

RUNDBRIEF



beraten · unterstützen · begleiten

Tübinger Hospizdienste e.V.

Ausgabe 1 / 2020



Liebe Freundinnen und Freunde der Tübinger Hospizdienste,

das Jahr 2020 ist für unseren Verein ein Jahr, das ganz im Zeichen der Corona-Pandemie steht. So geht es sicherlich vielen von Ihnen.

Die notwendigen und sinnvollen Maßnahmen der Kontaktbeschränkung sind natürlich für einen Verein, der es sich als Aufgabe gemacht hat, für Schwerstkranke und Sterbende sowie ihre Angehörigen „da“ zu sein, ein schwerer Einschnitt. Unsere Arbeit beruht auf dem persönlichen Kontakt mit den Schwerkranken, der direkten Anwesenheit am Bett, wenn gewünscht auf einer Berührung, einem Hände-Halten, einem direkten Gespräch mit den Angehörigen. Allein das Tragen einer Schutzmaske, von Handschuhen oder einem Schutzkittel bauen hier eine Barriere auf, mit der wir alle lernen mussten umzugehen. Viel tiefgreifender war für uns allerdings die Erfahrung, dass unsere Begleitungen aufgrund des infektiologischen Geschehens zumindest zu Beginn der Pandemie nicht mehr stattfinden konnten. Unsere Arbeit war möglicherweise mit der Gefahr der Ansteckung für die Schwerstkranken verbunden.

Was macht es mit unseren Ehrenamtlichen, wenn sie plötzlich als mögliche Ansteckungsquelle für das Coronavirus gesehen werden? Und was macht es mit ihnen, wenn sie selbst zu einer Risikogruppe gehören und schutzbedürftig werden? Was

bedeutet es, wenn jede*r einzelne bei einer Anfrage überlegen muss, ob er oder sie in Verantwortung für die eigene Gesundheit und die der eigenen Familie eine Begleitung übernehmen kann oder nicht? Roswitha Müller-Engelfried beschreibt uns in ihrem Bericht sehr eindrücklich ihre Erfahrungen und Empfindungen als Ehrenamtliche.

Zu den Aufgaben unseres Hospizvereins gehört die Begleitung der Angehörigen von Schwerstkranken und Sterbenden. Hier mussten wir erleben, dass die Besuche von Angehörigen bei Sterbenden pandemiebedingt stark eingeschränkt bzw. nicht erlaubt waren. Die fehlende Möglichkeit ausreichend Abschied zu nehmen, hat Auswirkung auf die Trauer der Hinterbliebenen. Wir spüren dies deutlich in unserer Trauerarbeit. Hier ergeben sich neue Schwerpunkte, über die Ihnen unsere Koordinatorin Carmen Kübler berichten wird.

Corona hat ohne Zweifel unsere Arbeit verändert: die Nachfrage nach unserer Tätigkeit, die Art und Weise unserer Begleitungen, wie Anja Reuß es für BOJE beschreibt. Veränderungen betrafen die Form des Unterrichts in unserem neuen Ausbildungskurs (Bericht von Birgit Endres) und unsere Netzwerkarbeit. Nicht zuletzt hat die Pandemie auch Auswirkungen auf die finanzielle Unterstützung unserer Arbeit. In wirtschaftlich unsicheren Zeiten ist es verständlich, dass ein Spendenrückgang zu verzeichnen ist. Allerdings sind wir gerade in der jetzt stark zunehmenden Nachfrage nach unseren Trauerbegleitungen essentiell auf Spenden angewiesen.

Die Corona-Pandemie hat unsere Arbeit in verschiedener Hinsicht erschwert. Aber sie hat auch Positives bewirkt: sie hat dazu geführt, dass wir neue Formen für unsere Arbeit entdecken. Corona hat gezeigt, wie viel Kreativität und Flexibilität in unserem Team von Hauptamtlichen und in unseren Ehrenamtlichen steckt. In Zeiten, in denen phasenweise täglich auf neue Landesverordnungen reagiert werden muss, leisten sie hervorragende Arbeit. Großer Dank an alle Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen!

Ich wünsche Ihnen allen, die unsere Hospizarbeit unterstützen, Zuversicht und Ausdauer, die Herausforderungen der Pandemie zu bewältigen. Und vor allem wünsche ich Ihnen, dass Sie von einer Covid-Infektion verschont bleiben.

