

Ambulanter Hospizdienst



**Mitteilungsblatt
2024/25**



Mögen aus jedem Samen, den Du säst,
wunderschöne Blumen werden,
auf dass sich die Farben der Blüten
in Deinen Augen spiegeln und sie Dir
ein Lächeln auf Dein Gesicht zaubern.

Irischer Segensspruch

Hospiz steht für Vielfalt ...



... so das Motto für den Welthospiztag am 12. Oktober 2024. Ein Informationsstand in Lohr und Marktheidenfeld erreichte an diesem Tag viele Menschen mit unserer Thematik. Seit ihren Anfängen in den 1980er Jahren steht die Hospizbewegung für Solidarität und Vielfalt. Zehntausende ehren- und hauptamtlich engagierte Menschen begleiten Schwerstkranke und Sterbende unabhängig von Nationalität, Religion, Einkommen oder sexueller Orientierung. Vor dem Hintergrund der aktuellen gesellschaftlichen Situation wurde dieser Ansatz weiterentwickelt. Die Frage: Wofür stehen Hospizarbeit und Palliativversorgung in einer Gesellschaft, in der Rassismus, Antisemitismus, Antiislamismus und andere Formen gruppenbezogener diskriminierender Menschenfeindlichkeit an der Tagesordnung sind? Unsere klare Positionierung: Alle in der Hospizarbeit und Palliativversorgung tätigen Menschen stehen für eine offene, demokratische, pluralistische, empathische und solidarische Gesellschaft.

Mit unserem ambulanten Hospizdienst versuchen wir Raum zu schaffen, in dem Menschlichkeit gestaltet und gelebt werden kann. Dabei geht es nicht nur um die körperliche Versorgung, sondern auch um seelische und spirituelle Begleitung. Also einen Raum, in dem Sterbende ihre letzten Tage in Würde und nach ihren eigenen Vorstellungen verbringen können – ohne Unsicherheit, Angst und Einsamkeit. Bunt und lebendig ist unsere Arbeit, wenn wir Menschen am Lebensende begleiten: Wir hören zu, sind offen für Gespräche, teilen Freude und Leid und bieten den Betroffenen sowie deren An- und Zugehörigen emotionale Stütze.

In den letzten Jahren verzeichnen wir einen zunehmenden Bedarf in der Trauerarbeit. Trauer ist ein wichtiger Teil des Lebens der Hinterbliebenen. Hier kommen unsere Trauerbegleiter und Trauerbegleiterinnen ins Spiel. Sie bieten Gespräche an, sei es in Einzelbetreuung oder in der Gruppe wie dem Trauercafé, Trauerfrühstück und Trauerwandern. Dort finden trauernde Menschen Gemeinschaft, Austausch und Orientierung. Verletzungen und Wunden können heilen, zurück bleibt eine Narbe und es ist gut, wenn du in deiner Trauer nicht lange Zeit verharrst, sondern auf dem Trauerweg vorankommst!

„Vernetzt arbeiten“, auch dieser Grundsatz gehört zur Qualität unserer Hospizarbeit. Ärztliche Versorgung, insbesondere die Palliativversorgung ist zunehmend eine Selbstverständlichkeit in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden. Symptome wie Schmerz, Übelkeit, Atemnot, depressive Verstimmung sind durch medizinische Experten in der Regel gut behandelbar. Wir sollten jedoch in unserer modernen, aufgeklärten Welt unbedingt lernen und akzeptieren, dass Schmerzen und Krankheit zum Leben dazugehören! Mehr noch: Sie sind Zeichen des Lebens. Angefangen von den Kinderkrankheiten über schmerzvolle Wachstums- und Entwicklungskrisen bis zu den Altersbeschwerden. In der Begegnung mit Menschen hört man sehr oft den guten Wunsch „Hauptsache gesund!“ Ist das berechtigt? Ja ich wage sogar die These „Nie krank ist auch nicht gesund“. Wir befinden uns auf einem bewussten Lebensweg ja ständig im Lernprozess. Ein sinnvolles und erfülltes Leben ist doch das höchste Gut und nicht Gesundheit und Schmerzfreiheit. Wir wünschen uns Gesundheit und Glück, und auch da muss ich lernen, dass ich auch dann glücklich sein kann, wenn ich Schweres erlebe, wenn ich beispielsweise liebe Menschen verliere oder eben krank bin. Eine unserer Hospizbegleiterinnen erzählt von einer Frau, die eine schwere seelische Krankheit durchgemacht hat. Diese berichtet: „Durch die Krankheit bin ich ein anderer Mensch geworden, toleranter, gelassener und dankbar. Ich möchte nicht mehr so sein wie vor der Krankheit.“ Krankheit kann ein Segen sein.

Neben unserer Basisarbeit der Sterbebegleitung wollen wir auch unsere gesellschaftliche Verpflichtung leben, die Hospizarbeit nachhaltig unter die Menschen zu bringen. Es fällt sehr vielen Menschen schwer, das Tabuthema Sterben und Tod als Teil des Lebens anzuerkennen. Gerade unsere Konsumwelt gaukelt uns tagtäglich vor, wie wir – mit Blick auf die vermeintlichen Vorbilder und Idole – sein sollen: Gut aussehend, sportlich, vital, erfolgreich und natürlich gesund. Gesund sein bedeutet sicherlich auch der mutige und unverstellte Gesamtblick auf Leben und Dasein. Wir sind sehr dankbar, dass Menschen unsere ehrenamtliche Arbeit auch finanziell unterstützen: Lionsclub und Rotarier organisierten im Herbst ein Benefizkonzert auf dem Festplatz der Martinswiese Marktheidenfeld. Die Bigband der Bundeswehr gab ein grandioses Konzert, bei dem auch wir in den Genuss einer großzügigen Spende kamen.

