



November 2024 **HPV AKTUELL**

*Informationen für
unsere Mitglieder im
Hospiz- und Palliativverein
Landsberg am Lech e. V.*



Aktuelles

*Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Mitglieder,*

zum Ende dieses ereignisreichen Jahres 2024 darf ich mich im Namen des gesamten Vorstandes und aller Mitarbeiterinnen sehr herzlich bei Ihnen bedanken. Die stetig wachsende Gemeinschaft der Mitglieder ist für unseren Verein eine unverzichtbare Stütze und eine wohlthuende Bestätigung unseres Dienstes am Menschen.

Mit Ihrer besonderen Unterstützung konnten wir unser Büro digital und ausstattungsmäßig auf zukunftsfähige Beine stellen. Und mit dem nun größeren Büro können wir erstmals einen Qualifizierungskurs zur Ausbildung von 16 neuen Hospizbegleiter:innen in den eigenen Räumlichkeiten anbieten. So können wir weiterhin gewährleisten, was in unserer Satzung festgeschrieben steht:

„Unsere Arbeit ist geprägt von einer offenen und wertschätzenden Grundhaltung und der Überzeugung, dass jedem Menschen, auch dem leidenden und sterbenden, bedingungslose und uneingeschränkte Menschenwürde zusteht. Ebenso wichtig sind uns die Bedürfnisse der Angehörigen und Freunde. Wir bieten ihnen unsere Begleitung und unsere Hilfe an, auch während der Trauerphase.“

- 2 *Aktuelles*
- 4 *Qualifizierung HB 2024/25*
- 6 *Brennen oder Ausbrennen?*
- 7 *Die neue Koordinatorin*
- 8 *Film zum Welthospiztag*
- 10 *Hospizbegleitung mal anders*
- 12 *Die Jahresgedenkenfeier*
- 14 *Spendendank*
- 15 *Die Kerze und die Engeln*
- 16 *Buchtipps*
- 17 *TEEvent – krea(k)tiv*
- 18 *Termine. Veranstaltungen. Infos*
- 22 *Der Tod mitten im Leben (PV)*
- 23 *Die Infostunde in Dießen*
- 24 *Kontaktdaten*



*Eine Gartensitzung gönnten sich Vorstand und Hauptamtliche, die im August nicht gerade im Urlaub waren. Eine kleine Auszeit, ein Atemholen zwischen bewältigtem Umzug und neuen Herausforderungen.
Foto: privat*

Ich werde immer mal wieder gefragt: „Wie kommt es dazu, dass du dich mit dem Thema Tod und Sterben beschäftigst, sogar noch in deiner Freizeit?“

Dafür habe ich keine Standardantwort. Ich möchte aber mindestens mein Gegenüber anregen, über seinen eigenen Tod nachzudenken. Denn dieser steht für jeden Menschen ebenso sicher fest wie seine Geburt! Manchmal provoziere ich etwas und sage:

„Wenn ich meinen Todestag kennen würde, würde ich diesen genauso regelmäßig feiern wie meinen Geburtstag.“

Füreinander da sein, vom Beginn bis zum Ende des Lebens, das ist unser Leitsatz im HPV. Und, ja: Das Sterben zählt immer noch zum Leben!

Unsere Hospizbegleiter:innen werden gerufen, wenn ein Leben offensichtlich zu Ende geht. Damit entsteht eine besondere Beziehung zwischen zwei an sich fremden Menschen. Eines aber verbindet über alle Grenzen hinweg: Der nahende Tod eines Menschen ist der Grund dieser

Verbindung auf Zeit. Und oft entstehen in dieser Zeit der Begleitung für beide ganz unerwartete und außergewöhnlich tiefe Momente.

Ich wünsche Ihnen allen ein friedensstiftendes Weihnachtsfest und viel Zuversicht für das neue Jahr. Bleiben Sie gesund!

Ihr dankbarer

*Emanuel Zehetbauer
1. Vorsitzender*

**Allen –
unseren Mit-
gliedern und
Freunden, unseren
ehren- und haupt-
amtlich Aktiven –
wünschen wir frohe
Festtage und ein
glückliches Jahr 2025
voll interessanten
Begegnungen
mit herzlichen
Menschen!**

Umschlagbild: Das Lichterherz bei der Jahresgedenkefeier. Foto: HPV/Sandra Kleekamm

HPV AKTUELL



Qualifizierung zur Hospizbegleitung 2024/25

Am Nachmittag des 21. Juni 2024 begrüßten wir zum ersten Mal in unseren neuen Räumlichkeiten die Interessent:innen an der neuen Ausbildung zu einer Informationsveranstaltung. Es war uns eine große Freude, dass sich knapp 30 interessierte Menschen bei uns eingefunden haben.

Nach Vorstellung des HPV und seiner verschiedenen Aufgabenbereiche stellten die Koordinatorinnen Franziska Chalupar-Frieder und Tina Dengel Ausbildung, Ablauf und Aufnahmeprozess vor. Die Antworten auf die Frage „Was würde ich mir von einer Hospizbegleitung wünschen?“ ließ ein buntes Bild vielseitiger Eigenschaften entstehen. Es folgte ein Impuls zur hospizlichen Haltung und warum diese so unabdingbar für die Sterbebegleitung ist. Nach regem Austausch schloss ein Text zum Thema „Berührung“ die Stunden ab.

In den darauffolgenden Wochen führte das gesamte Koordinatorinnenteam zahlreiche individuelle Aufnahmegespräche, so dass am 11. Oktober 2024 das erste Wochenende des Grundseminars mit 16 Teilnehmenden starten konnte. Hier standen das Kennenlernen und die Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte im Vordergrund.

Die weiteren Blöcke des Grundseminars begleitet die Trainerin und Ausbilderin für Palliative Care Petra Mayer in Zusammenarbeit mit der Koordination des HPV. Dabei liegt der Fokus unter anderem auf den Kommunikationsebenen in der Hospizbegleitung und dem Sterbeprozess mit seinen Phasenmodellen. Als roter Faden zieht sich durch das gesamte Grundseminar die Auseinandersetzung der Einzelnen mit den eigenen Erfahrungen zu den Themen Sterben, Tod und Trauer.

Wir wünschen allen Teilnehmenden und Lehrenden auf diesem „Ausbildungsweg“ viel Freude, konstruktive Erfahrungen und intensive Stunden für jede:n selbst, für die Gruppe und für uns als Hospiz- und Palliativverein in Landsberg.

Text von Franziska Chalupar-Frieder und Tina Dengel. Fotos von Tina Dengel



Start des Grundkurses

Emotional, nah, bewegend – ein spannendes Wochenende stellte den Auftakt für 14 Menschen dar, die sich für die Qualifizierung zur Hospizbegleitung entschieden haben. Am 11. und 12. Oktober nahmen sie sich die Zeit und starteten unter der Leitung von Franziska Chalupar-Frieder und dem Team der Hospizkoordinatorinnen ihren zweijährigen Weg.

