, wenn ich auf die stete Hilfe angewiesen bin, wenn das Leben langsam aus mir weicht? Wenn ich auf mein nacktes Selbst zurückgeworfen bin? Und auf der anderen Seite: Wie kann ich einen Sterbenden ernst nehmen, seine Bedürfnisse erkennen und achtsam und liebevoll damit umgehen? Wie ihm sein entblößtes Ich und seine Hilflosigkeit erleichtern?

So ernst die Themen auch waren, so intensiv so manche Erfahrungen, so sehr waren unsere Stunden auch mit Humor gefüllt. Immer wieder unterbrach heiteres Lachen die ernstesten Übungen und Gespräche. Angesteckt waren wir von dem Mut, der Begeisterung, der Offenheit und dem Vertrauen für das Leben, das uns gezeigt wurde. Die Achtsamkeit, in die wir eingeführt wurden, erfüllte auch unser Kursleben: Zuhören und Reden, Nähe und Distanz, Ernst und Vergnügen, Vertrauen und Respekt blieben stets im rechten Maß. Nur die Zeit, die rennt, und wir sind bereits am Ende unseres Befähigungskurses.

Sind wir damit auch am Ende unserer Reise? Sicher nicht! Wir treten gut gerüstet in eine weitere Etappe unserer Reise – die achtsame Begleitung eines sterbenden Menschen.

Dank Euch allen für die gute und erfüllte Zeit! ■

Wiltrud Renken

Ehrenamtlerin im Elisabeth-Hospiz im Namen aller Teilnehmer des Befähigungskurses 2023



Ehrenamtliche HospizbegleiterInnen ausgebildet



Ende Februar wurden die Zertifikate an die TeilnehmerInnen ausgegeben. Auf dem Foto fehlen drei TeilnehmerInnen des Kurses.

Insgesamt 12 neue ehrenamtliche HospizbegleiterInnen können nun im Team des ambulanten Hospizdienstes Lebensbogen Stadtlohn begrüßt werden.

Im Rahmen eines Befähigungskurses für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen haben die Teilnehmenden in den letzten sieben Monaten die Möglichkeit genutzt, sich optimal auf die Herausforderungen in der Begleitung Schwerkranker und sterbender Menschen sowie deren Angehörigen vorzubereiten. Der Kurs ist Voraussetzung für eine ehrenamtliche Sterbebegleitung und vermittelt Kenntnisse in den Themen Aufgaben der Hospizbewegung, stationäre Hospizarbeit und Hospizgeschichte, Palliativpflege, Palliativmedizin, Sterbephasen, Abschiede im Leben und Trauer, Kommunikation, Nähe und Distanz in der Begleitung sowie Rituale und Spiritualität.

Alle Einheiten wurden von qualifizierten Referentinnen und Referenten gestaltet und kontinuierlich durch Ingrid Göcke, leitende Koordinatorin und Trauerbegleiterin des ambulanten Hospizdienst Lebensbogen Stadtlohn, begleitet. Mit Erhalt des Zertifikates können die Ehrenamtlichen auch im stationären Hospiz begleiten oder andere Dienste übernehmen.

Wir möchten uns an dieser Stelle besonders beim JFB Stadtlohn bedanken, dessen Räumlichkeiten wir für unsere Befähigungskurse benutzen dürfen. Wir fühlen uns bei euch sehr wohl und freuen uns auf unsere weitere Zusammenarbeit! Vielen Dank!

Zur Information:

Der nächste Befähigungskurs der Hospizgemeinschaft „Tage voller Leben“ startet am **09. April 2024**. Der Kurs findet diesmal im **Pfarrer Böckmann Haus in Heek-Ahle** statt. Interessenten können sich ab sofort für den Kurs anmelden unter:
Tel.: 02563-9126677
oder per E-Mail: ahd.lebensbogen@hospiz-stadtlohn.de

Ehrenamtliche Mitarbeiter im ambulanten Hospizdienst Lebensbogen Stadtlohn

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen im ambulanten Hospizdienst Lebensbogen Stadtlohn begleiten Menschen in der letzten Lebensphase in der vertrauten Umgebung. Sie unterstützen Sterbende und deren Angehörige durch regelmäßige und individuelle Besuche. Dabei sind die Ehrenamtlichen offen für Gespräche, schenken Zeit, Aufmerksamkeit, Ruhe und Verständnis. Dadurch treffen sie auf vielfältige Wünsche und Aufgaben. Mal stehen der emotionale Beistand und mal die tatkräftige Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags im Vordergrund. Sie schaffen Freiräume für die Angehörigen, die sich von der Pflege und Betreuung erholen können.