Dankbar sind wir auch, dass unsere Vereinsarbeit gut, ja man kann sagen inhaltlich und organisatorisch gut aufgestellt ist. Sandra Höfling steht

seit kurzem als weitere Koordinatorin ihrer Kollegin Gudrun Weigand zur Seite. Nachdem Sandra das ehrenamtliche Schatzmeisteramt an Elke Weidner abgeben konnte, verstärkt sie nun unser hauptberufliches Team in der Geschäftsstelle. Eine der vielen Aufgaben der Koordinatorinnen ist die Organisation des Monatstreffens der aktiven Begleitenden. Als Gast hatten wir vor kurzem Frau S., die uns ein sehr bewegendes Erlebnis mit einer Freundin schilderte, mit der sie einen jungen Menschen auf dem Weg in die Schweiz zu einer Sterbehilfeorganisation begleitete. Die Hospizbegleiterinnen und -begleiter werden sicher zunehmend mit der Auseinandersetzung mit assistiertem Suizid konfrontiert.

Der jährlich stattfindende Bayerische Hospiz- und Palliativtag hatte in diesem Jahr das Thema „Humor in der Sterbebegleitung“. Um so erfreulicher für uns war dann der Besuch der Schauspielerin und aktiven Sterbebegleiterin Petra Frey im Pfarrheim Marktheidenfeld. 180 begeisterte Besucher/innen erlebten einen humorvollen und berührenden Abend mit dem Thema „Sie werden lachen, es geht um den Tod ...“. Ungewöhnliche Anekdoten aus ihrer Alltagsarbeit, rhetorisch professionell vorgetragen, mit einem lebensfrohen Blick und Wertschätzung für das Leben sorgten für einen unvergesslichen Abend.

Vielleicht konnten wir mit den vielen Aktionen des Jahres Menschen nicht nur an unsere Arbeit heranführen, sondern auch ermuntern, sich ehrenamtlich im Verein einzubringen. Die laufende Begleiterschulung und auch das regelmäßige Angebot für den vierstündigen Kurs „Letzte Hilfe“ werden von vielen Menschen genutzt. Möglich ist dies alles dank des Engagements unserer aktiven Mitglieder, unserer Freunde und Förderer. Und dafür sage ich Euch und Ihnen ein herzliches Dankeschön. Möge das geheimnisvolle Weihnachtsfest euch allen Liebe, Zeit für alles was wichtig ist, Lächeln und Dankbarkeit bescheren.



Heribert Zeller
(1. Vorsitzender
Hospizverein Main-Spessart)



Aus dem Hospizbüro

Gudrun Weigand, Koordinatorin



Etwas ganz Wesentliches zuerst: seit September arbeite ich nicht mehr allein als Koordinatorin im ambulanten Hospizdienst, sondern mit meiner neuen Kollegin Sandra Höfling. Zu zweit gibt es mehr Möglichkeiten, Neues in Angriff zu nehmen, sich gegenseitig zu entlasten und zu vertreten. Planung und Reflexion der Arbeit zu zweit ist effektiv und bereichernd. Dafür bin ich sehr dankbar und freue mich auf die weitere Zusammenarbeit!

Der Rückblick auf das Jahr 2024 zeigt einen gut gefüllten Kalender. Es wurde viel geschafft! Besonders zu erwähnen sind die monatlichen Begegnungsangebote für Trauernde. Die offenen Treffen sind stets gut besucht, die geschlossene Gruppe startete mit 9 Teilnehmenden. Es gab viele Anfragen für Beratungen zur Patientenverfügung, Infoveranstaltungen verschiedenster Art, Seminare zum Projekt „Letzte Hilfe“.

Unser Netzwerk wächst weiter und auch da konnten wir uns als ambulanter Hospizdienst einbringen und über unsere Arbeit informieren. Die gut besuchten Veranstaltungen zeigen: Der Bedarf an Information und Gespräch zu den Themen Sterben und Tod, Verlust und Trauer bleibt nach wie vor hoch. Dennoch ging die Zahl der individuellen Hospizbegleitungen zurück. Diese Diskrepanz zwischen hohem Informationsbedarf einerseits und der Zurückhaltung, Hilfe anzunehmen, wenn es nötig wird, fordern uns immer wieder auf, darüber nachzudenken: wie sprechen wir von Hospizarbeit? Wie und wo können wir anderen Menschen nahebringen, was wir tun? Wie läuft eine hospizliche Begleitung ab? Was ist der Benefit, bzw. welche gegenseitige Wirkung kann eine Begleitung haben?

Vor Kurzem fiel mir eine Broschüre des Hospiz-Team Nürnberg (Auflage Oktober 2018) in die Hände. Der Titel der Broschüre lautet: Lebensbegleitung – auf dem Weg zum Lebensende. Lebensbegleitung – das klingt einladend, lebensbejahend, nimmt das Leben umfassend in den Blick. Es klingt danach, dass da noch etwas möglich ist am Ende des Lebens: Begegnung, Nähe, Trost und Tröstendes, Vertrauen, Dankbarkeit ... den

Tagen Leben geben. In den verschiedenen Beiträgen von Hospizbegleitenden in der Broschüre wird deutlich: Lebensbegleitung geschieht beidseitig. Die Begleitenden sind Gast im Leben derer, die sie begleiten und gleichzeitig geben sie „Herberge“. Beides steckt im Wort „Hospiz“.

„Begleitung am Ende des Lebens ist anders, unerwartet und bereichernd. Das, was ich erwartungsfrei gebe, kommt in vielfachem Maße zurück. Ich erhalte so viel Dankbarkeit und Vertrauen, darf an einem Leben teilnehmen, das sich dem Ende neigt. Was ich bekomme, ist außerordentlich wertvoll. Ein Mensch, der nun nichts mehr an seinem Leben verändern kann, teilt mit mir seine Lebenserfahrung. Was war schön? Was hätte man gerne anders gemacht?“

Wenn unsere Gesellschaft das Sterben wie auch das Leben in unsere Mitte holen würde, könnten wir viele wundervolle Erkenntnisse sammeln. Irgendwann stirbt jeder. Wäre es nicht schade, wenn einem dann (erst) auffällt, dass man von bereits voraus Gegangenen hätte lernen können ... es aber nicht getan hat? Ist es nicht auch eine Weise der Achtung – vor dem Leben, vor dem Tod, vor den Menschen – so miteinander verbunden zu sein, dass wir uns erlauben, von den Sterbenden leben zu lernen?“

(Manuela Starkmann)

Es bleibt herausfordernd für beide Seiten. Die Einladung auszusprechen „Ja, es ist gut, wenn du das letzte Wegstück mit mir gehst.“ Und die Einladung anzunehmen „Ja, ich will (still) aushalten bei dir, dir zur Seite stehen, für dich und deine Zugehörigen da sein, zuhören.“

Wenn wir offen aufgenommen werden, den Weg eines Menschen bis zum Ende des Lebens mitzugehen, dann ereignet sich Begegnung auf diesem Weg – entlastend, fürsorglich, heilsam.