Am Freitagnachmittag wurden Kleingruppen gebildet, in denen sich die Teilnehmenden gegenseitig vorstellen durften und ihre Gemeinsamkeiten und Einzigartigkeiten herausfanden. Als verbindendes Element stellte sich jede:r vor und beantwortete die Frage nach den Beweggründen für das Ehrenamt. Wie funktioniert der Hospiz- und Palliativverein? Was sind die begrifflichen Besonderheiten und wie funktioniert das Hilfenetz zur Unterstützung, wenn ein Mensch im Sterben liegt? – Themen, die das Fundament darstellen und daher gleich zu Beginn vorgestellt, hinterfragt und spielerisch verdeutlicht wurden.

Der Samstag diente zur Selbstreflexion und dem gegenseitigen tiefgehenden Kennenlernen. Mit Tränen, Lachen, emotionalen Erzählungen und Einblicken in die einzelnen Lebensgeschichten lernten die Teilnehmenden der Gruppe einander



näher kennen. Was prägte in den bisherigen Lebensjahren, wo stehe ich heute und wohin zieht es mich für die Zukunft? Drei Säulen und Phasen des Lebens, die zunächst individuell erarbeitet und später vorgestellt wurden.

Die Teilnehmenden hielten über Stunden den wertschätzenden Raum offen, die Aufmerksamkeit und Wertschätzung, jedem und jeder die Zeit zu geben, die sie brauchten, um das eigene Leben zu spiegeln, sich zu öffnen und Vertrauen und Mut zu fassen. Eine große Ehre – Dank an die Teilnehmenden. Eine faszinierende Zeit beginnt und gewiss ist jede:r Teilnehmende erfüllt, angeregt und mit Vorfreude auf das nächste Treffen in den Abend gegangen.

Text von Magdalena Nägelsbach
Fotos von Tina Dengel und Marielle Matthia



Anfangsfrage:
Was lässt mich
brennen und was
ausbrennen, in der
ehrenamtlichen
Hospizbegleitung?

Brennen oder Ausbrennen?

Belastungs- und Schutzfaktoren in der Hospizbegleitung

Am Samstag, dem 26. Oktober 2024, trafen sich 16 Hospizbegleiter:innen und die Leitende Koordinatorin Franziska Chalupar-Frieder in den Räumen des HPV zur Resilienz-Fortbildung. Petra Mayer begleitete als Referentin den kurzweiligen und inspirierenden Fortbildungstag.

Sie stellte uns Kernfragen wie:
„Welches Verständnis habe ich von Begleitung?“ „Was lässt mich für die hospizliche Begleitung brennen?“ „Was lässt mich eher ausbrennen?“

Unsere **Schutzfaktoren** wurden näher beleuchtet und Zusammenhänge reflektiert, um in der Sorge für den Anderen nicht auszubrennen.

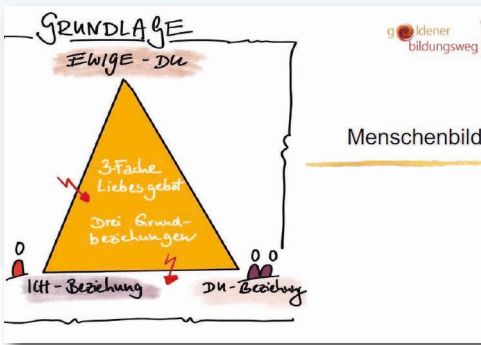
Petra Mayer stellte uns dazu einige Erklärungs-Modelle vor. Im sogenannten **Beziehungsdreieck** geht es um die Beziehung, die ich zu mir selbst habe, die zum Du, also meinem Gegenüber, und die zu meinem eigenen ewigen Du (Spiritualität).

Das **Kohärenzmodell** nach Antonovsky geht davon aus, dass Stressoren im Leben allgegenwärtig und daher nicht völlig zu verhindern sind. Es kommt darauf an, wie sie bewältigt werden, also auf welche

Strategien der Mensch zurückgreifen kann. Das Modell besteht aus **Handhabbarkeit – Verstehen – Sinnhaftigkeit**. Je besser diese einzelnen Bereiche angefüllt oder erfüllt sind, desto „gesünder“ kann ich mit den Herausforderungen im Leben umgehen. In Kleingruppenarbeit tauschten wir uns jeweils zu den Themen aus, reflektierten über die jeweilige Aussage und trugen unsere „**Erkenntnisperlen**“, wie Petra sie liebevoll nannte, im Plenum zusammen.

Nach der kulinarisch wieder sehr leckeren Mittagspause ging es am Nachmittag damit weiter: Wie ich meine **Schutzfaktoren** in der hospizlichen Begleitung stärken kann. Mit der Aufteilung in spirituelle, körperliche und psychosoziale Faktoren bekamen wir eine Idee davon, was es heißt, zwischen vermeidbarem und unvermeidbarem Leid in der Begleitung zu unterscheiden.

Die Tatsache, dass **der größte Stressor** des Menschen darin liegt, seinen eigenen Ansprüchen nicht gerecht zu werden, lässt einen schon sehr nachdenklich werden. Der Blick durch einen Strohhalm führte uns sehr schnell vor Augen, dass wir in den hospizlichen Begleitungen „nur“

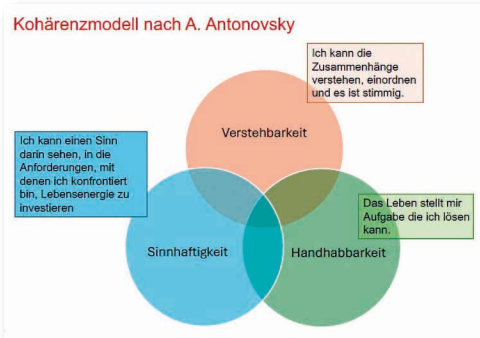


Gedanken zum Beziehungs-dreieck, nach K. Stauss

Das Beziehungsdreieck basiert auf dem christlich geprägten Konzept von Beziehung, das Stauss in der Vergebungs- und Versöhnungsarbeit anwendet.

Es umfasst drei zentrale Beziehungsformen: die Ich-Beziehung (Selbstbeziehung), die Du-Beziehung (zwischenmenschliche Beziehungen) und die Beziehung zum „Ewigen Du“ (transzendente, spirituelle Ebene).

Diese drei Beziehungsebenen spiegeln Stauss' Menschenbild wider, das den Menschen als ein „Beziehungswesen“ betrachtet, das erst durch die Integration aller drei Ebenen zu Heilung und Ganzheit gelangt. Die Versöhnung in der Beziehung zu sich selbst, zu anderen und zu Gott oder dem „Ewigen Du“ führt nach Stauss zu einer umfassenden inneren Reinigung und zur Erfüllung des Daseinszwecks.