Dr. Eva Mörike
1.Vorsitzende der Tübinger Hospizdienste

Bericht der Geschäftsführung

Wie Sie dem Grußwort von unserer Ersten Vorsitzenden Frau Dr. Mörike und den Berichten der Kolleginnen entnehmen können, findet auch die Hospizarbeit in diesem Jahr unter ganz besonderen Umständen statt.

Anfang des Jahres wussten wir alle durch die Medien von der Verbreitung eines Virus in China – noch weit weg, und unsere tägliche Arbeit und Planung für das Jahr war noch nicht betroffen.

So konnten wir im Februar im Rahmen des Boje Trauertreffs einen Besuch auf der Schlittschuhbahn für trauernde Kinder und Jugendliche durchführen. Informationsabend und Mitgliederversammlung fanden noch in gewohnter Weise statt. Wir gingen hoffnungsvoll in die Planung für das Jubiläumsfest zum zehnjährigen Bestehen von BOJE.

Dann kam im März der Lockdown: bei den Tübinger Hospizdiensten wurden alle Begleitungen unterbrochen und/oder abgesagt. Laufende Begleitungen waren zum Teil nicht mehr möglich, da kein Zutritt zu Pflegeheimen und Kliniken möglich war oder nur unter sehr eingeschränkten Bedingungen.

Wir mussten für die Hauptamtlichen die Präsenzzeiten im Büro neu organisieren, so dass höchstens zwei Kolleginnen gleichzeitig in beiden Büros waren. Nicht anwesende Kolleginnen arbeiteten von zuhause aus.

Wir stellten Regeln für unsere Arbeit gemäß den Vorgaben des Gesundheitsamtes auf, beschafften Schutzausrüstungen (teilweise über Spenden von Privatpersonen, Geschäftsleuten und anderen), organisierten die Begleitungen neu und hielten intensiv Kontakt zu unseren Ehrenamtlichen, sowohl per Post-Rundschreiben als auch telefonisch. Sämtliche Vernetzungsarbeit – Schulungen, Vorstellen der Arbeit, Arbeitsgruppen, Öffentlichkeitsveranstaltungen – wurde auf lange Zeit gecancelt oder ab einem späteren Zeitpunkt per Video angeboten und durchgeführt.

Erst ab Mitte Mai fanden wieder erste Präsenzveranstaltungen statt: Vorstandssitzung, Unterricht im neuen Vorbereitungskurs, Teambesprechungen und nicht zuletzt ein Klausurtag von Vorstand und Team.

„Äußere Krisen bedeuten die große Chance, sich zu besinnen.“ so lesen wir bei Viktor Frankl.

Ohne uns immer wieder auf unsere hospizliche Haltung, auf die damit einhergehenden Werte und Potentiale zu besinnen, hätten wir wohl die Herausforderungen der Zeit nicht so gut meistern können, wie es uns bisher gelungen ist.

Auch weiterhin wird es uns nur in einem Miteinander, in gegenseitiger Unterstützung und mit Zuversicht gelingen, unsere Tätigkeit – Begleitungen und Beratungen, das Dasein für den Anderen – fortzuführen und aufrecht zu erhalten.

Die Unterstützung durch unsere fördernden Mitglieder und unsere Ehrenamtlichen, die verlässlich und engagiert an unserer Seite stehen, sind für uns der Fels in der Brandung, das Netz, das uns trägt.

Ihnen allen herzlichen Dank,
C. Scholzgart

Neuigkeiten von BOJE, dem ambulanten Hospizdienst für Kinder, Jugendliche und Familien im Landkreis Tübingen



Bisher steht das Jahr 2020 auch für den ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst hauptsächlich im Zeichen von Corona. Welche Umgangsregeln und Hygienemaßnahmen fließen in welchem Maße in unsere Begleitungen und Treffen mit ein? Seit März 2020 ist dies ein dynamischer Prozess, der alle Mitwirkenden immer wieder vor Herausforderungen stellt. Wir sind im steten Kontakt mit unseren ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen und den zu begleitenden Familien. Wir suchen Möglichkeiten für Gespräche, für das reale Zusammensein – und haben immer im Hinterkopf was die jeweilig geltenden "Corona-Regeln" uns erlauben.

Daher kam für den TrauerTreff im September 2020 der Wunsch der Familien auf, uns "in natura" zu treffen. Dies haben wir umgesetzt und sind sehr dankbar und froh darüber, dass es möglich war.