Ich wünsche mir, dass wir auch in Zukunft eingeladen werden, am Leben der Menschen teilzuhaben, die am Ende ihres Weges angekommen sind und sie hospizlich zu begleiten.

DANKE an dieser Stelle allen unseren Hospizbegleitenden und Trauerbegleitenden, die bereit sind, sich auf diese Begegnungen einzulassen!

Ich stelle mich vor:



Mein Name ist **Sandra Höfling** und ich bin seit dem 15.09.24 die neue zweite Koordinatorin im Hospizverein Main Spessart.

Wenn man mich jetzt live sprechen hören könnte, würde man sehr schnell feststellen, dass ich nicht von „da“ bin.

Geboren bin ich 1974 in Nordrhein-Westfalen und seit 2008 lebe ich in Franken, mittlerweile glücklich verheiratet und verwurzelt in Gemünden-Langenprozel-

ten. Ich lebe mit meinem Mann in einem Mehrgenerationen-Patchworkfamilien-Haus.

Nach meinem Studium in Bielefeld habe ich mehrere Jahre als Sozialpädagogin gearbeitet und 2013 eine dreijährige Ausbildung zur Pflegekraft im Kreiskrankenhaus Lohr absolviert. Ich habe dann in verschiedenen Bereichen der Pflege gearbeitet unter anderem auf der Palliativstation des Juliusspitals und zuletzt in der Ausbildung neuer Pflegekräfte am Leopoldina Krankenhaus in Schweinfurt.

2017/18 habe ich die Ausbildung zur Hospizbegleiterin gemacht sowie an verschiedene Stellen im Verein ehrenamtlich mitgewirkt, von 2020-2024 als Schatzmeisterin.

Seit Mitte September unterstütze ich nun als zweite Koordinatorin Gudrun Weigand mit einer wöchentlichen Arbeitszeit von 20 Stunden. Parallel zur Einarbeitung absolviere ich bis zum Jahresende noch verschiedene Lehrgänge und im nächsten Jahr schließe ich die Qualifizierung mit der Palliativ Care-Weiterbildung ab, damit meine Stelle durch den Krankenkassenverband mitfinanziert werden kann.

Durch die gute und vertrauensvolle Einarbeitung von Gudrun konnte ich schon einige verantwortungsvolle Aufgaben erfolgreich übernehmen und ich lerne aus jedem Kontakt mit Ehrenamtlichen und Profis immer weiter dazu. Unser Aufgabenfeld im Verein ist ja sehr vielschichtig, so dass ich die erste Zeit als Koordinatorin intensiv daran gearbeitet habe, in jeden Bereich mal „reinzuschnuppern“, Akteure und Strukturen kennenzuler-

nen und mir Kenntnisse und Erfahrungen anzueignen. Arbeitsreiche Wochen mit Netzwerktreffen, Jahresplanungen und Schulungsabenden des neuen Hospizbegleiterkurs liegen schon hinter mir. In Zukunft möchte ich einen Arbeitsschwerpunkt in die Ausrichtung von „Letzte Hilfe“ Kursen legen, wir planen hier ein spezielles Kursangebot für Kinder und Jugendliche.

Ich bin von Herzen froh dabei zu sein und von allen so wohlwollend und herzlich in meiner Rolle aufgenommen worden zu sein.
Hierfür ein herzliches Dankeschön an ALLE.

Ich freue mich auf alle weiteren Aufgaben, die Herausforderungen, das lebendige Vereinsleben mit den vielen Mitwirkenden.
Auf geht's zu weiteren guten Taten!

Lesen wir noch einmal hinein in die Gedanken einer Hospizbegleiterin:

Wir sind uns am Ende deines Weges begegnet
Wir gingen ein Stück Leben zusammen.
So leicht fanden unsere Füße gemeinsamen Schritt.
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Nach kurzem Gang trennten sich unsere Wege.
Aber: wie viel Leben kann in wenigen Schritten geschehen
Wie viel Vertrauen wächst in Menschenbegegnung ...
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Du zieltest zur Tür in die andere Welt.
Die Welt, von der wir hier so wenig wissen.
Dein Geist war schon dort, dein Geist war auch hier.
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Nun hast du einen neuen Weg beschritten.
Ich gehe meinen Weg hier weiter, suchend.
Jeder Menschenweg endet – oder beginnt? – an der einen Tür!
Habe ich dich oder hast du mich an die Hand genommen?

(Hilke Müller)

Letzte Hilfe Kurse – Erfolgreich auch im zweiten Jahr

Auch 2024 haben wir wieder unsere „Letzte Hilfe Kurse“ veranstaltet. Nachdem wir im November 2023 erfolgreich mit diesem Konzept gestartet waren, erfreuten sich die Kurse zum „kleinen 1x1 der Sterbebegleitung“ 2024 wieder eines großen Interesses. Alle drei Angebote waren mit mehr als 60 Teilnehmenden jeweils ausgebucht und mit den Veranstaltungsorten Lohr, Karlstadt und Marktheidenfeld haben wir dieses wichtige Thema in den Landkreis tragen können.

Dazu bedarf es eines Teams mit erfahrenen und gut geschulten Kursleitenden. Hierzu gehören aktuell Heribert Zeller, Claudia Simon, Irene Preis und seit Mitte 2024 auch Barbara Hanausch sowie Sandra Höfling.