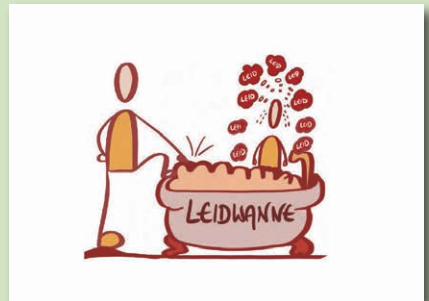


einen sehr kleinen und individuell geprägten Ausschnitt des Geschehens wahrnehmen. Und dies ist wichtig und richtig, denn nur so ist es möglich, Abstand zu halten und wahres Mitgefühl zu zeigen – ohne mitzuleiden.

Das wiederholte Erleben von Krankheit, Abschied, Tod und Trauer kann unser Leben eben sowohl bereichern als auch beeinträchtigen. Von diesem Seminar konnte hoffentlich jeder von uns seine „Erkenntnisperle“ mitnehmen, die uns in den künftigen Begleitungen nährt.

*Text: Sabine Janke-Rainer,
Hospizbegleiterin*

*Bilder aus dem Handout zum
Goldenen Bildungsweg von Petra Mayer,
mit freundlicher Genehmigung*



Hilfreicher Umgang mit Leid kann gelingen wenn ...

- wir aufmerksam wahrnehmen, wann wir in der „Leidwanne“ des anderen sitzen, und
- was uns dazu führt, immer wieder den Versuch zu starten, in die Leidwanne des anderen einzusteigen.
- wir als Begleitende lernen „vermeidbares“ und „unvermeidbares“ Leid zu unterscheiden.



Filmvorführung „Wir beide“ zum Welthospiztag

Hospiz für Vielfalt – weil der Tod mit jedem in die Kiste steigt

Der Welthospiztag ist ein Aktionstag, der auf die oft noch tabubesetzten Themen Sterben, Tod und Trauer aufmerksam machen und hospizliche und palliative Belange in den Fokus der Gesellschaft rücken will. Neben dem Einsatz einiger Hauptamtlicher wird die Hospizbewegung wesentlich von der Überzeugungskraft einer großen Bürgerschaft getragen, die sie ehrenamtlich mit Leben erfüllt. Auch ihrem Engagement will der Welthospiztag ein Gesicht geben.

Er findet alljährlich am zweiten Samstag im Oktober statt. (In enger Anbindung dazu wird der Deutsche Hospiztag am 14. Oktober begangen.) Der Welthospiztag am 12. Oktober 2024 stand unter dem **Motto „Hospiz für Vielfalt“** – hinter dem auch wir als Hospiz- und Palliativverein Landsberg am Lech e.V. stehen.

Solidarität und Vielfalt sind Grundpfeiler der Hospiz- und Palliativbewegung. Würdevolle, empathische Begleitung und gute palliative Versorgung am Lebensende sind unabhängig von Alter, Herkunft und Nationalität, Geschlecht und geschlechtlicher Identität, körperlichen oder geistigen Fähigkeiten, Religion und Weltanschauung, sexueller Orientierung oder sozialer Herkunft – die Überzeugun-

gen und Ansichten der Menschen, die wir begleiten, sind für uns leitend.

In Kooperation mit dem Filmforum hat der HPV Landsberg sich am 11. Oktober wieder mit einer Filmvorführung an den weltweiten Aktionen beteiligt. In Anlehnung an den Diversity-Gedanken des Mottos zeigten wir den Film „Wir beide“.

Florian Werner vom Filmforum und Emanuel Zehetbauer, 1. Vorsitzender des HPV, eröffneten die Vorführung im Theatersaal mit einer kurzen Einführung in den Film und das Thema „Hospiz für Vielfalt“.

Das Drama handelt von zwei Nachbarinnen in den Siebzigern, die ihre lesbische Beziehung vor ihrem Umfeld verbergen. Als eine der beiden einen Schlaganfall erleidet, erkämpft sich die andere entschlossen den Weg zurück zu ihrer Freundin.

Neben der berührenden Darstellung der viele Hindernisse überwindenden Liebe durch die beiden Hauptakteurinnen schwingt im Film die Notwendigkeit einer rechtzeitig getroffenen Vorsorge durchgängig mit. In **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht** sollen persönliche Wünsche und Ansichten leitend sein, so dass sie in einer Notsituation, wenn eine



persönliche Artikulation nicht mehr möglich ist, greifen. Wie wichtig es ist, diese zu benennen und transparent zu machen, wird in diesem Film sehr anschaulich vor Augen geführt (siehe auch Seite 22).

Im Anschluss an die Ausstrahlung war die Bar noch geöffnet und es gab im Foyer die Gelegenheit, sich am Stand des HPV über seine kostenfreien Angebote der Beratung zu Patientenverfügung bzw. Vorsorgevollmacht sowie der Hospiz- und Trauerbegleitung zu informieren.

Im regen Austausch mit anderen konnten die Besucher den eindrücklichen Filmabend nachklingen lassen.

Text von Iris Maucher, Hospizbegleiterin

Fotos: Filmstill © Paprika/Kairos Films und von Iris Maucher



Hospizbegleitung mal anders

Bereits im Sommer erhielten wir Hospizbegleiter:innen von Catrin Wolfer, HPV-Koordinatorin mit Chorleitererfahrung, eine E-Mail: Um der Jahresgedenkefeier am 8. November einen musikalischen Rahmen zu geben, solle ein Projektchor aus der Taufe gehoben werden! Wer Lust am Singen habe – mit und ohne Chorleitererfahrung – sei herzlich eingeladen sich zu melden.

Der Schriftsteller Victor Hugo hat einmal gesagt: „**Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.**“ Was liegt da näher, als die Erinnerung an die Menschen, die wir im letzten Jahr begleiten durften, mit unseren Stimmen lebendig zu halten. 17 Teilnehmer:innen aus allen Stimmlagen fanden sich also am 16. Oktober im Foyer des Hospizbüros zur ersten Chorprobe ein.

Die Lieder, die in Anlehnung an das **Motto** unserer überkonfessionellen Gedenkefeier „**Licht in der Dunkelheit**“ ausgewählt waren, hatten schon vorab als Audio-Dateien und Notenblätter die Runde gemacht.

Die Stücke waren variantenreich, die eingängigen Melodien oft bekannte Hits, teils christlich geprägt, teils neu entstanden – es versprach, abwechslungsreich und herausfordernd zu werden.



Die erste Probe war ein voller Erfolg.