Wir fanden einen kleinen Wanderweg am Rande von Gomaringen, da das jährliche Klettern in Lichtenstein war aufgrund der Wetterlage nicht möglich war. Fünf Familien kamen am Samstag den 26.9.20 warm eingepackt um 11 Uhr am Grill- und Spielplatz "Am Buchbach" an. Bevor wir losgingen, konnten wir uns noch mit warmen Getränken und Hefezopf stärken. Als wir nach ca. eineinhalb Stunden am Ausgangspunkt wieder ankamen, wärmten uns die warmen Maultaschen, die unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln zubereitet und angereicht wurden. Draußen sein, spielen, sich auszutauschen wurde von allen als sehr wertvoll angesehen. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!!



Wir schauen zuversichtlich nach vorn – bereit, Möglichkeiten zu finden, um in Kontakt zu bleiben. Um Menschen zu begleiten, zu unterstützen, wenn der Bedarf da ist – auch mit Corona im Jahr 2020 und darüber hinaus.

Von Herzen möchten wir allen Spender*innen für die Bereitschaft unsere Arbeit zu finanzieren sehr danken. Ohne Sie wäre vieles nicht möglich. DANKE!

Vorbereitungskurs 2020 der Tübinger Hospizdienste e.V.

Am 25. Mai 2020 begann ein neuer Vorbereitungskurs zur Qualifizierung ehrenamtlicher Mitarbeiter*innen in der Hospizarbeit. 18 Männer und Frauen machten sich unter der Leitung von Anja Reuß und Birgit Endres auf einen, zugegeben seit Beginn etwas holprigen Weg zur „Erarbeitung einer hospizlichen Haltung“.

Warum holprig? Schon seit Januar fanden Vorgespräche statt, Anfang März standen die Teilnehmer*innen fest. Die Vorfreude auf das was kommt war zum geplanten Kursbeginn sowohl bei den Teilnehmer*innen als auch bei der Kursleitung riesig groß. Dann kam der Lockdown und die gesamte Planung wurde in Frage gestellt. Nach kurzer Konfusion haben wir uns nicht beirren lassen, sondern neue Wege der Begegnung gesucht. Die ersten Treffen fanden per Videokonferenz statt, eine völlig neue Erfahrung für uns alle. Wir saßen nicht im Stuhlkreis gemeinsam in einem Raum sondern jede*r für sich daheim vor dem Computer. Internetverbindungen brachen ab, manchmal hörten wir nur Stimmen, sahen jedoch kein Bild oder umgekehrt. Trotz dieser Stolpersteine konnten erste Kontakte geknüpft und die Neugier aufeinander und auf ein gemeinsames Arbeiten am Thema vertieft werden. Umso intensiver waren dann die ersten Kursabende im Haus Altblick, die ab Juni stattfinden konnten. Unter Einhaltung der Hygienevorschriften konnten wir uns sehen, ins Zwiegespräch gehen, Situationen nachspielen, uns im Park gemeinsam bewegen, uns ein wenig mehr als Gruppe fühlen. Bei einem Gruppenabend in Hagelloch war es sogar möglich, als gesamter Kurs im Kreis zu sitzen und so die wohltuende Kraft der Gemeinschaft spüren.

Der nächste große Schritt wäre das für Ende Oktober geplante gemeinsame Meditationswochenende gewesen: „Die Auseinandersetzung mit dem Sterben ist der Schlüssel zum Leben“ – dies ist das Kernstück, sozusagen das Herz unserer Vorbereitungszeit. Leider wurde durch die Pandemie unsere gesamte Planung auch hier

wieder einmal von den Geschehnissen überholt und das gemeinsame Wochenende musste verschoben werden.

Wir werden sehen, wie sich alles entwickelt. Ich bin sehr zuversichtlich, dass wir auch dieses Mal gute Lösungen finden werden.

Wir freuen uns auf den weiteren gemeinsamen Weg.

Birgit Endres, Koordinatorin

Wie lange ist eigentlich „nie mehr“? Trauer in Zeiten von Corona

Die Tübinger Hospizdienste begleiten Schwerkranke, Sterbende und ihre Angehörigen. Darüber hinaus ist die Trauerarbeit ein wichtiges Aufgabenfeld. Menschen in Trauer stehen selten im Fokus der Öffentlichkeit. Von Corona sind sie jedoch in besonderer Weise betroffen.