Diese „Letzte Hilfe Crew“ begleitet die Kursteilnehmenden in wechselnder Besetzung kompetent und einfühlsam durch sensible Themen rund um den Umgang mit Sterben, Tod und Trauer. Es werden umfangreiche Informationen zu Vorsorgeentscheidungen

und praktische Hilfen für das Umsorgen von Menschen am Lebensende gegeben. Die Teilnehmenden schätzen hierbei vor allem das offene Gespräch sowie die Möglichkeit persönliche Erfahrungen mitteilen und Fragen stellen zu können.

Für 2025 sind 5 Kurse geplant, damit auch weiterhin Menschen ermutigt werden, sich dem Thema der Begleitung von schwerstkranken und sterbenden Menschen aktiv zu nähern. Zukünftig möchten wir dieses wichtige Thema auch anderen Altersgruppen anbieten. Zusammen mit weiteren engagierten Mitwirkenden möchten wir unser „Letzte Hilfe“ Angebot gerne Kindern und Jugendlichen näherbringen. Mit Hilfe einer speziellen Schulung wollen wir uns für diese Zielgruppe „fit“ machen und freuen uns schon auf zukünftige Kurse.

Aus der Presse ...

Hospizverein Main-Spessart: 13 Frauen und Männer ausgebildet

Begleiterkurs mit Dankbarkeit und Begeisterung abgeschlossen

Elf Frauen und zwei Männer konnten ihr Zertifikat aus der Hand des 1. Vorsitzenden, Heribert Zeller, entgegennehmen. Nach drei Wochenenden und 17 Schulungsabenden endete nach einem halben Jahr der Begleiterkurs für „die Neuen“ im Hospizverein Main-Spessart.

Ein Kurs für die Persönlichkeitsentwicklung

„Es war anstrengend“, so eine Teilnehmerin, „aber ich habe von jedem Schulungsteil profitiert.“ Eine weitere Teilnehmerin: „Wir waren eine tolle Gemeinschaft und ich bin so dankbar, dass ich den Mut hatte, den Kurs zu besuchen.“ Großes Lob gab es für die Organisatoren und Referenten, wie umfassend und achtsam sich die Teilnehmer dem Thema Sterben, Tod und Trauer nähern konnten. „Ich habe so viel gelernt und auch im Praktikum schon tolle Erfahrungen erlebt“, berichtet eine Teilnehmerin. „Vor allem habe ich meinen persönlichen Horizont erweitert!“

Einsatz in vielen Facetten der Hospizarbeit

Die Leiterin des Begleiterkurses, Koordinatorin Gudrun Weigand, betonte, alle Kursteilnehmer*innen waren diszipliniert, offen und sehr interessiert bei der Sache. Der Hospizverein hofft natürlich, dass sich möglichst viele in der Basisarbeit der Begleitung von Kranken und Sterbenden einsetzen lassen. Auch umfassende Weiterbildungen, beispielsweise für die Themen Trauerarbeit, Beratung bei Patientenverfügung und vieles mehr bietet der Hospizverein kostenlos für alle Mitglieder an.

Die neu ausgebildeten Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind:

Julia Ditrich – Windheim, Lisa Englert – Marktheidenfeld, Silke Folkerts – Gemünden, Karin Hannig – Triefenstein/Homburg, Beate Klodt – Gemünden, Andrea Meister – Veitshöchheim, Klaus Pfister – Karlstadt/Gambach, Margot Roth – Marktheidenfeld, Stephanie Seidenspinner – Karlstadt/Laudenbach, Roman Weimann – Urspringen, Turit Wiener – Marktheidenfeld, Jessica Zarkow – Marktheidenfeld.

Auch für den neuen Kurs ab September 2025 gibt es bereits Anmeldungen. Auskunft erhält man jederzeit über das Hospiztelefon 0171 7344108.





Der Kreativtag
im Studio von Hartwig Kolb
und Christine Hartmann-
Manske in Steinbach:

Bringe deine Erfahrungen
aus der Schulung mit Pin-
sel und Farbe zu Papier ...

DREIZEHN

**Viele sagen die Dreizehn bringt kein Glück.
Lieber eine Ziffer vor oder eine zurück.**

**Wer so etwas sagt, der kennt uns nicht.
Die Dreizehn aus diesem Kurs haben echtes Gewicht.**

**Nicht in Kilo oder Pfund.
Nein, unser Gemüt ist der Grund.**

**Ich sage Euch deshalb voller Stolz:
„Wir Dreizehn sind aus ganz besonderem Holz.“**

**Ein halbes Jahr kein böses Wort.
Dafür eine Träne hier und ein Scherzchen dort.**

**Jeder hat den anderen getragen.
Wir konnten mit offenen Herzen fast alles sagen.**

**Ich denke immer mit einem Lächeln daran:
Ihr habt mir einfach gut getan.**

**Vielen Dank für die schöne, anstrengende, gemeinsame Zeit.
Ich mache mich langsam für den nächsten Schritt bereit.**

Mit herzlichsten Grüßen
Klaus

Aus der Presse (von Ernst Dürr)

Sie werden lachen, es geht um den Tod

Petra Frey las aus ihrem Buch „SterbeMund“



Die Besucher erwarteten eher schwere Kost, um die es am vergangenen Freitag auf Einladung des Hospizvereins Main-Spessart im Pfarrheim Marktheidenfeld ging, doch eine traurige Veranstaltung wurde die Lesung von Petra Frey dann ganz und gar nicht. Die Autorin las vor rund 180 Zuhörern aus ihrem

Buch „SterbeMund tut Wahrheit kund“. Darin schildert sie berührend und mit viel Humor ihre Erfahrungen als Sterbebegleiterin und gibt einen erstaunlichen Einblick in das Tabuthema Sterben und Tod. Nicht nur Kindermund spreche die Wahrheit, begründet Frey den Titel, auch Sterbende würden meist geradeheraus sagen, was ihnen auf der Zunge liegt, „denn viel Zeit bleibt ihnen ja nicht mehr“.