Unsere Chorleiterin ermunterte uns zum Ausprobieren. Wer sich seiner Stimmlage nicht sicher war, konnte sich herantasten. Kein nervenzermürendes Vorsingen, kein überzogener Hang zur Perfektion: Die Freude am gemeinsamen Singen stand im Vordergrund. Selbst fürs Einsingen hielt Catrin immer wieder neue, abwechslungsreiche Stimmübungen bereit, die uns halfen, ganz nebenbei die Namen der anderen Chormitglieder zu erinnern, oder uns zu einem Lächeln animierten.

Wir waren alle sehr konzentriert bei der Sache und konnten einzelne Lieder bereits nach kurzer Einführung und fachfraulicher Anleitung mehrstimmig singen. Eine Teilnehmerin hatte nach über 20 Jahren ihre Klarinette wieder zur Hand genommen und bereicherte den



Der neue Hospizchor, das sind: Ute Adolph, Gabi Baudrexel, Conni Berger, Lothar Bergmann, Susanna Bergmann, Elke Burggraf, Franziska Chalupar-Frieder, Lissy Erhard, Renate Fischer-Koch, Andrea Gerlich-Heindl, Inge Hartmann, Ruth Loose, Martina Hinteregger, Renate Högenauer, Iris Maucher, Gerd Plotz, Inda Rind, Emanuel Zehetbauer. Und natürlich seine tolle musikalische Leiterin Catrin Wolfer. – Herzlichen Dank allen Beteiligten für ihr wunderbar engagiertes spontanes Planen, Üben und Vortragen!

Chorgesang mit stimmungsvollen Einlagen. Im Laufe der nächsten Chorproben wurden die Ansprüche höher geschraubt. Klarinettenvor- und -zwischen spiel, Mehrstimmigkeit und korrekte Einsätze wurden geprobt, wir wurden immer sicherer.

Unsere vierte und letzte Probe vor dem Auftritt wurde bereits als Stellprobe in der Kapelle des Heilig-Geist-Spitals durchgeführt. Im Anschluss daran ließen wir den Abend mit einem gemeinsamen Abendessen in der Trattoria Italiana ausklingen. Ein paar Tagen später durften wir bei der Gedenkfeier zeigen, was wir in der Kürze der Zeit gelernt hatten.

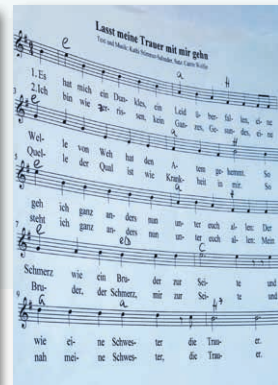
Ein großer Dank gebührt unserer Koordinatorin Catrin Wolfer, die es geschafft hat, auf kooperative, fröhliche und oft unterhaltsame Weise das Beste aus uns herauszuholen. Sollte es nochmal einen Projektchor geben: Ich bin mir sicher, dass viele von uns wieder dabei sein werden!

*Text und Fotos: von
Iris Maucher, Hospizbegleiterin*



*„Musik ist dort,
wo die Seele anfängt
zu atmen.“
Heidi Maria Artinger“*

HPV AKTUELL



Die Jahresgedenkfeier

Vom Licht in der Dunkelheit war die Rede während der HPV-Gedenkveranstaltung am 8. November. In der voll besetzten Kapelle des Heilig-Geist-Spitals verbreitete sich eine stimmungsvolle, warme Atmosphäre. 91 Teelichte entzündeten wir – in Herzform – zum Gedenken an die Verstorbenen, die von uns im vergangenen Jahr hospizlich begleitet worden waren.

Viele helfende Hände unserer Vereinsmitglieder und der engagierte Einsatz vor allem der Koordinatorin Catrin Wolfer mit dem neu gegründeten Hospizprojektchor haben dieser Feier einen würdigen Rahmen gegeben.

Nach der Begrüßung durch Emanuel Zehetbauer wies Thomas Klotz in seiner Einführung darauf hin, dass persönliche Trauerzeit ihre Berechtigung hat, um es mit Ulrich Schaffer zu sagen: **„Du hast ein Recht auf deine Trauer.“**

Impulse, besinnliche Gedanken, zum Teil sehr persönlicher Art, vorgetragen und mit leisen, einfühlsamen Tönen unterlegt, gaben allen Anwesenden Zeit und Raum für ihre Emotionen. Worte aus Psalm 27 in einer modernen Übertragung, Fürbitten und ein gemeinsam gesprochenes Vater-unser bildeten den liturgischen Teil der Feier. Die Geschichte von der Kerze wurde

vorgelesen und symbolisch bekamen alle Teilnehmenden eine kleine liebevoll gestaltete Streichholzschachtel mit einer Kerze, um zu Hause ein eigenes Licht entzünden zu können.

Den Abschluss bildeten der von Klinikseelsorger Siegfried Aßmann gespendete Segen mit dem Rat von Jochen Jülicher: **„Lebt, soviel ihr leben könnt!“** und gemeinsam gesungene irische Segenswünsche.

In der Cafeteria hatten dann alle Besucher die Möglichkeit, sich bei einer wärmenden Suppe, vorbereitet von Mitarbeitern dieses Caritas-Seniorenzentrums, zu stärken und sich im Gespräch mit Freunden und Bekannten auszutauschen.

Herzlicher Dank gilt allen, die mitgeholfen haben, die Feier zu gestalten, besonders den wie immer engagierten Koordinatorinnen – und manchen Besuchern, die ihren Dank in einer Spende zum Ausdruck brachten. In dieser Stunde des Gedenkens wurde aber auch die Freude am gemeinsamen Wirken und das, was unseren Verein ausmacht, deutlich sichtbar.

*Text von Gisela Bürk,
Hospiz- und Trauerbegleiterin*

*Fotos von Sandra Kleekamm, Koordinatorin,
und Kerstin Vogt, 2. Vorsitzende des HPV*



Spendendank

Die Zahnärzte Dr. Ingo Frank, Dr. Frank Kistler und Prof. Dr. Jörg Neugebauer aus der **Praxis Dr. Bayer und Kollegen** übergaben am 4. November einen Spendenscheck über 3000 Euro an die Leitende Koordinatorin. Der Betrag kam durch die Zahngoldspenden der Patienten im Jahr 2024 zusammen und wurde vom Praxisteam aufgerundet. Franziska Chalupar-Frieder dankte herzlich für diese wertvolle Unterstützung der ambulanten Hospizarbeit: „Wir sind sehr dankbar über eine solche Zuwendung, denn ohne Spenden könnten wir verschiedene Angebote, wie etwa den gesamten Bereich der Trauerbegleitung, nicht anbieten.“

Wir freuen uns sehr, dass wir auch 2024 wieder im Rahmen der 1-Euro-Spende je Landkreis-Einwohner – auf Vorschlag von Oberbürgermeisterin Doris Baumgartl – von der **Stiftung der Sparkasse Landsberg-Dießen** bedacht wurden: 1000 Euro erhielten wir zur Unterstützung der Trauergruppe, die vor allem Ruth Loose leitet. Vielen Dank für diese wiederholte Zuwendung in dem so wichtigen, doch ausschließlich aus Spenden finanzierten Tätigkeitsfeld.



