

NEUSTART Der Ambulante Hospizdienst Werl

Der Verein geht davon aus, dass unheilbar Kranke und Sterbende – unabhängig von ihrer Abstammung, ihrer Sprache, ihrer Heimat und Herkunft, ihres Glaubens, ihrer religiösen Überzeugung – bis zu ihrer letzten Lebensstunde durch ihre Familienangehörigen und freiwillige Helferinnen und Helfer unter Leitung fachkundiger Personen begleitende Hilfe und Trost erfahren sollen.

Thomas Becker (Vorsitzender Ambulanter Hospizdienst Soest e.V.) und Rita Diers (Pflegedienstleitung Mariannen-Hospital Werl) in ihrem Schreiben an die Kooperationspartner des Ambulanten Hospizdienstes in Werl.



Andreas Schmeiser, Karin Kursawe und Annegret Schmiegel gehören zu den Ehrenamtlichen des Werler Hospizdienstes, der von Nicole Hölker koordiniert wird. Mit im Bild: Rita Diers (Pflegedienstleitung) und Heike Frankenberg (Seelsorgerin, beide Mariannen-Hospital Werl, von links). FOTO: BUS

ZUR PERSON

Nicole Hölker ist 45 Jahre alt und lebt mit ihrem Mann und den vier Kindern in Hamm. Im Mariannen-Hospital hat sie den Zentralpunkt ihrer Arbeit. Hauptamtlich ist sie beim Ambulanten Hospizdienst Soest angestellt. Mit über 160 Mitgliedern und über 60 ehrenamtlich tätigen Menschen zählt er zu den größeren Organisationen in der Hospizarbeit im Kreis Soest.

Bei der Aufbauarbeit in Werl bring sie ihre Berufserfahrung im Umgang mit Menschen ein, sagt Nicole Hölker. Sie wurde in Bönen geboren. Werl und einige Nachbargemeinden sind ihr durch Radtouren oder Ausflüge bekannt. „Da es zu meiner Schulzeit in Bönen noch kein Gymnasium gab, absolvierte ich mein Abitur am Gymnasium Hammomense in Hamm.“ Von dort führte der Weg nach Bochum. Dort studierte sie an der evangelischen Fachhochschule Rheinland Westfalen Lippe Sozialpädagogik. „Während des Studiums habe ich in der Evangelischen Stiftung Volmarstein in einer Wohngruppe für mehrfach schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche gearbeitet.“ Es folgte ein Anerkennungsjahr im Sozialen Dienst des Caritas Seniorenzentrums St. Bonifatius im Westen von Hamm. Dort hat sie bis zuletzt in unterschiedlichen Positionen als Diplom Sozialpädagogin gearbeitet. 2015 wurde sie von Erzbischof Hans-Josef Becker zur Seelsorgerin für diese Einrichtung beauftragt. „In meiner Rolle als Seelsorgerin begleitete ich viele Menschen und ihre Angehörige am Ende ihres Lebens und in ihrer Trauer.“

Neben dem Radfahren tankt Nicole Hölker Energie beim Schwimmen, Bergwandern, Kanu fahren und mit der Trompete im Posauenorchester.

Kontakt

Telefon: 02922/801-0
n.hoelker@hospitalverbund.de



Mit solchen kleinen Rädern aus Pfeifenputzern begrüßte Nicole Hölker die Mitstreiter – ein Mitbringssel mit Symbolkraft. FOTO: BUS

„Auch der Sterbeprozess ist Leben“

Ehrenamtliche schildern ihre Motivation, Menschen bis zum Tod zu begleiten

VON GERALD BUS

Werl – Aus Pfeifenreinigern hatte sie kleine grüne Fahrräder geformt – ein Mitbringssel der ganz persönlichen Art mit viel Symbolkraft. Nicht nur, weil Nicole Hölker leidenschaftlich gern Fahrrad fährt, ihr eigenes grün ist und das Rad ihre Persönlichkeit spiegelt („Wir leben von Bewegung; sie schafft Balance.“) Es steht auch für ihren neuen Job. „Hospizarbeit ist Bewegungsarbeit“, sagt die Koordinatorin des neuen Ambulanten Hospizdienstes Werl. „Wir müssen uns auf den Weg machen zu den Menschen. Und wenn man ein Rad nicht bewegt, dann fällt es um.“

Das Rad hat aber auch einen Ständer. Und wenn die Fahrt des Lebens endet, dann soll der Ambulante Hospizdienst dem Sterbenden Stütze sein. Ihn begleiten in den Stunden bis zum letzten Atemzug.

Aber auch die Farbe des von Hölker geformten Rades hat einen Beweggrund: Grün sei schließlich die Farbe der Hoffnung. „Und Hospizarbeit ist Hoffnung im Leben.“ Ein Motto der Gründerin der Hospizbewegung, Cicely Saunders, sei schließlich gewesen, nicht dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben zu geben.