Beruflich ist Frey Schauspielerin und spielte unter ihrem Künstlernamen Petra Auer in TV-Produktionen wie Rosenheim Cops oder Forsthaus Falkenau. Positiv erlebte sie die Sterbephase ihrer Mutter, die sie vor ihrem Tod kompetent und liebevoll betreute. „Wenn's schon sein muss, dann so“, meinte die Münchnerin und ließ sich in der Folge neben ihrer Schauspielkarriere zur ehrenamtlichen Hospizhelferin ausbilden. Das war die „Lizenz zum Händchenhalten“, wie ein weiterer Buchtitel von ihr lautet.

Seit fast fünfzehn Jahren begleitet sie nun Sterbende auf ihrem letzten Weg und ist zusätzlich Koordinatorin auf einer Palliativstation. Mit den ungewöhnlichen Geschichten, die ihr dabei begegneten, eröffnete sie den Gästen eine eher unbekanntere Seite der Hospizarbeit. Frey erzählte von den anderen Momenten in der Sterbebegleitung, die durchaus auch lustig sein können. Die Autorin erzählte rührende Anekdoten mit einer lebensfrohen Sicht, dabei tiefgründig und immer mit einer aufrichtigen

Wertschätzung für das Leben in all seinen Facetten.

Für die Anwesenden gab es zudem „todsichere Tipps für den eigenen Abgang“. „Denn Hand aufs Herz: Wir wissen doch alle, dass wir sterben, aber die wenigsten glauben, dass es tatsächlich passiert.“ So bekamen die Gäste Ratschläge für ihre „Reise in eine besondere Zeit in der auch Sie einmal die Reiseleitung sein werden“. Frey warb für Patientenverfügungen, in die man auch ganz persönliche Wünsche aufnehmen sollte. So hat sie in ihrer eigenen verfügt, dass sie Socken anhaben möchte. „Denn mit warmen Füßen stirbt es sich leichter“ drückte sie es auf ihre heitere Weise aus.

Die Gäste erlebten einen Abend, der bei manchem sicher lange nachhallen wird. Die Lesung zeigte stets respektvoll, wie wertvoll das Leben ist und wie wir alle lernen können, den Tod als Teil dieses Lebens zu akzeptieren. Frey gelang es, nicht nur sehr einfühlsam über ihre ernste Arbeit als Hospizbegleiterin im Ehrenamt zu berichten, sondern dabei auch noch bestens zu unterhalten. Als Profi-Schauspielerin beherrschte sie gekonnt Mimik und Gestik und band das Publikum spielerisch sicher ein. So war ihr Vortrag sowohl inhaltlich als auch von der Art der Darbietung vom Beginn bis zum Ende spannend und kurzweilig. „Sie werden lachen, es geht um den Tod“, hatte sie zu Beginn angekündigt und machte das auch wahr. Begeisterter Schlussapplaus zeigte es deutlich.

Zum Vortrag hervorragend passte die besinnlich-meditative musikalische Umrahmung durch Manuel Ehlich am Marimbaphon und an der Handpan, zwei sehr ungewöhnliche Instrumente mit einer ganz eigenen raumfüllenden Klangakustik. Heribert Zeller, Vorsitzender des Hospizvereins



Main-Spessart, dankte der Erzählerin für ihren humorvollen Blick auf Tod und Sterben und dem Publikum für das zahlreiche Erscheinen. Viele Gäste nutzten die Chance, sich im Anschluss an die Lesung ein Buch signieren zu lassen.

Herbstausflug der Mitglieder - Impressionen

„Ihr besucht das Krematorium in Giebelstadt?“ Für viele Menschen ist diese Entscheidung sehr verwunderlich, für die 40 Teilnehmer am diesjährigen Herbstausflug eröffnete sich ein hochinteressanter Einblick in den Prozess der Feuerbestattung. Mitarbeiter Mario Engel führte die Gruppe durch die Räume, beantwortete fachkompetent eine Fülle von Fragen und gewährte sogar einen Blick in den laufenden Feuerofen.

Der zweite Teil der Tagereise führte die Hospizler nach Münsterschwarzach. Bei einer Führung durch die Abteikirche gab Benediktinermönch Bruder Josef einen lehrreichen und unterhaltsamen Einblick in das Leben und Wirken der Klostersgemeinschaft. Das gemeinsame Abendessen mit fröhlichen Gesprächen im Gasthof „Zum Benediktiner“ rundete den Herbstausflug ab.





Termine 2025

Monatliche Treffen für Hospizbegleitende Geschäftsstelle Karlstadt jeweils um 19:00Uhr

- Mittwoch, 15.01.** Austausch
Unser Selbstverständnis als Hospizbegleitende
Ressourcen, Erwartungen, Benefit
- Mittwoch, 19.02.** Austausch
Wie sprechen wir von uns
als Hospizbegleitende?
Wichtige Infos und Hintergrundwissen
- Mittwoch, 19.03.** Vortrag Organspende
Referentin: Dorothea Eirich/ BDO
- Mittwoch, 16.04.** Austausch
Neue Teilnehmende aus der Schulung begrüßen
- Mittwoch, 21.05.** Austausch – Erfahrungsberichte sammeln
- Mittwoch, 25.06.** Kreatives Angebot für Bettlägerige gestalten
Referentin: Roswitha Sowa
- Mittwoch, 16.07.** Einführung in Märchen zum Thema Tod
Referentin: Helena Beuchert
- Mittwoch, 17.09.** Austausch
Die Trauerbegleitung im Hospizverein
- Mittwoch, 15.10.** Austausch
Wie beende ich eine Begleitung?
- November:** **Kinoabend mit Agenda 21
in Marktheidenfeld und Karlstadt**
Termine und Filmtitel werden
zeitnah bekannt gegeben.