Die Pandemie verändert unser aller Leben. Auf jeden Bereich wirkt sie sich aus und wandelt die Art und Weise, wie wir miteinander umgehen – wie wir leben, wie wir sterben, wie wir trauern. Trauern bedeutet Abschied nehmen, einen neuen Übergang und Lebensabschnitt zu bewältigen und zu gestalten. Wenn diese schmerzlich erlebte Umbruchsituation in eine Zeit der allgemeinen Verunsicherung fällt, so stellt dies eine besondere Herausforderung dar. In dieser sensiblen, meist von vielfältigen starken Emotionen geprägten Zeit ist es besonders wichtig, sich von einem Netz von Angehörigen und Freunden getragen zu fühlen. Tröstende Gespräche, Gesten, ein Händedruck, Umarmungen gehören dazu. Der Lockdown mit seinen zahlreichen Beschränkungen machten dieses so Notwendige gar nicht oder nur eingeschränkt möglich. Abstandhalten, Schutzkleidung, Kontaktbeschränkungen gehören zum Alltag. Das Gefühl von Alleinsein und Einsamkeit verstärken sich dadurch immens. Viele Menschen, die in den letzten Monaten ihre Liebsten im Krankenhaus oder in Pflegeeinrichtungen verabschieden mussten, waren mit Besuchsbeschränkungen konfrontiert. Besuche waren gar nicht oder nur eingeschränkt möglich – die Anzahl der Besucher*innen und Besuchszeiten begrenzt. Sich nicht nahe sein zu können, so wie es den eigenen Bedürfnissen und denen, des Sterbenden entspricht, ist für viele Menschen quälend und für Trauernde oft mit Schuldgefühlen verbunden. Der Ge-

danke, den Sterbenden alleingelassen zu haben und die Trauer um „nicht-Gesagtes“, „nicht-Geteiltes“ bleiben. Für den Trauerprozess ist die Phase des Abschiednehmens am Krankenbett (so schmerzlich er auch sein mag), besonders wichtig, um die Wirklichkeit des Todes, dieses „nie mehr“ tatsächlich zu begreifen. Den Sterbenden und dann den Verstorbenen sehen und berühren zu können, kann hilfreich sein. Wenn ein Miterleben nicht möglich ist, treten häufig eigene Schreckensbilder vom Sterbeprozess in den Vordergrund, die mit der Realität unter Umständen nichts zu tun haben und stark belastend sein können.

Abschiedsrituale wie Aufbahrungen und Trauerfeiern waren oder sind ebenfalls Reglementierungen unterworfen. Wünsche der Verstorbenen oder der Angehörigen können häufig nicht umgesetzt werden. Beerdigungen konnten z.B. nur im kleinsten Familienkreis stattfinden. Dies war oftmals für diejenigen, die anwesend sein konnten, als auch für diejenigen, die nicht dabei sein konnten oder durften eine belastende Situation. Der Trost, der in einer Gemeinschaft von Trauernden erfahren werden kann, das Eingebundensein, auch die Würdigung des Lebens des Verstorbenen in der Trauerfeier, bleiben aus. Mancherorts wurden Trauerfeiern nicht durchgeführt, in der Hoffnung, sie zu einem späteren Zeitpunkt (nach Lockerungen bestehender Regeln) in gewünschter Weise nachholen zu können. Für viele Hinterbliebenen bleibt so der Tod durch diese fehlende Schwelle des Übergangs unwirklich.

Der Bundesverband Trauerbegleitung weist darauf hin, dass voraussichtlich eine große Anzahl von Menschen den eigentlich natürlichen Prozess der Trauer nicht mehr allein bewältigen kann.

So wichtig und richtig manche Verordnungen aus epidemiologischer Sicht sein mögen, so herausfordernd und erschwerend sind sie gleichzeitig für viele Menschen in Trauer. Es ergibt sich ein Spannungsfeld, das nicht einfach aufzulösen ist. Die Tatsache, dass Menschen ihren Trauerweg derzeit häufig unter erschwerten Bedingungen gehen müssen, verlangt Anerkennung. Die Tübinger Hospizdienste sehen es als ihre Aufgabe, Bedürfnisse von Menschen in Trauer in den Fokus zu rücken und konkrete Unterstützung anzubieten.