Leitende Koordinatorin Franziska Chalupar-Frieder empfängt die Spende von Dr. Ingo Frank, Dr. Frank Kistler und Prof. Dr. Jörg Neugebauer. Foto von Frau Dr. Suchy

Feedback aus einer Hospizbegleitung

Frau M. zur Begleitung ihres Vaters:

„Unendlich dankbar bin ich dafür, dass Sie, Frau Ollfisch, meinen Vater in seinen letzten Wochen im AWO-Haus so gut begleitet haben. Die Gespräche mit Ihnen waren ihm wichtig und haben ihm gut getan. Das hat er mir nach jedem Gespräch begeistert erzählt. Auch dass Sie ganz wenige Tage, bevor er für immer eingeschlafen ist, bei ihm waren, obgleich er nicht mehr sprechen konnte, hat mich sehr gefreut und beruhigt.“

Leider konnte ich nicht mehr bei meinem Vater sein, da ich in der Zeit gesundheitlich nicht ganz fit war und unaufschiebbare Augenoperationen hatte. Da war es um so wertvoller, dass Sie ihn besucht haben.

Vielen vielen Dank dafür und für alle Zeit, die Sie mit meinem Vater verbracht haben. [...] Die Erfahrungen, die mein Vater mit Ihnen machen durften, waren Lebenshilfe beim Beenden des Lebens auf Erden. Mir fallen seine genauen Worte nicht mehr ein, aber so hat er es empfunden. Das hat mich unendlich beruhigt, vor allem eben, weil ich so weit weg war ...“

*Herzlichen Dank
für diese wertschätzenden Worte!*

Die Kerze

Ein König hatte zwei Söhne. Als er alt wurde, wollte er einen der beiden zu seinem Nachfolger bestellen. Er rief seine beiden Söhne herbei, gab jedem fünf Silberstücke und sagte: „Damit sollt ihr die Halle in unserem Schloss bis zum Abend füllen.“

Der älteste Sohn ging sogleich davon und kam an einem Feld vorbei, wo die Arbeiter dabei waren, das Zuckerrohr zu ernten und in einer Mühle auszupressen. Das ausgedroschene Zuckerrohr lag nutzlos umher. Er dachte sich: „Das ist eine gute Gelegenheit, mit diesem wertlosen Rohr kann ich ohne hohe Kosten die ganze Halle meines Vaters füllen.“ Mit dem Aufseher der Arbeiter wurde er einig und sie schafften bis zum späten Nachmittag das ausgedroschene Zuckerrohr für fünf Silberstücke in die Halle. Als sie gefüllt war, ging er zu seinem Vater und sagte: „Ich habe deine Aufgabe erfüllt.

Auf meinen Bruder brauchst du nicht mehr zu warten. Mach mich zu deinem Nachfolger.“ Der Vater antwortete: „Es ist noch nicht Abend. Ich werde warten.“

Bald darauf kam auch der jüngere Sohn. Er bat darum, das ausgedroschene Zuckerrohr wieder aus der Halle zu entfernen.

So geschah es. Dann stellte er mitten in die Halle eine Kerze und zündete sie an. Ihr Schein füllte die Halle bis in die letzte Ecke hinein.

Der Vater sagte: „Dein Bruder hat fünf Silberstücke ausgegeben, um die Halle mit nutzlosem Zeug zu füllen. Du hast nicht einmal ein Silberstück gebraucht und hast sie bis zum letzten Winkel gefüllt: Mit LICHT! Du hast sie mit dem gefüllt, was die Menschen brauchen. Darum sollst du mein Nachfolger sein!“

Ein Märchen von den Philippinen



Foto: pixabay/webandti

46 „Engelen“ hat die Allgäuer Künstlerin und Therapeutin Sigi Wiedemann den Hospizbegleiter:innen des HPV zu Weihnachten gespendet. – Herzlichen Dank dafür! – Zurzeit baut sie mit anderen ganz in der Nähe, in Weicht, eine Einrichtung mit ambulanten Hilfsangeboten für Kinder auf und freut sich, wenn auch weitere Menschen ihre Leidenschaft für diese Kinderhilfe teilen. Mehr Infos unter: www.artists-for-kids.de



Foto: HPV/Carmen Kraus

BUCHTIPPS

Mechthild Schroeter-Rupieper:

„Geschichten, die das Leben erzählt, weil der Tod sie geschrieben hat“

„Lachen und Weinen gehören oft zusammen“, sagt die Autorin. „Ich schreibe über Leben und Tod und erzähle davon, dass das eine ohne das andere nicht zu haben ist.“ So ergeben sich Geschichten zu ungewöhnlichen Fragen wie: Was hat eine Wasserwaage mit der Trauer zu tun? Wie kommt denn die Seele in den Himmel, wenn der Körper im Grab liegt?



Es sind wahre Geschichten aus dem Alltag einer Familienbegleiterin. Sie zeigen, dass Tod und Leben zusammengehören, machen so das Leben und Lieben für das ganze Umfeld wertvoller.

Mechthild Schroeter-Rupieper ist die Begründerin der Familientrauerbegleitung. Ihr Buch ist in drei Kapitel gegliedert – vor, während und nach dem Sterben –, damit man gezielt zu den Fragen lesen kann, die einen beschäftigen. Auch mal heiter Anmutendes oder allzu viel Stille zeigt die Vielfalt der Gefühle, die möglich sind, und wie weit sie sich in die Zukunft auswirken (s. auch S. 21).

Patmos-Verlag, 160 Seiten, gebunden

Carmen Kraus,
Hospiz- und Trauerbegleiterin

Olga Martynova:

„Gespräch über die Trauer“

„Vielleicht ist die Trauer die intimste Sache der Welt“, steht auf der Buchklappe. „Wenn eine Verkäuferin mich fragte, wie ich meinen Kaffee zubereite, ... fand ich die Frage indiskret. ... Und nun spreche ich darüber, worüber man schweigen muss.“



Als würde ich meine Trauer verkaufen. Würde ich das nicht tun, wäre es, als hätte ich Oleg und mich verraten. Das hat keine Lösung. Wie auch das Fehlen eines Menschen

keine Lösung hat. Die Grenzen meiner Trauer sind die Grenzen meiner Welt.“

Persönliche Tagebucheinträge gehen in „Gespräche“ mit verschiedenen Trauertexten über. Wie gehen andere Menschen damit um? Wie Gilgamesch, Orpheus und Achill? Was sagen Roland Barthes, Joan Didion, Elias Canetti oder Emmanuel Lévinas? Begreife mich, sagt das Unbegreifliche. Das erschütternde Buch ringt nach Antworten.