Veranstaltungen 2025

- Tabutanten, 23.3.** **Improvisationstheater: „Ewig und 3 Tage“**
in der AltenTurnhalle Lohr

Letzte Hilfe Kurse für Erwachsene

22.02. VHS Lohr/ 10.05. Lengfurt/ 27.09. Gemünden/ 22.11. Karlstadt
Genauere Infos zeitnah in der Presse und auf der Homepage

Info-Abend Schulung zur Hospizbegleitung 2025/2026

Dienstag, 10.04. um 19 Uhr

Jahreshauptversammlung:

Jahreshauptversammlung mit Wahl des neuen Vorstands

Donnerstag, 26.06.2025 um 19:30 Uhr, Einladung erfolgt zeitnah

Start der nächsten Schulung zur Hospizbegleitung

Freitag, 19. September 2025

Infos zum Schulungskalender und den Inhalten über das Hospizbüro

Herbstausflug 2025:

Termin und Ziel liegen noch nicht fest

Weihnachtsfeier:

Samstag 6.12., Beginn 17.00 Uhr

Angebote Trauerbegleitung 2025

Café in Marktheidenfeld

Treffpunkt Gemeinsam, Baumhofstraße 33

am 22.02./ 21.06./13.09. jeweils von 15-17 Uhr

Café in Karlstadt

Geschäftsstelle Hospizverein, Riemenschneiderstraße 23

am 26.04. von 15-17 Uhr

Frühstück in Karlstadt

Geschäftsstelle Hospizverein, Riemenschneiderstraße 23

am 25.01. und 15.11. jeweils von 9-11 Uhr.

Wanderungen – Laufende Gespräche

jeweils **am 22.03./ 24.05/ 12.07./09.08./18.10./ 13.12.**

Bitte beachten Sie zeitnah die Ankündigungen in der Presse,
im Anzeigenblatt und auf unserer Homepage

Herzlich willkommen zur Jahreshauptversammlung 2024

Jahresrückblick, Dank und Ehrungen

Über 30 Mitglieder konnte der Vorsitzende des Hospizvereins Main-Spessart bei der Mitgliederversammlung in der neuen Geschäftsstelle begrüßen. Heribert Zeller sprach seinen Dank aus an die über 60 aktiven Hospizmitglieder. Der Dank gelte an erster Stelle natürlich allen, die in der Basisarbeit, der Begleitung von Kranken und Sterbenden, im Einsatz waren.

Aber auch die Berater für Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht haben viele Menschen bei der Vorsorgeplanung unterstützt. Deutlich zu- genommen habe auch der Besuch der vielfältigen Trauerangebote im Landkreis Main-Spessart – hervorragend organisiert durch die Trauer- gruppe. Ein besonderes Lob galt der Koordinatorin Gudrun Weigand – unterstützt durch Gerda Kübert –, die sich organisatorisch und inhaltlich um alle Vereinsbelange kümmert. Heribert Zeller betonte: „Dein Einsatz am Dreh- und Angelpunkt in der Geschäftsstelle ist eine ganz wichtige Arbeit und du machst das ganz ausgezeichnet!“

Der Vorsitzende erwähnte auch einige weitere Initiativen im vergange- nen Geschäftsjahr, wie Weihnachtsfeier, Herbstausflug, Beteiligung am Tag des Offenen Friedhofs und das neue Projekt „Letzte Hilfe“, bei dem über 60 Teilnehmer einen Tageskurs zum Umgang mit dem Lebensende besucht haben.

Großes Lob und Blumen gab es für die ausscheidende Schatzmeisterin Sandra Höfling, die ihr Amt an ihre Nachfolgerin Elke Weidner übergab. Ein besonderes Highlight in der Mitgliederversammlung war die Ehrung von Mathilde Schöffler. 18 Jahre war sie ehrenamtlich für den Verein da und hat jahrelang mit großem Engagement und ausgezeichneter Fach- kompetenz den Raum Marktheidenfeld betreut, bis sie aus gesundheitli- chen Gründen pausieren musste.

Unter großem Applaus der Anwesenden wurde Frau Schöffler zum Eh- renmitglied ernannt. Der Vorsitzende überreichte die Urkunde und einen Blumenstrauß.



Amtswechsel:

Elke Weidner (Mitte links) - die neue Schatzmeisterin,
Sandra Höfling (Mitte rechts) - die neue Koordinatorin



Lob und Dank für das neue Ehrenmitglied Mathilde Schöffler, die jahrelang Dienst an Kranken und Sterbenden geleistet hat (neben ihr Ehemann Karl Schöffler).

Vernetzt arbeiten, Öffentlichkeitsarbeit, Projekte ...

Der Hospizverein war aktiv dabei:

Pflegekonferenz, Mitgestaltung Gedenkgottesdienste, Fachtagung „Tod, Verlust, Trauer im Kindes- und Jugendalter“, Welthospiztag am 12. Oktober, Update für Ehrenamtliche, Besuch Bayerischer Hospiz- und Palliativtag in Bamberg...





Herzlichen Dank für Ihre Spende!

Es ist erfreulich, dass wir viele Spenden von Unternehmen und Privatleuten bekommen haben. Die vielfältigen Aufgaben der aktiven Hospizfreunde*innen nehmen zu, der geringe Jahresbeitrag der Mitglieder kann die Unkosten nicht decken. Deshalb sind wir auf Spenden angewiesen. Wir freuen uns über jede Spende, auch über kleine Beträge.

Selbstverständlich können Sie Ihre Zuwendung bei Ihrer Steuererklärung geltend machen.

Für besonders großzügige Zuwendungen danken wir:

**Lions Förderverein Marktheidenfeld-Laurentius
Rotary Club Lohr-Marktheidenfeld
Ensemble Böhmenstadel, Triefenstein/Trennfeld
Vereinsring Büchold, Spende vom Winterzauber
Gemeinderat Birkenfeld
Bruno Gerhard, Stetten
Kath. Frauenbund Birkenfeld
Drogeriemarkt dm Karlstadt
Kuhn Bauzentrum, Triefenstein/Lengfurt
Sparkasse Mainfranken
Metzgerei Bumm Triefenstein Trennfeld
Verein für ambulante Krankenpflege, Karlstadt
Werbegemeinschaft Marktheidenfeld
Birgit Krämer Marktheidenfeld
Ercan Demir, Dentallabor Marktheidenfeld
div. Begleitungen im Kalenderjahr**

Auch im Zusammenhang mit Begleitungen, Vorsorgegesprächen, Trauerbegleitungen erhielten wir Spenden. Dies zeigt uns eine große Wertschätzung für die Arbeit der Ehrenamtlichen.