Ein „Jahr der Musik“ im Elisabeth-Hospiz

Schlägt man das Wort „Musik“ bei Wikipedia nach, so findet man die folgende Erklärung:

„Musik ist eine Kunstgattung, deren Werke aus organisierten Klängen bestehen, die Empfindungen oder Assoziationen hervorrufen können. Als Ausgangsmaterial dienen Töne, Klänge und Geräusche, sowie deren akustische Eigenschaften, wie Lautstärke, Klangfarbe, Tonhöhe und Tondauer. Die Fähigkeit des Menschen, als Musik intendierte Schallereignisse von anderen akustischen Reizen unterscheiden zu können, gehört zu den komplexesten Leistungen des menschlichen Gehirns...Wie die Sprache ist die Musik eine Universalie der menschlichen Kultur...“

(vgl. Musik – Wikipedia).

Mit Musik haben wir im Hospiz und in der Palliative Care die Möglichkeit, emotional und funktional für den Erhalt oder die Verbesserung der Lebensqualität zu sorgen. Musik stellt eine direkte Verbindung zu Emotionen und Stimmungen her und kann als Brücke dienen, wo eine Kommunikation mit Worten vielleicht nicht mehr möglich oder unerwünscht ist.



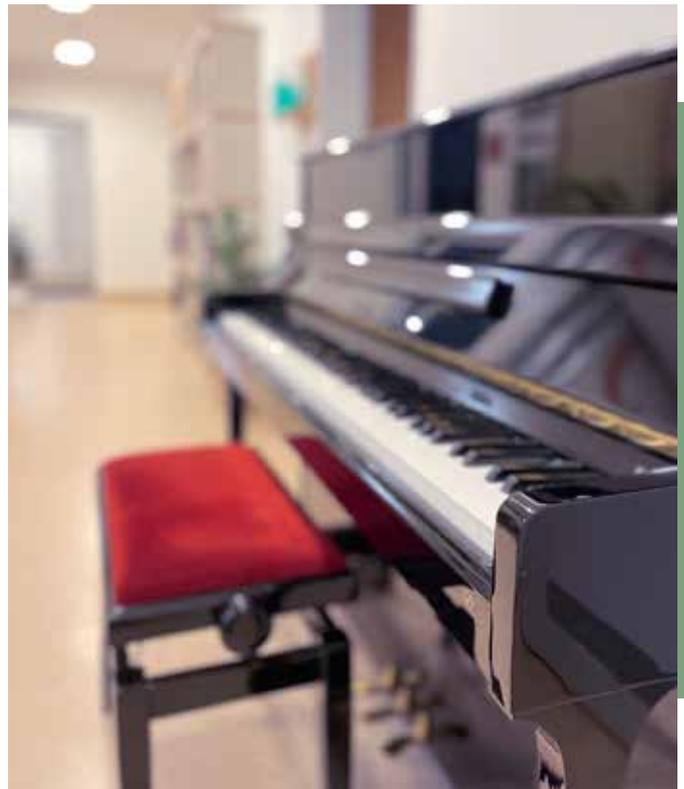
Musik vereint unheimlich viele positive Effekte. Und genau weil es so ist, haben wir uns entschieden, das Jahr 2024 im Elisabeth-Hospiz zum „Jahr der Musik“ zu machen. Intern bieten wir viele verschiedene Möglichkeiten, die Musik in den Alltag zu integrieren. Viele Artikel in dieser Ausgabe beschreiben unsere Angebote und die Bedeutung der Musik in der Hospizarbeit und der Sterbe-/Trauerbegleitung. Aber auch extern leben wir in diesem Jahr das Thema Musik. Einen ersten musikalischen Auftakt hatten wir am 02. März 2024 im Rahmen des diesjährigen Ehrenamtstages vom Hospiznetzwerk des Kreis Borken in der Schönstatt-Au. Nach dem Motto „Was kann Musik bewirken im Leben und Sterben?“ kamen an dem Samstag über 100 ehrenamtliche HospizhelferInnen zusammen und waren Teil eines belebten Austau-



ches. Ein Podiumsvortrag der Musiktherapeutin Stefanie da Silva und verschiedenste Workshops zu Themen wie Einsatz von Klangschalen, Singen und Tanzen für die Seele und Musik in der basalen Stimulation sorgten für einen kurzweiligen Tag. Die Einlage der Tanzgruppe des SV Westfalia Gemen bildete einen krönenden Abschluss.