Olga Martynova, 1962 geboren, zog aus Leningrad 1991 mit ihrem Mann Oleg nach Deutschland und schreibt seit 1999. Sie erhielt u.a. den Ingeborg-Bachmann-Preis und den Berliner Literaturpreis.

S. Fischer-Verlag, 304 Seiten, gebunden
Emanuel Zehetbauer,
Hospizbegleiter, 1. Vorsitzender HPV

Besuchen Sie uns wieder in der LechStadtHütte am Christkindlmarkt auf dem Rossmarkt – vom 13. bis 15. Dezember! Drei Tage lang können Sie sich bei uns informieren und gegen eine kleine Spende handgearbeitete Miniaturen oder Köstlichkeiten für den Gaumen mitnehmen.

TEEvent – krea(k)tives Basteln



Foto 2023: Emanuel Zehetbauer

Weihnachten naht und damit auch unsere Präsenz in der LechStadtHütte am Landsberger Christkindlmarkt am 3. Adventswochenende, wo wir als Verein die Gelegenheit haben werden, uns den Landsberger Bürgern zu präsentieren und von unserer Arbeit zu berichten.

Vor diesem Hintergrund hatte Kerstin Vogt, unsere kreative 2. Vorsitzende, dieses Jahr an zwei Novembernachmittagen Hospizbegleiter:innen und Vereinsmitglieder zum TEEvent geladen! Mit Steinen, Farbe und Wolle sollten kleine Besonderheiten gestaltet werden, die dazu beitragen, den Besuchern am Stand auch „Brücken“ für ein Gespräch zu bauen.

Und ganz nebenbei war bei einer Tasse Tee auch Gelegenheit zum Austausch und ein persönliches Kennenlernen auf einer Ebene abseits der Hospizarbeit gegeben.

Der erste Termin, an dem es eher ruhig zugeht, wurde zwar von nur wenigen, dafür aber sehr motivierten und talentierten Vereinsmitgliedern wahrgenommen, die sich über die Gelegenheit freuten, einmal aktiv einen Beitrag zum Vereinsleben leisten zu können. Steine wurden professionell bemalt, Plätzchen und Sockenspenden entgegengenommen. Ideen haben wir noch viele – vom Flechten von Geschenkbandern, dem Knüpfen von Quasten, bis zum Häkeln kleiner Deckchen...

Wer jetzt noch Lust verspürt, bis Mitte Dezember auch abseits des TEEvents aktiv zu werden und kleine Sachspenden zu basteln, ist herzlich dazu eingeladen. An dieser Stelle ein großes Dankeschön an alle für dieses Mitwirken!

*Text und Fotos von Iris Maucher,
Hospizbegleiterin*



Termine. Veranstaltungen. Infos

Praxisbegleitungen und Supervisionen finden in der Regel in der HPV-Geschäftsstelle, Spöttinger Straße 14A, statt – Parkmöglichkeiten schräg gegenüber, auf der Bosse-Wiese. Einige Termine oder Orte werden erst nach Anmeldung mitgeteilt.

Für Hospizbegleiter:innen

Praxisbegleitungen – zweimonatlich
• Leitung durch die Koordinatorinnen

Supervisionen – zweimonatlich
• Leitung ab 2025: Norbert Fürchow

Wir bitten alle aktiven Hospizbegleiter:innen, im eigenen Interesse an den Angeboten teilzunehmen.

Ausflug und Adventsfeier in einem –
• am 5. Dezember findet für unsere Ehrenamtlichen bei der Kreszentia-Kapelle Dienhausen ein Treffen mit besinnlichen Impulsen statt und danach ein festliches Essen im Gasthaus „Zum Vogelherd“ in Denklingen

Fortbildungstag – jährlich
• am 7. Februar 2025 Infos und Besuch im Krematorium in Kissing

Für Mitglieder und Interessierte:

Folgen Sie uns jetzt auch auf Instagram

• Hospizbegleiterin Iris Maucher hat unseren Account: [hpv_landsberg](#) neu eingerichtet und pflegt ihn



Nächste Mitgliederversammlung

• Anfang April 2025, in Planung
Aufgrund der Vakanz seit September 2024 wird in der Mitgliederversammlung eine Nachwahl für die Stelle des Kassiers stattfinden.

Für Trauernde

Trauer Einzelgespräche – nur nach tel. Terminvereinbarung im HPV-Büro

Trauergruppe – i.d.R. am 2. Donnerstag im Monat in Kleingruppen:

1. Gruppe: 15:30–17 Uhr,

2. Gruppe: 17:30–19 Uhr

Leitung: Ruth Loose

Bitte melden Sie sich dazu an.



anstaltungen. Infos

Trauer-Café „Sonntags nicht allein frühstücken“ – monatlich

- jeweils am 1. Sonntag des Monats, 8:45–11:30 Uhr, in Landsberg im Café FilmBühne, 1. Stock, Adolph-Kolping-Str. 131a. Leitung: Ruth Loose. Nur mit Anmeldung.

Trauerspaziergang – vierteljährlich

- samstags, 10–15 Uhr, ca. 8 km im Raum Landsberg. Termine Infos zeitnah auf der Homepage. Leitung: Erich Püttner. Nur mit Anmeldung.

Schreibwerkstatt für Trauernde – zweiteilig, an aufeinanderfolgenden Dienstagen, jeweils im Frühjahr und im Herbst, mit Anmeldung im HPV-Büro. Termine und weitere Infos zeitnah in der Tagespresse und auf der Homepage. Leitung: Monika Sadegor.

Für Interessenten

Qualifizierung zur Hospizbegleitung
Aktuell qualifizieren wir 16 Personen in einem Grundkurs und einem darauf folgenden Aufbaukurs mit Praktikum. Ausbildungsleitung: Tina Dengel

Der nächste Grundkurs beginnt 2026. Interessenten können gern ihre Kontaktdaten mitteilen: Wir laden sie zur nächsten Infostunde Ausbildung ein.

Qualifizierung zur Trauerbegleitung

Unsere nächste Qualifizierung zur Trauerbegleitung ist noch in Planung. Leitung: Erich Püttner und Ditz Schroer

Öffentliche Veranstaltungen

Infos zu unserer Arbeit

Im HPV-Büro Landsberg: montags bis freitags, Öffnungszeiten 9–16 Uhr
Für eingehende Beratungsgespräche bitten wir um tel. Terminvereinbarung.