■ 15 dürfen es werden

Eine Aufgabe, der sich Annegret Schmiegel, Karin Kursawe, Andreas Schmeiser und Oskar Greven widmen wollen. Das Quartett der ehrenamtlichen Begleiter trägt die Arbeit des Hospizdienstes, Nicole Hölker ist die hauptamtliche Fachkraft. Sie ist erste Ansprechpartnerin für Interessierte, kümmert sich um Vorträge, Qualifizierung, Einführung in die Arbeit, auch Supervisionen, um die Sterbegleiter in ihrer schwierigen Aufgabe nicht allein zu lassen. Mit schönen, aber auch schlimmen Erfahrungen können sie sich an die hauptamtliche Kraft wenden. „Denn man kann ja nicht alles bei sich lassen.“ Natürlich, so die Organisatoren, wäre es schön, wenn in einem Jahr

„aus vier ehrenamtlichen Helfern 15 geworden sind“. In Soest stehen 60 Helfer, vorwiegend Frauen, bereit.

■ „Nächstenliebe“

Aber wie und warum machen Menschen das, überwinden die Hürde zum Tabuthema „Tod“? Annegret Schmiegel ist quasi das „Bindeglied“ in die alte Gruppe um Maria Middelhoff. 25 Jahre aktiven Dienst in der Sterbegleitung hat die Werlerin bereits geleistet, nun ist sie auch beim Neustart dabei. „Für mich ist das Thema Tod und Sterben immer spannend gewesen“, sagt sie zu ihren Beweggründen der Hospizarbeit. „Und ich habe die Erfahrung gemacht, dass jedes Sterben anders ist. Einige sind ruhig, einige kämpfen bis zum Schluss.“ Aus der Begleitung und Erfahrung hat Annegret Schmiegel Positives für ihr Leben, auch für die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod gezogen. „Das kann man nicht trennen.“ Viele Sterbende hat sie gesehen – da kann man das unweigerliche eigene Ende eines Tages nicht ausklammern.

Belastet es nicht sehr, das Versterben eines Menschen? In den allermeisten Fällen, sagt Annegret Schmiegel, fährt sie nach Hause, „und es war gut.“ Denn wenn man die Belastung mit in den Alltag nehme, „dann könnte ich den Dienst nicht tun.“ Einen Dienst, den die Werlerin nicht unter den Aspekt „Arbeit“, sondern unter „Nächstenliebe“ subsumiert.

Andreas Schmeiser hat vor gut 18 Monaten in Soest die Qualifizierung gemacht und erste Erfahrungen in der Sterbegleitung gesammelt. Seine Motivation zieht er aus

Das ist ein unglaublich wertvoller Dienst in der Gesellschaft, in der heute alles nach Zeit bemessen wird.

Nicole Hölker über die Arbeit des Hospizdienstes



Mit dem grünen Rad will Nicole Hölker, Koordinatorin des Hospizdienstes, in Werl unterwegs sein. Für weitere Fahrten in die Nachbargemeinden Ense, Wickede und Welper bot ihr das Hospital bereits das E-Bike an...

KONTAKT FÜR INTERESSIERTE

Langer Weg bis zum Einsatz am Sterbebett

Wer Interesse an der ehrenamtlichen Mitarbeit im Ambulanten Hospizdienst Werl hat, kann sich telefonisch an Nicole Hölker wenden. Ihre Dienstnummer: 0173/5773341. Sie sammelt die Namen von Interessierten, um dann einen Ausbildungskurs anbieten zu können. Denn die Arbeit in der Sterbegleitung erfordert zunächst eine etwa halbjährliche intensive Vorbereitung. In der Gruppe werden Phasen erarbeitet, Wissen vermittelt, die Helfer geschult. Auch gibt es Praktika und eine enge Begleitung. Bis es zum tatsächlichen Einsatz am Nächsten, dem Sterbenden kommt, vergeht also Zeit. Mancher merke im Vorbereitungskurs, dass diese Aufgabe letztlich doch nichts für ihn ist. „Dafür muss man erstmal ein Gespür entwickeln“, sagt Dorothee Neugebauer, Koordinatorin des Ambulanten Hospizdienstes Soest e.V. Für die, die nach der ersten Vorbereitung tatsächlich mitwirken möchten, gibt es einen Aufbaukurs. Die Hilfe in der Hospizbewegung ist übrigens keine Altersfrage. „Wir hatten schon Helfer von 20 bis 80 Jahren“, sagt Dorothee Neugebauer. „Jeder ist herzlich willkommen.“

dem Gründungsgedanken der Hospizbewegung: „Auch der Sterbeprozess ist Leben.“ Menschen auf diesem letzten Abschnitt zu begleiten, seine Zeit zur Verfügung zu stellen, das ist das, was der Werler möchte. Dazu beitragen, dass „in Würde sterben“ keine leere Floskel bleibt.