Und schon bald folgt ein weiteres musikalisches Highlight: Nach dem erfolgreichen Auftakt im letzten Jahr wird es Anfang April die zweite Auflage des Hospiz-Benefizkonzertes in der Stadthalle Stadtlohn geben. Nähere Infos dazu gibt es auf den Seiten 4 und 5 in dieser Ausgabe.

Und wer weiß, welche musikalischen Aktionen sich im Laufe des Jahres 2024 noch so entwickeln – sowohl intern bei uns



im Elisabeth-Hospiz als auch extern. Wir sind gespannt, was sich noch ergeben wird und freuen uns auf ein musikalisches Jahr! ■

Rieke Liesmann
Leitung Elisabeth-Hospiz



„Tanze mit mir in den Morgen“

Im Sommer sehnte sich ein Gast regelmäßig nach dem Lied „Tanze mit mir in den Morgen“, das ich auf der Veeh-Harfe spielte. Eines Tages wagte eine Pflegekraft mit ihm sogar ein Tänzchen dazu, das von einer weiteren Person aufgezeichnet wurde. Man konnte sehen, wie sehr er sich darüber freute. Als wir kurze Zeit später alleine saßen, wurde er plötzlich ganz ernst. Als ich ihn fragte, ob etwas ihn bedrücke, antwortete er verhalten: „Wenn die Krankenkasse das mitbekommt, muss ich bestimmt wieder hier raus.“

Einige Tage später, als ich Herrn X besuchte, war er sehr gezeichnet, und seine Angehörigen saßen am Bett, um gemeinsam seine letzten Stunden zu begleiten. Als ich Hr. X begrüßte und ihm sagte, dass ich glaube, es sei heute wohl nicht gut, vor der Tür zu spielen, antwortete er ganz leise: „Warum denn nicht?“ So spielte ich noch einmal das Lied, sein Lied „Tanze mit mir in den Morgen“ und die Kinder sangen den Text dazu. Herr X ist in der folgenden Nacht gestorben.



Foto: Beate Schroer

Ich bin davon überzeugt, dass diese Lebhaftigkeit, die das gesamte Team vom Elisabeth-Hospiz auf vielerlei Art einbringt, weiter nach außen getragen wird und eines Tages das Wort „Hospiz“ den Schrecken für Außenstehende verliert. Das ist ein wenig meine Vision: Mit der Musik der Veeh-Harfe etwas beizutragen, das Bild von Hospizen in der Öffentlichkeit zu verändern. Indem die Menschen sehen, wie ein Hospiz ein Ort der Fürsorge, des Trostes und der Lebensfreude sein kann, können sie lernen, dass Hospize nicht nur Orte des Leidens und des Sterbens sind, sondern auch Orte des Lebens und der Menschlichkeit. Durch die positive Ausstrahlung des gesamten Teams und die Erfahrungen, die Menschen im Hospiz machen, kann sich die Wahrnehmung von Hospizen langfristig ändern. ■

Agnes Wesseling
Ehrenamtlerin im Elisabeth-Hospiz

Klangzeit im Hospiz – Entspannung für Körper, Geist und Seele



Sicher hat fast jeder von uns schon mal das Hören von bestimmten Klängen und Tönen als sehr angenehm und schön empfunden.

Im Elisabeth-Hospiz gibt es für unsere Gäste seit einiger Zeit die Möglichkeit, bei Klangreise oder Klangmassage zu entspannen und zur Ruhe zu kommen. Klangschalen haben eine lange Geschichte und werden in verschiedenen Kulturen seit Jahrhunderten verwendet. Ursprünglich wurden sie in der buddhistischen Meditation und in der tibetischen Medizin eingesetzt.