Infostunde in Dießen: je am letzten Do. im Monat, 17–18 Uhr, Clara-Nordström-Raum im Kloster, Keine Anmeldung. Leitung: Gerd Plotz (mehr Infos S. 23)



Infostand HPV

- 13.–15. Dezember Christkindlmarkt
Fr+Sa 16–20 Uhr, So 14–20 Uhr am Rossmarkt in der LechStadtHütte. Gespräche/Infos bei Plätzchen, Eierlikör, Basteleien aus TEEvent (mehr s. S. 17)

„Letzte Hilfe“-Kurse

Handreichungen zur Begleitung sterbender Angehöriger und Freunde:

- Sa, 24. Januar, 10-14 Uhr, in der HPV-Geschäftsstelle. Bitte melden Sie sich an.
- Sa, 15. März, 10-14 Uhr, in der VHS Dießen, Anmeldung dort
- Fr, 23. Mai, 14-18 Uhr, in der HPV-Geschäftsstelle. Bitte melden Sie sich an.



- Sa, 29. November 2025, 10-14 Uhr, in der VHS Kaufering, Anmeldung dort
- Weitere Termine stehen zeitnah auf der Homepage.

Patientenverfügung und Vorsorge

- Individuelle Beratung nach tel. Terminvereinbarung im HPV-Büro

Vorträge unserer Referenten:

- 2 Mal jährlich Vortrag zu „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“, ca. 90 min, in der HPV-Geschäftsstelle. Termine werden zeitnah über Homepage und Presse mitgeteilt.
- In Landsberg und im Landkreis auch Vorsorge-Vorträge bei den Volkshochschulen. Anmeldungen dazu nur über die jeweilige VHS.

Vorträge in Ihrem Unternehmen/ Verein/Ihrer Schule:

Sprechen Sie uns an, wenn Sie einen Vortrag zu unserer Arbeit wünschen. Themenauswahl: Der Hospizgedanke, Die Arbeit der Hospizbegleiter:innen, Hospiz- und Palliativversorgung im Landkreis, Patientenverfügungen und Vollmachten, Der Umgang mit Trauer, Letzte Hilfe u. a. m.

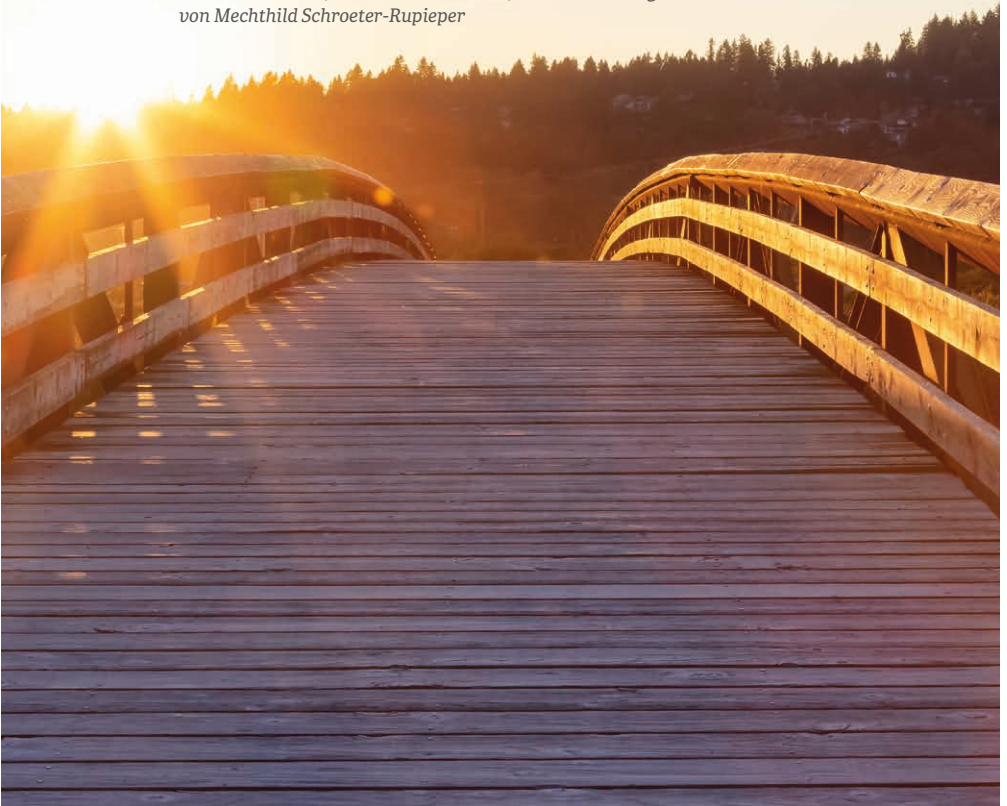
„Hospiz macht Schule“

- Kindgerecht auf den Tod als natürlichen Teil des Lebens vorbereiten. Mehrtägiges kreatives Schulprojekt für 3./4. Klassen in Grundschulen mit eigens geschulten Fachkräften. Mehr dazu in HPV aktuell, Juni 2024, S. 10. Sprechen Sie uns bitte an, wenn Sie es auch in Ihrer Schule anbieten wollen.

anstaltungen. Infos

„Trauernde sind Lebenskünstler. Sie schaffen immer wieder neue Perspektiven, um auf Krisen zu blicken. Sie sind Vorbilder für andere, weil sie aufzeigen, wie sie ihre Lebensgeschichte weitergeschrieben und weitergelebt haben. ... Ihre Geschichten dürfen auch gerne weitererzählt werden, um uns zum Lachen, Erstaunen, Erstarren, Nachdenken und Mitreden zu bringen. ... Und vielleicht können diese Geschichten so helfen, dem Tod wieder einen Platz in unserem Leben zu geben.“

*Aus: „Geschichten, die das Leben erzählt, weil der Tod sie geschrieben hat“
von Mechthild Schroeter-Rupieper*



Warum der Tod mitten ins Leben gehört

Immer wieder passiert mir Folgendes: Wenn Menschen zum ersten Mal hören, dass ich meine Arbeit dem Thema Tod und Sterben widme, dann treten sie einen Schritt zurück. Manchmal nur innerlich mit ungläubigem Gesicht, manchmal auch physisch mit den Worten: „Das könnte ich nie im Leben.“

Was ist es für ein Gefühl, das dieses Zurückweichen auslöst?

Die unangenehme Erinnerung, dass uns der Tod irgendwann alle treffen wird? Die Angst vor Krankheit, Schmerzen, Leid, Abschied und Trauer? Oder ist es das Nichtwissen, wie Sterben abläuft, weil es in unserer Gesellschaft immer noch häufig in Kliniken oder Heimen passiert und nicht zuhause im vertrauten Umfeld? Vielleicht ist es ein bisschen von allem.

Ich möchte dazu ermutigen, es sich zu erlauben, einen Gedanken oder Blick in die Richtung zu werfen, dass unser Leben endlich ist. Das Sterben, der Tod ist das einzige Ereignis in unserem Leben, von dem wir sicher wissen, dass wir es alle erleben werden. Das verbindet uns Menschen miteinander.