Buchvorstellung

„Dieses Buch ist
trotz seiner großen unglaublichen inhaltlichen Dichte
federleicht und mitreißend geschrieben,
unglaublich liebevoll formuliert
und mit unendlich vielen hilfreichen Anknüpfungspunkten gespickt.“

Prof. Dr. Sven Gottschling



Weihnachtsfeier in der Geschäftsstelle

Der Hospizverein lud alle Mitglieder ein zur Weihnachtsfeier. Über 40 Gäste fanden Platz im festlich geschmückten großen Schulungsraum der Geschäftsstelle. Traditionsgemäß kümmerten sich Begleiterkurs des Vorjahres mit den Koordinatorinnen und die Vorstandschaft um die Organisation und das Wohl der Gäste. Die Besucher konnten ein paar besinnliche Stunden mit einem weihnachtlichen Unterhaltungsprogramm und dem stilvoll gestalteten Gedenken an die vielen Begleiteten des vergangenen Jahres genießen.





Ein Stern und ein Engel für jeden Begleiteten





Der neue Begleiterkurs - begonnen
im September 2024, Abschluss im März 2025



Wir durften schon zu
Beginn unserer Schulung
als ganz wesentliches Element
der Hospizbegleitung erkennen:

**"DIE LEBENSZEIT
MIT ALL IHREN
LEBENSCHÄTZEN
IST ETWAS
KOSTBARES"!**

Michaela, Karin, Alexandra,
Andrea, Wolfgang, Günter,
Steffi, Angelika, Ulrike,
Ursula, Elke, Erika, Anna.



SCHULUNGSKURS 2024 / 2025



L EBENSLUST
E RKENNTNIS
B ESONDERHEIT
E NDLICHKEIT
N ÄHE
S EELE
S CHÖNHEIT
C HARISMA
H ERZ
Ä RA
T ROST
Z EIT
E RINNERUNG



Trauerbegleitung unterwegs

An 5 Samstagen waren die Trauerbegleiterinnen mit den Betroffenen unterwegs: Im Sinngrund, im Werntal, bei Birkenfeld, in Lohr, um die Homburg. Jeweils zu einem Thema gab es Gesprächsimpulse oder Worte zum Weiterdenken im Alltag. Im Anschluss an jede Wanderung wurde in der Nähe eingekehrt. Somit erfahren die Teilnehmenden eine Stärkung für Leib und Seele für ihren jeweils eigenen Trauerweg.



Begegnungen indoor

Das Trauercafé in Marktheidenfeld fand 4x statt, das Café in Karlstadt 1x sowie hier auch 2x das Angebot den Tag gemeinsam mit einem leckeren Frühstück zu beginnen.

Der Landkreis ist weitläufig und die Teilnehmenden nehmen mittlerweile durchaus weitere Wege in Kauf, um dabei zu sein. Der Kontakt zu anderen Betroffenen wird als sehr hilfreich erlebt. Die eigenen Erfahrungen werden im Austausch mit anderen Teilnehmenden bestätigt: das emotionale Chaos, abwechselnd gute Tage und schwere Zeiten zu erleben, Zeichen der Nähe erfahren, die Einsamkeit.

Wie schon im letzten Jahr konnten wir auch in diesem Jahr eine geschlossene Trauergruppe anbieten. Mit 9 Teilnehmenden ist diese Gruppe im September gestartet und die Treffen sind jeweils monatlich bis März 2025. Kreatives und meditatives Experimentieren mit Farben, Naturerfahrungen, gemeinsames Kochen und Essen, eine weihnachtliche Feier, ein Workshop mit Bewegung stehen auf dem Programm und natürlich viel Zeit für Gespräche und Reflexion zum Erleben im Alltag.

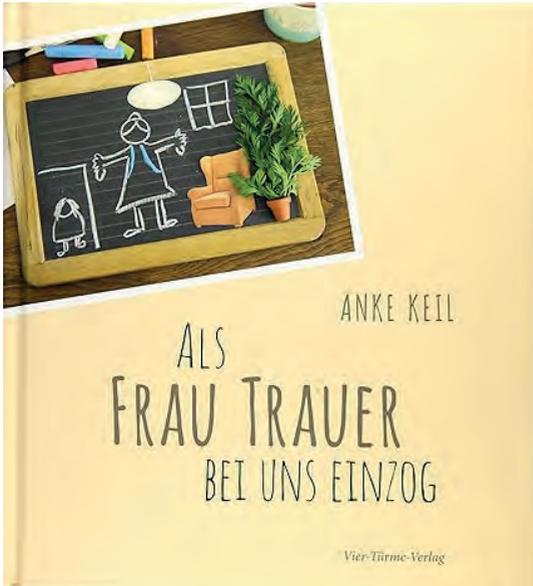
Wie schon im letzten Jahr konnten wir auch in diesem Jahr eine geschlossene Trauergruppe anbieten. Mit 9 Teilnehmenden ist diese Gruppe im September gestartet und die Treffen sind jeweils monatlich bis März 2025. Kreatives und meditatives Experimentieren mit Farben, Naturerfahrungen, gemeinsames Kochen und Essen, eine weihnachtliche Feier, ein Workshop mit Bewegung stehen auf dem Programm und natürlich viel Zeit für Gespräche und Reflexion zum Erleben im Alltag.

Unterstützt werden die Trauerbegleiterinnen des Hospizvereins auch diesmal von Pastoralreferentin Christiane Hetterich aus dem Pastoralen Raum Marktheidenfeld.

ANKE KEIL ALS FRAU TRAUER BEI UNS EINZOG

Mit deinem Tod ist bei uns die Trauer eingezogen.