Die Klangschalen bestehen aus verschiedenen Metallen und erzeugen beim Anschlagen einen reichen, harmonischen

Klang. Dieser Klang ist mit Schwingungen verbunden, die sowohl über das Gehör als auch über den Körper als Vibrationen wahrgenommen werden, sich dort nach und nach ausbreiten und eine tiefe Entspannung erzeugen können.

Das Klangangebot wird individuell auf die körperliche und seelische Verfassung des Gastes und auf die jeweilige Situation abgestimmt. Die Klangschalen können einen Text begleitend angeschlagen, im Zimmer platziert oder auch bei der Klangmassage auf den bekleideten Körper des Gastes aufgesetzt und angeschlagen werden. Häufig verändert sich die Atmung schon nach Antönen der Schalen. Sie wird ruhiger und es entsteht oft ein tiefer Entspannungszustand. Dass jemand bei dem Klangangebot einschläft, kommt auch vor. Aber gerade das empfinden einige auch als wohltuend.

Ein Gast beschrieb es einmal so: „Ich fühle mich sofort wie weggebeamt.“ Schmerzen, Ängste und Unruhe können durch

die Klänge gelindert, ein Gefühl von Geborgenheit kann vermittelt werden. Außerdem kann der Klang der Schale dazu beitragen, eine Verbindung zur inneren Spiritualität herzustellen und den Gast bei der Suche nach Sinn und Transzendenz zu unterstützen. Insgesamt kann die Klangschale eine wertvolle Ergänzung zur ganzheitlichen Betreuung des Gastes sein und eine zusätzliche beruhigende und tröstliche Atmosphäre im Hospiz schaffen. ■



Helga Jäger
Pflegefachkraft
im Elisabeth-Hospiz

Irgendwann ist es Zeit zu gehen ...

Zu Weihnachten 2021 bekamen wir von euch, liebe Dagmar, liebe Rieke, ein ungewöhnliches, wie auch so passendes Geschenk. Gewürze!

Dazu ein kleiner Auszug:

Ein wunderbares Bild wie die Menge an Gewürzen auch unsere Vielfalt darstellt. Jeder auf seine Weise bereichert unser Haus und gibt seine Würze ins Team. „Ihr seid das Salz in der Suppe“. Eine schöne Umschreibung für ein multiprofessionelles Team, in dem sich das große Ganze aus so vielen „Gewürzen“ zusammensetzt.

Heute blicke ich auf fast 20 Jahre zurück. Während dieser Zeit durfte ich Teil der Mischung sein.

Gemeinsam haben wir viele Jahre sterbende Gäste und ihre Angehörigen begleitet, eigene Grenzen erfahren und sind nicht selten darüber hinausgewachsen. Unvergessen bleibt diese intensive, wichtige Lebenszeit.

Und doch ist es irgendwann Zeit zu gehen ...

Nur noch ein paar wenige Tage und mein Arbeitsplatz sieht anders aus. Ab der kommenden Woche begleite ich den Alltag von Menschen mit körperlichem und geistigem Handicap. Organisiere Freizeiten, Geburtstage, versuche mich daran Dienstpläne zu schreiben und mich in meiner neuen Rolle einzufinden. Eines weiß ich bereits jetzt: Ihr werdet mir fehlen! „Die gute Mischung“!

Somit wäre es naheliegend als Abschiedsgeschenk eine Gewürzmischung oder vielleicht „typisch Nadine“ eine aromatische Duftmischung zu verschenken. Nur nicht das, was ich euch mitgebracht habe: Engelanhänger!

Vorweg, der Anhänger steht nicht im Zusammenhang mit meiner Persönlichkeit. Keiner, der länger als drei Tage mit mir zusammengearbeitet hat, sieht in mir die „Engelhaftige“.

Vielmehr steht er für Zusammenhalt, Gemeinschaft, Miteinander, tragen und getragen werden. Eben für die „gute Mischung“.

Mit dem Verschenken der Anhänger verbinde ich das Gefühl, euch ein bisschen verbunden zu bleiben. Und damit komme ich zum Ende: „Manchmal braucht es einen Engel“! Schön, dass es euch gibt! ■



Nadine Schlettert
Ehemalige Pflegefachkraft im Elisabeth-Hospiz

Worte, die uns berühren

Liebes Team des Elisabeth-Hospizes,

„Einem Menschen zu helfen mag nicht die ganze Welt verändern, aber es kann die Welt für diesen einen Menschen verändern.“

Mit viel Ruhe, verständnisvoller Herzlichkeit und kompetenter Pflege konnte unsere Mama hier ihre letzte Lebenszeit verbringen. Es wurde gelacht, gewitzelt, sich erinnert, ausgetauscht und der Humor blieb auch nicht auf der Strecke. Danke für die liebevolle Begleitung und die würdevolle Atmosphäre.