Wenn wir es wagen, einen Blick auf unsere Angst zu richten, werden wir beschenkt mit innerer Freiheit, Frieden,

mehr Lebensfreude, Lebensmut und einem Gefühl von tiefer Verbundenheit. Und wir gewinnen die Möglichkeit, unser Sterben ein Stück weit selbstbestimmt zu gestalten. Je früher wir beginnen, Vorsorge zu treffen, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, an unserem Lebensende so behandelt und unterstützt zu werden, wie wir es uns wünschen.

Ein wichtiger Baustein auf diesem Weg ist das Erstellen einer Vorsorgevollmacht sowie einer Patientenverfügung.



Warum der Tod mitten ins Leben gehört



Unsere Gastautorin
Franziska Chalupar-Frieder
Journalistin im HPV

Immer wieder passiert mir Folgendes: Wenn Menschen zum ersten Mal hören, dass ich meine Arbeit dem Thema Tod und Sterben widme, dann treten sie einen Schritt zurück. Manchmal nur innerlich mit ungläubigem Gesicht, manchmal auch physisch mit den Worten: „Das könnte ich

nie im Leben.“ Was ist es für ein Gefühl, das dieses Zurückweichen auslöst? Die unangenehme Erinnerung, dass uns der Tod irgendwann alle treffen wird? Die Angst vor Krankheit, Schmerzen, Leid, Abschied und Trauer? Oder ist es das Nichtwissen, wie Sterben abläuft, weil es in unserer Gesellschaft immer noch häufig in Kliniken oder Heimen passiert und nicht zuhause im vertrauten Umfeld? Vielleicht ist es ein bisschen von allem.

Ich möchte dazu ermutigen, es sich zu erlauben, einen Gedanken oder Blick in die Richtung zu werfen, dass unser Leben endlich ist. Das Sterben und der Tod sind das einzige Ereignis in

unserem Leben, von dem wir sicher wissen, dass wir es alle erleben werden. Das verbindet uns Menschen miteinander. Wenn wir es wagen, einen Blick auf unsere Angst zu richten, kann uns das mit innerer Freiheit, Frieden, mehr Lebensfreude und einem Gefühl von tiefer Verbundenheit beschenken.

Und wir gewinnen die Möglichkeit, unser Sterben ein Stück weit selbstbestimmt zu gestalten. Je früher wir beginnen, Vorsorge zu treffen, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, an unserem Lebensende so behandelt und unterstützt zu werden, wie wir es uns wünschen. Ein wichtiger Baustein auf diesem Weg ist das Erstellen einer Vorsorgevoll-



HOSPIZ- UND PALLIATIVVEREIN
Landsberg am Lech e.V.

Füreinander da sein. Im Leben und im Sterben
Beratung • Begleitung • Vernetzung



Hospiz • Palliativ • Trauer
Ausbildung für Begleitende

Bischof-Riege-Strasse 9 86099 Landsberg am Lech
Tel. 08191 42358 | www.hpv-landsberg.de
Bürozeiten: Montag bis Freitag von 9 bis 13 Uhr

macht und einer Patientenverfügung. Dort wird festgelegt, WER im Ernstfall entscheidet und WIE wir medizinisch behandelt werden möchten. Jeder Mensch ab 18 sollte sie besitzen.

Die Beratung in diesem Prozess ist ein Baustein unseres vielfältigen Angebots.

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören.

Der Beitrag erschien leicht gekürzt auch im Februar-Heft der Monatszeitung 2024. In jeder zweiten Ausgabe schreiben wir dort zu einem anderen Aspekt unserer vielgestaltigen Tätigkeit aus den Bereichen Beratung, hospizliche oder Trauerbegleitung und Ausbildung/Qualifizierung, über die Motivationen unserer Ehrenamtlichen und das Engagement unserer hauptamtlich Mitarbeitenden.

Diese Dokumente sollte jeder Mensch ab 18 Jahren in Deutschland besitzen.

► Mit der Vorsorgevollmacht legen wir fest, WER im Ernstfall für uns entscheidet und handelt, wenn wir selbst keine Entscheidungen mehr treffen können.

► Mit der Patientenverfügung legen wir unseren Willen fest, OB und WIE wir medizinisch behandelt werden möchten.

Wir, das Team des Hospiz- und Palliativvereins Landsberg am Lech, beraten Sie in

diesem Prozess und helfen Ihnen, die für Sie richtigen Worte zu finden. Dies ist ein fester Baustein unseres breit gefächerten Beratungsangebotes.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören.

*Franziska Chalupar-Frieder,
Leitende Koordinatorin im HPV*

Unsere monatliche Infostunde in Dießen

Vor Jahren schon hatte der PV-Berater unseres Hospizvereins Dr. Heinrich Grosse-Kleimann damit begonnen, seit einigen Jahren führt Gerd Plotz dieses Beratungsangebot fort. Allmonatlich wird es in der Presse und auf unserer Homepage mit genauer Datumsangabe und dem Wortlaut angekündigt:

Der Hospiz- und Palliativverein Landsberg am Lech bietet am letzten Donnerstag im Monat von 17 bis 18 Uhr eine Informations- und Gesprächsgelegenheit in Dießen an. Wegen Umbaus derzeit im

Clara-Nordström-Raum, im 1. Stock über dem derzeitigen Eingang zum Marienmünster, informiert Gerd Plotz über Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und die Begleitung auch schwerstkranker Menschen am Lebensende und von trauernden Angehörigen. Schauen Sie einfach vorbei, Anmeldung ist nicht nötig.

*Ihr Gerd Plotz,
PV/VV-Berater, Hospizbegleiter*



**Brauchen Sie unsere Unterstützung?
Haben Sie Fragen zur Begleitung?
Wünschen Sie eine Beratung?**

Sie erreichen uns

tel. montags bis freitags 9–16 Uhr
oder nach Vereinbarung

Hospiz- und Palliativverein
Landsberg am Lech e.V.
Spöttinger Straße 14A
86899 Landsberg am Lech

Tel. 08191 423 88
info@hvp-landsberg.de
www.hvp-landsberg.de

**Hospiz- und
Palliativverein**

Landsberg am Lech e.V.



**Wir begleiten kostenfrei.
Über Ihre Unterstützung in Form
einer Spende freuen wir uns sehr.**

Sparkasse Landsberg-Dießen

IBAN: DE14 7005 2060 0000 5561 00
BIC: BYLADEM1LLD

VR-Bank Landsberg-Ammersee eG

IBAN: DE53 7009 1600 0005 2087 00
BIC: GENODEF1DSS

Redaktion: Carmen Kraus
Reihenlayout: Gertrud Reidl, Penzing
Satz und Gestaltung: Kraus PrePrint, Landsberg am Lech
Druck: GemeindebriefDruckerei.de
V.i.S.d.P.: Emanuel Zehetbauer, Spöttinger Str. 14A, 86899 Landsberg



**Leben Sie –
bis zum letzten
Atemzug!
Wir begleiten
Sie gern.**