Sie ist ein merkwürdiger Gast und – unter uns – ich denke, dass sie ein bisschen verrückt ist. Ich glaube nämlich, sie hält unser Zuhause für eine Pension. Sie hat sich einfach eingenistet, kaum, dass ich sie einmal widerwillig hereingelassen habe. Naja. Eigentlich weiß ich gar nicht so genau, wie das ging. Sie war einfach da. Sie war plötzlich mittendrin in unserem Haus, in dem Zuhause, das früher auch deins war. Sie hatte eine riesige Tasche dabei, die sie einfach mitten in unser Haus, in unser



Leben schüttete. Was da alles rauskam!

.....

**Lautes und Leises,
Hartes und Weiches,
Helles und Dunkles.
Ungemütlich sah es aus,
was sie im Gepäck hatte.
Beklemmend und
verstörend.**

.....

**Die Trauer,
dieser schwierige Gast.**

Dir kann ich es ja sagen:
Ich habe ihre Anwesenheit
als Last empfunden. Aber je

mehr ich mich an sie gewöhnte, desto mehr konnte sie mir helfen, dich zu bergen. Dir einen Platz zu bewahren. Dir einen guten Platz zu finden. Mit dir auf dem Weg zu bleiben.

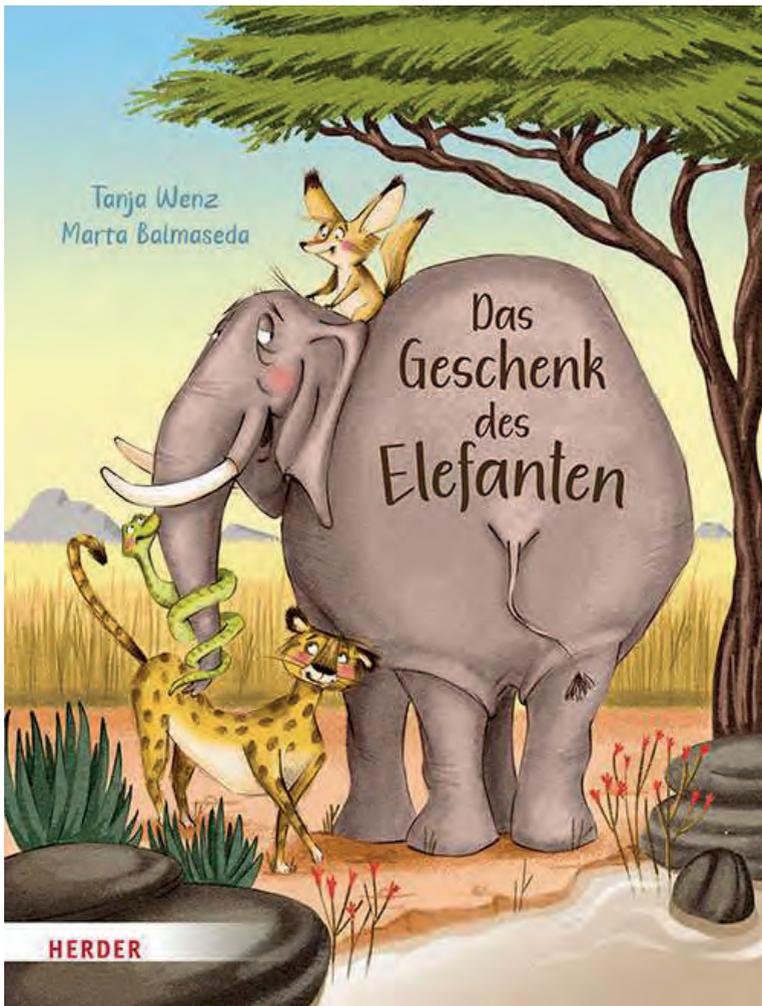
Heute bin ich froh, dass sie eingezogen ist, dass sie so hartnäckig war und ich ihr irgendwann auch selbst die Tür öffnen konnte, ihre Gegenwart in meinem Leben aushalten lernte. Nicht weil es leicht und schön war mit ihr – o nein! Aber sie war wichtig. Sie hat mir auf ihre Weise Zeit geschenkt, die ich mir vielleicht sonst nicht gegeben hätte – Zeit mir dir, mit uns.

(Als die Trauer bei uns einzog - ISBN 9783736502833)

Buchvorstellung

Die anderen Tiere vermissen ihn sehr.
Jedes Tier geht mit seiner Trauer anders um.
Doch dann entdecken die Freunde ein wunderbares Geschenk,
das sie tröstet und für immer mit Elefant verbindet.
Eine Geschichte über Trauer und den Trost der Erinnerung.

Tanja Wenz/ Marta Balmaseda - **Das Geschenk des Elefanten**
Ein Bilderbuch auch für Erwachsene - ISBN 978 3 451716195





Allen Hospizfreunden*innen und allen,
die ein offenes Herz für unsere Arbeit haben,
wünschen wir eine gute hoffnungsvolle Zeit im neuen Jahr 2025.
Möge das geheimnisvolle Weihnachtsfest Euch allen Liebe,
Zeit für alles was wichtig ist, Lächeln und Dankbarkeit bescheren.

die Vorstandschaft des Hospizvereins Main-Spessart

Barbara Hanausch - Beisitzerin, Angelika Hartmann - Beisitzerin,
Reiner Eck - Schriftführer, Heribert Zeller - 1. Vorsitzender,
Dr. Irene Preis - Beisitzerin, Elke Weidner - Schatzmeisterin,
Claudia Simon - 2. Vorsitzende

Unsere Kontaktadressen

Hospizverein Main-Spessart e.V.
Geschäftsstelle: Riemenschneiderstr. 23, 97753 Karlstadt
Telefon: 09353 - 90 92 34
Fax: 09353 - 90 92 36
Mobiltelefon: 0171 - 73 49 10 8
E-Mail: hospiz@bnmsp.de
Internet: www.hospiz-msp.de

Bankverbindung

Sparkasse Mainfranken Würzburg
IBAN: DE55 7905 0000 0190 0084 74
BIC: BYLADEM1SWU

Druck

Schleunungsdruck GmbH