Wir sagen tausend Dank für alles!

J & S





Neue Angebote der „Du bist mir nah“-Trauerbewegung Stadtlohn

Musik ist nicht nur am Lebensende unserer Gäste eine mannigfaltige Ressource. Auch in der Trauerbewältigung hat Musik eine Jahrhunderte lange Tradition. Seit jeher nutzen Menschen weltweit die Kraft und das Heilungspotential von Musik in Gesängen, Tänzen und Ritualen in der Begleitung Trauernder.

Gemeinsames Musizieren steigert die Sozialkompetenz und die Wahrnehmung des Gegenübers durch abgestimmtes Aufeinander-Hören, löst Gefühle und Erinnerungen an geliebte Menschen aus und kann Trauernden helfen, ihren Verlustschmerz und Trauergefühlen Ausdruck zu verleihen. Darüber hinaus kann Musik neuen Lebensmut geben und Trost spenden. So findet sich Musik in ganz unterschiedlichen Formen in unseren diversen Trauerangeboten wieder. Sei es in den Trauerwanderungen, den Einzelgesprächen, kreativen Workshops oder Gedenkfeiern.

Wir freuen uns, dass es 2024 zwei neue Angebote der Trauerbewegung Stadtlohn geben wird. Zum einen veranstaltet die Trauerbewegung Stadtlohn in diesem Jahr zum ersten Mal einen Aktionstag mit dem Titel „Meine Trauer = Voll normal“. Am Samstag, den 27.07.2024 sind alle Trauernden von

9.00 bis 16.00 Uhr in die Seminar-Räumlichkeiten des Elisabeth-Hospizes in Stadtlohn an der Laurentiusstraße 4 eingeladen. Ziel des Aktionstages ist es, der eigenen Trauer Form zu geben und Wege zu finden, mit der Trauer umzugehen und auch zuzulassen. Dabei dürfen die Teilnehmenden im kreativen Tun (u.a. malen, schreiben, meditative Elemente) und im Austausch mit anderen Trauernden ihren Gefühlen begegnen und Ausdruck verleihen.

Der Aktionstag startet mit einem gemeinsamen Frühstück. Anschließend wird es verschiedene Themenblöcke sowie ein gemeinsames Mittagessen und eine Abschlussrunde geben. Insgesamt stehen 12 Plätze zur Verfügung und es ist ein Unkostenbeitrag in Höhe von 15 € zu entrichten.

Zum Zweiten starten wir 2024 mit einem offenen Trauertreff. Der offene Trauertreff ist ein regelmäßiges und kostenloses Angebot und bietet trauernden Menschen (unabhängig von Alter und Religion) in einem geschützten Raum die Möglichkeit zum Austausch über persönliche Erfahrungen und Begegnung mit anderen Betroffenen. Begleitet werden diese Treffen durch ausgebildete TrauerbegleiterInnen. Hier können Sie Trost und Kraft für den Alltag finden. ■

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung unter:

„Du bist mir nah“ – Trauerbewegung Stadtlohn
Telefon: 02563 – 912 6678

E-Mail: trauerbewegung@hospiz-stadtlohn.de
Infos unter www.hospiz-stadtlohn.de/trauerbewegung





Du kannst die Musik nicht berühren, aber sie dich.

*Musik tröstet
Musik berührt
Musik macht nachdenklich
Musik muntert auf
Musik lässt die Seele tanzen
Musik ist Leben*

Musik gehört seit meiner Kindheit zum festen Bestandteil meines Lebens. Ich hatte das Glück, immer mit Menschen zu tun zu haben, die auch Lust hatten, Musik zu machen; ob im Zeltlager am Feuer, als musikalisch Mitwirkende in Jugendgottesdiensten, als Mitglied in Musikvereinen oder einfach für mich alleine. Dass ich dann noch einen Ehepartner habe, der sehr musikalisch unterwegs ist, ... das sollte wohl so sein.