Auch für trauernde Kinder, Jugendliche und Familien bieten sie im Rahmen des ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienstes BOJE Einzelberatungen und Gruppenangebote an.

Auch Fortbildungen und Seminare zum Thema Trauer gehören zu unseren Angeboten.

Carmen Kübler, Koordinatorin

Eine Zeitenwende

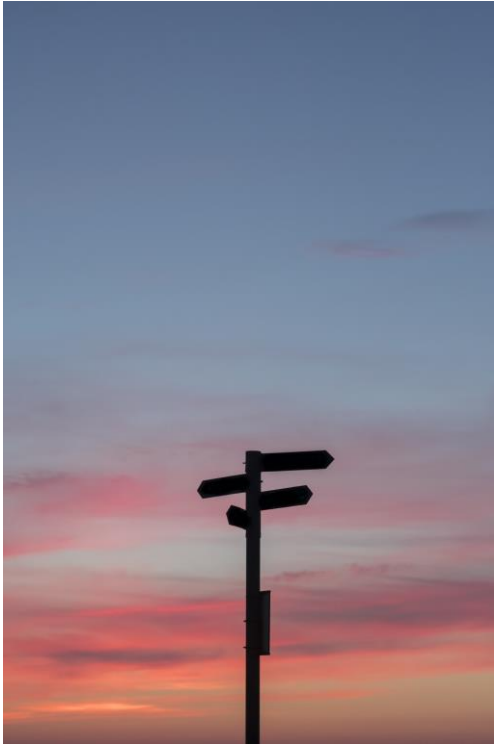
So vieles konnte ich lernen in den 25 Jahren meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als Begleiterin bei den Tübinger Hospizdiensten, im privaten, häuslichen Bereich, im Pflegeheim und in den Kliniken.

Diese Erfahrungen wirkten sich in meinem persönlichen Alltag und meiner Lebensgestaltung bereichernd aus.

Nun, durch die „Coronazeit“ ergab sich nochmals eine grundlegend neue Erfahrung.

Eine Zeitenwende

„Altersbedingt“ (73 Jahre) zur Risikogruppe zu zählen lässt mich erleben, dass ich plötzlich „auf die andere Seite gestellt“ bin und es situationsbedingt naheliegend ist, mich zurückzunehmen, zurückzuhalten.



Zu meinem eigenen Schutz (?).

Das heißt, dass ich nicht mehr in meiner Kompetenz wirksam werden kann. Dass mir ein Stück persönliche Entscheidungsfreiheit verloren geht – zumindest fühlt es sich so an.

Frage: wie gestaltet sich jetzt, unter diesen momentanen Bedingungen, die Situation der Menschen, die wir begleiten, die Situation der Pflegenden, die auf unsere Unterstützung nicht mehr zurückgreifen können?

Gut: es gibt jüngere Ehrenamtliche. Sie können zum Einsatz kommen (Sie haben i.d.R. nicht so viel Zeit wie wir „Alten“).

Es drängt sich die Sicht / Einsicht auf, realistisch sehen zu lernen, dass es (auch) „ohne uns“ weitergeht.

Sich dies bewusst zu machen hat mit Loslassen / Aufgeben zu tun.

Nicht zuletzt bereichert diese praktische, gedankliche und emotionale Auseinandersetzung meinen Erfahrungshorizont, indem mir möglich wird, nach-

haltig nachzuspüren und zu fühlen, wie – möglicherweise – manche Menschen, die ich begleitet habe, in ihrer (letzten) Lebenszeit empfinden und was sie erlebt haben: Personen, die alters- oder krankheitsbedingt allmählich oder ganz unvermittelt mit einer neuen, anderen Alltags- und Erlebniswirklichkeit konfrontiert wurden.

RME, Ehrenamtliche

Ohne Dich? Geht es nicht! – Herzlichen Dank an unsere Unterstützer*innen!

Ihre Spenden finanzieren wichtige Teile unseres Angebotes – in erster Linie, aber nicht nur, unsere Arbeit mit trauernden Menschen.

Die auf den folgenden Seiten aufgeführten Spendenaktionen sind eine kleine Auswahl von Spenden, die in der Zeit nach dem Ausbruch der Coronapandemie bei uns eingegangen sind. Auch viele andere Privatpersonen oder Vertreter*innen von Institutionen haben uns auf ganz unterschiedliche Weise unterstützt: durch den Verkauf von Selbstgenähtem, durch die Teilnahme an einem „virtuellen“ Lauf-Wettkampf, durch Kollekten in Gottesdiensten, im Gedenken an Verstorbene, als Signal für gesellschaftliche Verantwortung.