■ Weg von der Floskel

Angehörige begleiten und auch den Sterbenden, je nachdem, was gewünscht ist,

mit der Frage beschäftigt, wie er einst selber einmal sterben möchte. „Man setzt sich mit dem eigenen Tod auseinander und verliert selber etwas mehr die Angst davor.“

■ „Ein Gefühl...“

So richtig in Worte fassen kann Karin Kursawe ihre Beweggründe nicht, warum sie sich für die Mitarbeit in der Sterbegleitung entschied. Es war eher so „ein Gefühl“, das machen zu wollen, ein innerer Wunsch, der sie animiert hat. Seit rund einem Jahr macht sie mit, war bei drei Einsätzen dabei. „Ich bin selber gesund“, sagt die Werlerin. „Man kann vielleicht etwas zurückgeben.“

■ „Herzensweg“

Die Koordinatorin hingegen bezeichnet ihren Werdegang als „Herzensweg, den ich gegangen bin.“ Als sie selber zu Anfang ihrer Berufsjahre mit dem Thema Tod konfrontiert wurde – in der Wohngruppe für mehrfach schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche starben junge Menschen – da habe sie sich als junge Mitarbeiterin „allein gelassen gefühlt“, berichtet Nicole Hölker. „Ich hätte mir damals mehr Begleitung gewünscht.“

Später in der Altenpflege rückte der Umgang mit sterbenden und trauernden Menschen mehr in den Fokus der heute 45-Jährigen. „Da habe ich mir gedacht: Es muss etwas geben als Brücke, was wir leisten können.“ Ein Zeitfenster für Menschen, die der Hilfe und Begleitung bedürfen. Daraufhin nahm die Hammerin damals Kontakt zum Hospizdienst Hamm auf, um eine Kooperation anzustoßen.

Ja, das Ziel, den Tagen mehr Leben zu geben, ist die Inspiration. „Die guten Stunden sollen so lebenswert sein, wie der Mensch selber sich das wünscht.“ Der Hospizdienst könne sich dabei so intensiv einbringen, wie es eben machbar ist. „Und das kann ganz unterschiedlich sein.“ Jeder Sterbende hat unterschiedliche Wünsche. Zeiten, wie lange der Helfer verweilt, und wie oft er den Ster-

benden besucht, sind eben nicht fest vorgeschrieben. „Und das ist ein unglaublich wertvoller Dienst in der Gesellschaft, in der heute alles nach Zeit bemessen wird“: ein Mensch, der einfach da ist, ohne feste Zeiträume, an die zum Beispiel Pflegedienste so gebunden seien.

Natürlich brauche man zwischen den Zeiten am Sterbebett auch Zeit für sich, brauche „Freiraum und Luft“, schildert Annegret Schmiegel. Ein Dasein rund um die Uhr, das ist weder möglich, noch nötig. „Im Mittelpunkt steht immer der Mensch, der da stirbt“, ergänzt Nicole Hölker. „Man kann nicht immer den ganzen Tag da sei, werde man dem Sterbenden auch nicht gerecht. Einigen reiche die Zeitschiene, einige wünschen noch ein paar Minuten länger. Auch das ist individuell. „Man muss es auch aushalten können, dass es Zeiten geben muss, wo ein Sterbender allein sein kann“, sagt Nicole Hölker. „Man kann nicht immer dabei sein.“

■ Ein Moment Stillstand

Mit dem Tod schließe sich der Kreislauf des Lebens. „Wenn jemand auf die Welt kommt, steht die Welt für einen Moment still. Und so ist es bei einem Sterbenden auch. Es gibt den Moment, wo er selbst mit entscheidet, wenn es Zeit ist, zu gehen.“ Letztlich, sagt Ehrenamtler Andreas Schmeiser, hat auch der Begleiter das nicht in der Hand. „Es gab viele Begleitungen, wo wir beim Todeszeitpunkt gar nicht da waren.“ Das sei letztlich auch nicht entscheidend. „Der Weg der Begleitung das ist das, was wichtig ist.“

Die Begleitung in den Tod ist nicht nur zeitlich offen. Auch der Ort kann überall sein. Vor allem aber ist sie nicht konfessionell gebunden, betont Pflegedienstleiterin Rita Diers, auch wenn das Hospital in katholischer Trägerschaft ist. Man habe im Vorfeld den Kontakt zur evangelischen Gemeinde und auch zur Moscheegemeinde gesucht. Der Hospizdienst ist ein Angebot für Menschen. Nicht für Konfessionen.

Man muss es auch aushalten können, dass es Zeiten geben muss, wo ein Sterbender auch allein sein kann.

Nicole Hölker

Einige sind ruhig, einige kämpfen bis zum Schluss.

Annegret Schmiegel über ihre Erfahrungen mit Sterbenden.

Man setzt sich mit dem eigenen Tod auseinander und verliert selber etwas mehr die Angst davor.

Andreas Schmeiser über seine Erfahrungen in der Sterbegleitung