Ich arbeite seit Oktober 2022 als hauswirtschaftliche Leitung im Elisabeth-Hospiz. Mein erstes Aufeinandertreffen mit unserer Einrichtung hatte ich aber viele Jahre zuvor in musikalischer Form. Ich denke es war 2011, als der Chor Cantemus, damals unter der musikalischen Leitung von Gaby



Kleyboldt, die in der Josephskirche stattfindende Gedenkfeier am 19. November musikalisch gestaltete. Ich war als Chormitglied und Instrumentalistin ein Teil der Chorgemeinschaft. Mich hat der Ablauf dieser Feier sehr beeindruckt. Sehr persönlich und tröstend wurde dort der im Jahr zuvor verstorbenen Gästen des Hospizes gedacht.

Im Dezember 2015 duften mein Mann und ich mit Gitarre, Querflöte und Gesang zum ersten Mal die Adventsfeier der ehrenamtlichen Mitarbeiter am 2. Adventssonntag im Raum der Stille begleiten. Sowohl Mitarbeiter wie auch vereinzelt Gäste mit ihren Angehörigen trafen zusammen, um bei der ca. einstündigen gemütlichen Veranstaltung dabei zu sein. Bekanntlich werden am 2. Adventssonntag noch keine Weihnachtslieder wie z.B. Stille Nacht gesungen – hier war es natürlich anders. Da wurde uns bewusst, dass der zuhörende Gast gerade dieses nächste Weihnachtsfest vielleicht nicht erleben wird und wir mit dem Lied Erinnerungen an gute unbeschwerte Zeiten wecken konnten – Musik, die uns immer wieder berührt.

Die Coronazeit machte auch diese Art der Veranstaltung leider unmöglich. Es musste sich eine andere Art finden, um weihnachtliche Musik ins Hospiz und in das benachbarte Seniorenheim zu bringen. Instrumente wie die Gitarre sind nicht geeignet, um bei kalten Verhältnissen draußen zu musizieren. Kurzerhand fand sich eine 8-köpfige Besetzung, um mit Blasinstrumenten draußen im Garten der Einrichtungen Musik zu machen. Da wir MusikerInnen unser Hobby zu der Zeit gar nicht oder nur mit viel Abstand oder draußen nachgehen konnten, war dieser Termin für uns eine willkommene Abwechslung.

Mittlerweile konnten mein Mann und ich wieder im neuen Raum der Stille eine adventliche Feier mitgestalten. Diesmal kannte ich alle Anwesenden mit Namen und ich treffe sie jeden Tag im Hospiz. So hat irgendwie die Musik Fremde zu Freunden gemacht – welch' ein Segen für mich. ■

Inge Schlattmann
Hauswirtschaftsleitung im Elisabeth-Hospiz Stadtlohn

Neues vom Förderverein

Ein Anruf, eine Ankündigung, ein Besuch im Hospiz mit den Worten: Wir würden gern etwas spenden – das ist natürlich Musik in unseren Ohren.

Und das jetzt schon seit über 20 Jahren. Der Förderverein wurde am 12.12.2003 gegründet und besteht somit seit über 20 Jahren. So ein Jubiläum sollte gebührend gefeiert werden.

Im letzten Jahr hat der Förderverein davon Abstand genommen, da zum einen das Jubiläum vom Elisabeth-Hospiz im Juni 2023 im Vordergrund stehen sollte. Zum anderen ist leider im Oktober unser Mitbegründer und langjähriger Kassenwart und Schriftführer Herr Engelbert Sundermann von uns gegangen. Da war niemandem nach feiern oder Musik zumute.

2024 wollen wir dies jedoch nachholen. Geplant ist eine musikalische Überraschung am Namenstag unserer Namensgeberin Elisabeth am 19.11.2024. Einzelheiten wollen wir an dieser Stelle aber noch nicht verraten. Das werden wir in der nächsten Ausgabe im Herbst diesen Jahres nachholen.

Und jetzt noch ein kurzer Rückblick auf die letzte Aktion 2023. Der Förderverein, sowie Mitarbeiter des Elisabeth-Hospizes haben auf dem Stadtlohner Weihnachtsmarkt erneut den Lisbeth-Stuten vorgestellt und verkauft. Die Resonanz war wieder so hervorragend, dass auch 2024 auf jeden Fall wieder solche Aktionen geplant sind. ■



FÖRDERVEREIN DER
HOSPIZBEWEGUNG
STADTLOHN e.V.