Ihnen allen sagen wir von Herzen DANKE!

Ohne Ihre Unterstützung sind viele unserer Angebote nicht möglich!

Spendenaktionen und Spendenläufe im Jahr 2020



Dorothea Henzler und Marion Hübel
mit Constanze Scholzgart

Der Inner Wheel Club Reutlingen Tübingen ist ein Zusammenschluss von Frauen, die unter dem Motto „Freundschaft, Internationale Verständigung und soziales Engagement“ Verantwortung übernehmen für eine humane Gesellschaft. Der Club unterstützt begabte und benachteiligte Kinder und Jugendliche und steht genauso auch älteren und bedürftigen Menschen helfend zur Seite. Die meisten Projekte kommen aus der Region, und so unterstützt der IWC seit vielen Jahren die Tübinger Hospizdienste. Auch in diesem Jahr, am 21.09.20 übergab die 1. Vorsitzende des IWC Gemeindegemeinschafts Dorothea Henzler zusammen mit einem kleinen Club-Team die Spende in Höhe von 500 Euro persönlich, weil es ihr „ein Anliegen ist, mit den Beteiligten ins Gespräch zu kommen, die Wertschätzung direkt auszudrücken und noch genauer zu erfahren, wo konkrete Hilfe möglich und nötig ist.“

men, die Wertschätzung direkt auszudrücken und noch genauer zu erfahren, wo konkrete Hilfe möglich und nötig ist.“

<https://www.innerwheel.de/reutlingen-tuebingen/>

Birgit Block konnte in ihrem Projekt **"Herzflügel"** über den Verkauf von „Herzenschränkchen“ einen Betrag von 500 Euro zusammentragen. Herzenschränkchen können ein kleines dekoratives Schmuckstück für das Zuhause sein – und noch viel mehr: sie laden ein, das Wohlbefinden zu stärken, eigene Themen zu bearbeiten oder Wünsche auf den Weg zu bringen. Zur Übergabe ihrer Spende zu Gunsten von BOJE war Birgit Block am 14. Oktober in die Räume der Hospizdienste nach Tübingen gekommen. „Mit sehr viel Herzenswärme und Empathie geht Frau Block in Begegnung mit Menschen, was ihre Arbeit gemeinsam hat mit der hospizlichen Tätigkeit“, so Hospiz-Geschäftsführerin Constanze Scholzgart, „für den schönen Austausch über unsere Tätigkeiten in einem besonders schönen Gespräch und für die Spende sagen wir von Herzen danke!“.

<https://herzensweg-bbb.de/>



Birgit Block (links) und unsere Koordinatorin
Birgit Endres

18,5 Stunden, 1250 Höhenmeter, 33 Grad Lufttemperatur, 38 Liter Flüssigkeit, 40 Gels und Riegel und 120 Kilometer – selbstorganisiert, hochambitioniert mit Unterstützung von Familie und Freunden liefen die Freizeit-Läuferinnen **Tomma Hinke und Elisa Mayer** am 1. August 2020 einen Spendenlauf von Rottenburg nach Überlingen am Bodensee.

„Corona zum Trotz: Jeder Schritt zählt, denn Corona lehrt uns, neue Ziele zu setzen und zusammen zu halten“, so der Gedanke zu Beginn der Planung des Laufes.

Die Kraft der Solidarität und die unglaubliche Leistung der beiden Frauen führten nicht nur bis ans Ziel am Bodensee, sondern auch zu der stolzen Summe von fast 5000,- €, die zu 100% der BOJE zugutekommen.

Viele Spenderinnen und Spender unterstützten damit beide Frauen, die BOJE und damit die begleiteten Familien und ehrenamtlich Tätigen.

Die Tübinger Hospizdienste e.V. werden die Spenden zur Umsetzung und Weiterführung der Angebote in der Trauerbegleitung Kinder und Jugendlicher einsetzen. Auch künftig können damit Aktionen wie Grillnachmittage, Kletteraktionen oder Alpaka-Spaziergänge für betroffene Kinder und Familien umgesetzt werden.