Lisbeth-Stuten Verköstigung am Welthospiztag Oktober 2023



Ursula und Karl Hüls im Verkaufswagen der Bäckerei Zumbusch.



Film- und Buchtipps

Nomadland

„Nomadland“ spielt in den USA der heutigen Zeit. Der Film dreht sich um Fern und die sogenannten „Van-People“. Fern wohnte in Empire, einer Bergbaustadt. Nach dem Tod ihres Mannes, der Schließung der örtlichen Mine sowie dem Entzug der Postleitzahl, verliert Fern nicht nur ihren Mann und ihre Arbeit, sondern auch ein Stück Identität. Den Ort, an dem sie und ihr Mann lebten, gibt es nun offiziell nicht mehr. Aber Fern gibt nicht auf; lagert all ihren Besitz in einer Garage ein und kauft sich einen Van. Von nun an lebt sie in ihrem Van, hält sich mit Gelegenheitsarbeit über Wasser und trifft bei ihren Reisen durch das Land andere Menschen, die Ähnliches erlebt haben wie sie, und die häufig gezwungen sind, als moderne Nomaden zu leben. Viele können sich etwas anderes nicht leisten, obwohl sie Arbeit haben. Manche haben auch bewusst diese Art

zu leben gewählt. All diese Geschichten werden in „Nomadland“ auf eine ruhige, und sehr bewegende Art und Weise erzählt und mit schöner Musik und Bildern unterlegt. „Nomadland“ ist ein aufrührender, meist sehr ruhiger Film über Verlust und Trauer, aber genauso über Hoffnung, Freundschaft und Zuversicht. ■



Carsten Winkelhaus
Pflegefachkraft im
Elisabeth-Hospiz



Regie und Produktion Chloé Zhao

Die verlorene Tochter

Ich möchte heute den ersten Teil der neuen Serie „Die verlorenen Töchter“ vorstellen: Der Auftakt der Familiensaga um sieben junge Frauen, geheimnisvolle Erbstücke und fesselnde Liebesgeschichten: Die verlorene Tochter, Band 1.



Soraya Lane – Die verlorene Tochter, Bd. 1
(KNAUR, © 2023 der deutschen Ausgabe,
ISBN 978-3-426-53023-8)

Wenn Lily zwischen Rebstöcken hindurchläuft, ist sie glücklich, und so hat sie sich mit ihrem Beruf als Winzerin einen Traum erfüllt. Kurz vor ihrer Abreise nach Italien, wo sie auf dem berühmten Weingut der Familie Rossi arbeiten möchte, wird Lily ein geheimnisvolles Erbstück ausgehändigt: Eine kleine hölzerne Schachtel mit dem Namen ihrer Großmutter darauf. Die Schachtel wurde in einem ehemaligen Londoner Frauenhaus gefunden, und sie enthält lediglich ein handgeschriebenes Rezept auf Italienisch und ein Programm des Mailänder Opernhauses von 1946. Was hat es damit auf sich?

Die neuseeländische Autorin Soraya Lane entführt mit ihren Familiengeheimnisromanen um sieben »verlorene Töchter« in die schönsten Winkel der Welt: Geheimnisvolle Erbstücke führen sieben junge Frauen auf die Spur eines tragischen Geheimnisses in ihrer Familie, zu schicksalhaften Liebesgeschichten und schließlich zu ihrer eigenen Zukunft. ■

Ich wünsche Euch ein spannendes Leseabenteuer.



Doris Ungrund
Pflegefachkraft im Elisabeth-Hospiz

Impressum

Redaktion:

Rebecca Last
Heike Brüggemann
Petra Vennemann
Stefanie Terbeck

Druckerei:

Druckerei Brinkmann, Stadtlohn

Bildquellen:

Elisabeth-Hospiz Stadtlohn
Susanne Beimann

Layout & Satz:

Angelika Böll, Unkel



ELISABETH-HOSPIZ
STADTLOHN

Elisabeth-Hospiz Stadtlohn gGmbH
Laurentiusstraße 4
48703 Stadtlohn
Tel.: 0 25 63-9 12 66 11
www.hospiz-stadtlohn.de
info@hospiz-stadtlohn.de