<https://zweifrauen-einziel.jimdofree.com/>



Die beiden Läuferinnen Elisa Mayer und Tomma Hinke bei der symbolischen Spendenübergabe

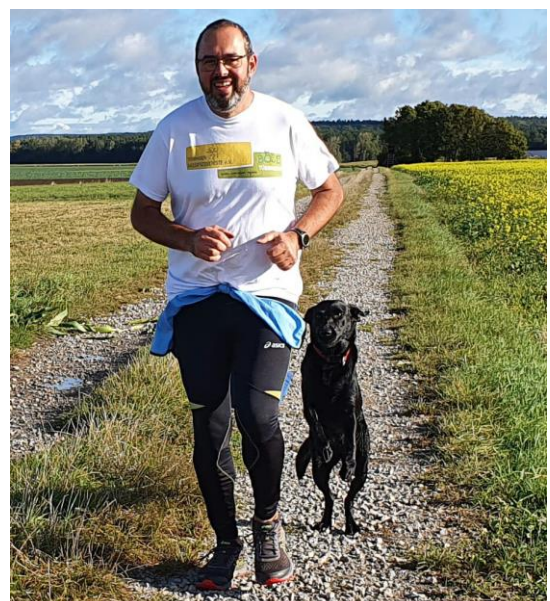


Auch unsere regelmäßige Läuferin **Anne Teuscher** war wieder für die Tübinger Hospizdienste unterwegs. Sie lief seit dem 22.08. für knapp zwei Wochen alleine **auf dem Jakobsweg** von Tübingen über den Schwarzwald an den Bodensee. Kein Spendenlauf, aber im BOJE-T-Shirt machte sie auf unsere Arbeit aufmerksam. Anne ist auch den **Erbe-Lauf** mitgelaufen – ebenso wie unser nächster Spendenläufer:

Vom 20. bis 27. September fand in Tübingen der **27. Erbe-Lauf** statt. Zum ersten Mal als virtueller Lauf – jeder ging für sich auf die Strecke – egal wie, egal wo, egal wann.

Gelaufene Strecke und Zeit wurden von jedem Läufer selbst per WhatsApp oder dergleichen gemeldet.

Einer der Läufer ging, im entsprechenden Laufshirt im Namen der Tübinger Hospizdienste, an den Start – oder eigentlich zwei Läufer: **Roland Maier** und seine vierbeinige Mitstreiterin Happy liefen bei bestem Laufwetter in 52,55 Minuten zehn Kilometer auf der wunderschönen Alb. Vielen Dank an Roland und Happy und herzlichen Glückwunsch zu der tollen Leistung!



Roland Maier mit Hündin Happy

Buchempfehlungen

In unserer täglichen Arbeit greifen wir immer wieder auch auf Literatur und Fachbücher zurück. Aktuelle Publikationen zur Hospizarbeit, Romane, Kinderbücher. In vielen Veröffentlichungen finden wir Anregung und Fakten, die wir gerne auch weitergeben an Sie. Bücher, die uns schon lange in unserer Arbeit begleiten oder Neuerscheinungen, die uns dieses Jahr besonders angesprochen haben:

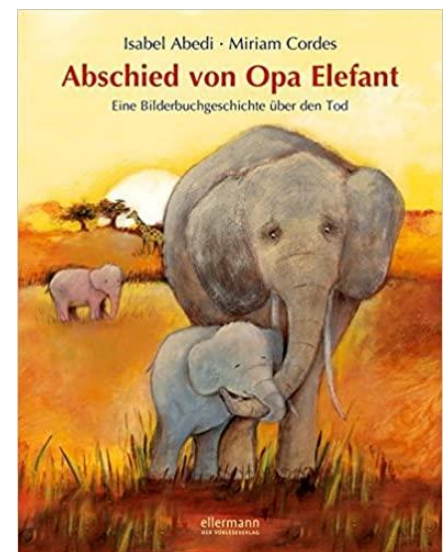
Kinderbuch zum Thema Abschied und Trauer

Isabel Abedi / Miriam Cordes: Abschied von Opa Elefant – Eine Bilderbuchgeschichte über den Tod

Wohin geht Opa Elefant? Die Kinder haben viele Fragen. Opa Elefant verabschiedet sich bei seinen Enkelkindern. Er erklärt ihnen, dass er sterben und nicht zurückkommen wird. Die Elefantenkinder überlegen, was wohl passiert, wenn man gestorben ist. Geht man auf den Wolken spazieren und macht mit den Engeln Musik? Oder kommt man als Schmetterling zurück? Aber eines wissen die Kinder ganz genau: In ihren Träumen und Gedanken wird ihr Opa immer bei ihnen sein.

Eine einfühlsame Bilderbuchgeschichte, die Eltern hilft, mit ihren Kindern über Tod und Verlust zu sprechen. Mit besonders stimmungsvollen und malerischen Bildern.

Ellermann Verlag, 2006.



Bücher für Erwachsene

Natalie Knapp: Der unendliche Augenblick – Warum Zeiten der Unsicherheit so wertvoll sind

Ein neuer Lebensabschnitt, eine gesellschaftliche Krise oder die Geburt eines Kindes: Wenn sich Dinge verändern, fühlen wir uns oft verunsichert. Denn wir müssen Abschied nehmen von Vertrautem, haben aber noch keine Vorstellung davon, was an seine Stelle treten wird. Die Philosophin Natalie Knapp plädiert dafür, Umbruchsituationen oder Schicksalsschläge nicht möglichst schnell hinter sich lassen zu wollen, sondern sie auf eine neue Art wertzuschätzen. Denn es sind Phasen, in denen das Leben mit besonderer Intensität spürbar wird. Sie aktivieren unser schöpferisches Potenzial und lassen uns Entdeckungen und Erfahrungen machen, die uns in ruhigeren Jahren Halt und Richtung geben.

Rowohlt Buchverlag, 2015



Stefan Weiller: Letzte Lieder. Sterbende erzählen von der Musik ihres Lebens

Stefan Weiller besucht Sterbende. Er spricht mit ihnen über das Leben, das Sterben – und über die Musik, die sie in ihrem Leben und an dessen Ende bewegt hat. Die Geschichten, die Weiller aufschreibt, und die Lieder, die er mit seinen Gesprächspartnern hört, sind so vielfältig wie unsere Gesellschaft. Sie zeugen von Lebensfreude, aber auch von der Angst vorm Sterben – und offenbaren, dass die letzte Lebensphase nicht immer nur Trauer, Stille und Krankheit, sondern auch Zuversicht, Liebe und Menschlichkeit bedeutet.

Edel Books, 2017.

Andreas Heller / Patrick Schuster: Sorgekunst. Mutbüchlein für das Lebensende

Dieses Mutbüchlein steht in der langen Tradition der Lebenskunstliteratur. Es ermutigt zu einer Sorge um sich, mit Anderen und für Andere. Es ist ein leidenschaftliches Plädoyer für ein wesentlicheres Leben in menschlichen Beziehungen, hier und heute. Es wird getragen von der Einsicht, dass nicht „Planung“ der angemessene Umgang mit den existenziellen Herausforderungen ist, sondern Sorgekunst.

Hospizverlag, 2017.





Impressum

Herausgeber: Tübinger Hospizdienste e.V.
Redaktion: C. Scholzgart, K. Sahlmüller

Tübinger Hospizdienste e.V.

Begleitung Schwerkranker, Sterbender und ihrer Angehörigen

Paul-Lechler-Straße 20
72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 76 09 49

Fax: 07071 / 96 44 78

info@tuebinger-hospizdienste.de

www.tuebinger-hospizdienste.de

Bankverbindung:

Kreissparkasse Tübingen

IBAN DE05 6415 0020 0001 7385 84

BIC SOLADES1TUB

Wir danken für die vielen kleinen und größeren Spenden, mit denen Sie uns die Fortsetzung und den Ausbau unserer Arbeit ermöglichen und eine interdisziplinäre Zusammenarbeit fördern.

Wenn nicht anders angegeben stammen die abgedruckten Bilder von unserer Homepage www.tuebinger-hospizdienste.de oder dem Archiv der Tübinger Hospizdienste e.V.

Photo Seite 1: Daniel Barreto on unsplash:

<https://unsplash.com/photos/IKyhoO8giSA>, 16.11.2020

Photo Seite 5: Karim Manjra on unsplash:

<https://unsplash.com/photos/6iM5GOht664>, 16.11.2020

Photo Seite 7: Javier Allegue Barros on unsplash:

<https://unsplash.com/photos/0nOP5iHVaz8>, 16.11.2020

Photo Seite 10: pixabay

<https://pixabay.com/de/photos/elefanten-familiengruppe-fluss-1900332/>, 18.11.2020