

DIE BRÜCKE

Sterbe- und Trauerbegleitung Schwerte e.V.

31. Ausgabe Dezember 2019

Hast du Zeit?

25 Jahre Besuchsdienst

Texte und Gedanken zum Thema Zeit
für Andere und für mich



Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

25 Jähriges Jubiläum der Besuchsdienstgruppe unseres Vereins „Die Brücke“, da können wir zufrieden und glücklich sein. Zufrieden – weil es uns über die Jahre gelungen ist, immer wieder Menschen zu gewinnen, die bereitwillig und mit Freude einen Teil ihrer Zeit verschenken und Bewohner in Pflegeeinrichtungen besuchen. Glücklich – weil wir teilhaben dürfen an der Freude und Dankbarkeit der Besuchten und unser eigenes Leben ein wenig reichhaltiger wird.

Im Jahr 1994 gründete sich die Gruppe unter der Leitung von Sophia Bölingen und Pfarrerin Friederike Jetzschke. Regelmäßige Besuche bei Menschen in den Altenpflegeheimen und ebenso regelmäßige Treffen an jedem 3. Mittwoch im Monat mit unterschiedlichen Programm-Angeboten sind ein wichtiger Teil des Vereins. Jeder Interessierte ist herzlich willkommen.

Mit herzlichen Grüßen

Brigitte Kollodej
Brigitte Kollodej



Ansprechpartnerinnen:
Christel Seiffert Tel. 02304 72253 und
Brigitte Kollodej Tel. 02304 17516
Internet: www.diebruecke.net

Wertvoller als alles Geld der Welt

Was ist wirklich wichtig, wenn man nicht mehr in die Zukunft, sondern in die Vergangenheit blickt? Alte Menschen erzählen aus ihrem Leben.

Tante Marthas Blumenladen

Meine Tante Martha hatte früher einen Blumenladen. Jeden Dienstag Nachmittag besuchte ich sie dort nach der Schule. Ich erinnere mich noch ganz genau daran, wie es immer geduftet hat, als ich durch die Ladentür ging. Diesen kräftigen Duft von frisch geschnittenen Blumen habe ich noch heute in der Nase, wenn ich an meine Tante denke.

Meine Lieblingsblumen sind Rosen. Ich glaube das liegt daran, dass ich schon früh in meinem Leben viel über diese Blumen wusste und meiner Tante im Laden helfen durfte. Dienstags morgens fuhr sie immer früh zum Großmarkt und kaufte neue Blumen. Auf dem Weg zu ihr war ich schon immer ganz gespannt, welche Blumen mich erwarten würden. Voller Vorfreude stürmte ich in den Laden und musste erst einmal an allen Blüten schnuppern.



Der liebste Duft aber waren mir die Rosenblüten. Ich weiß gar nicht genau, warum, und kann den Duft auch nur ganz schwer mit Worten beschreiben ... Aber wenn ich an eine Rose denke und mir vorstelle, dass ich meine Nase nah an die Blüten halte und ganz tief einatme, habe ich ihren kräftigen Duft sofort in meiner Nase.

Rosen gibt es ja in so vielen Farben. Gelb, weiß, orange, rosa, rot, ja sogar schwarze Tulpen habe ich schon einmal gesehen. Im Blumenladen durfte ich sie immer nach Farben getrennt in die großen Eimer einsortieren. Wenn ich fertig war, schnupperte ich immer an den verschiedenen Farben und suchte mir einen Duft aus, der mir an diesem Tag am besten gefiel.

Meine Tante hatte aber auch einen eigenen Rosengarten. Sie hegte und pflegte die Blumen sehr gewissenhaft und das sah man auch. Natürlich durfte ich ihr dort auch helfen. Und ich erinnere mich gerne an so manchen sonnigen Nachmittag im Sommer zwischen all den herrlich duftenden Rosen. Der ganze Garten war von Rosenduft erfüllt und die Blüten leuchteten kräftig in der Sonne.

Heute besuche ich meine Tante immer noch gerne in ihrem Garten. Und es duftet dort noch genauso schön nach Rosen wie früher... In ihrem Blumen-laden arbeitet sie jetzt nicht mehr. Dafür kommt sie MICH jetzt jeden Dienstag Nachmittag in meinem Blumenladen besuchen. Dann stehen wir dort zusammen zwischen den Rosen und atmen ihren Duft ganz tief ein. Und ohne zu sprechen erinnern wir uns gemeinsam an die gemeinsamen alten Zeiten ...

Unbekannt



Rezept – von Mascha Kaleko

Jage die Ängste fort
und die Angst vor den Ängsten.
Für die paar Jahre
wird wohl alles noch reichen.
Das Brot im Kasten
und der Anzug im Schrank.
Sage nicht mein.
Es ist dir alles geliehen.
Lebe auf Zeit und sieh,
wie wenig du brauchst.
Richte dich ein.
Und halte den Koffer bereit.
Es ist wahr, was sie sagen:
Was kommen muss, kommt.
Geh dem Leid nicht entgegen.
sieh ihm still ins Gesicht.
Es ist vergänglich wie Glück.
Erwarte nichts.
Und hüte besorgt dein Geheimnis.
Auch der Bruder verrät,
geht es um dich oder ihn.

Dein eignen Schatten nimm
zum Weggefährten.
Feg deine Stube wohl.
Und tausche den Gruss mit dem Nachbarn.
Flicke heiter den Zaun
und auch die Glocke am Tor.
Die Wunde in dir halte wach
unter dem Dach im Einstweilen.
Zerreiss deine Pläne. Sei klug
und halte dich an Wunder.
Sie sind lang schon verzeichnet
im grossen Plan.
Jage die Ängste fort
und die Angst vor den Ängsten.



Besuchsdienst als Lebensbegleitung

Nun gibt es ihn schon 25 Jahre – den Besuchsdienst der „Brücke“. Bewohnerinnen und Bewohner in Pflegeeinrichtungen werden auf Wunsch besucht – meist bis zu ihrem Lebensende. Das kann nur einige Monate dauern, aber auch Jahre. Die Besuche werden zur Lebensbegleitung im Alter. Mitglieder wie Nichtmitglieder beteiligen sich daran. Im Durchschnitt dauert ein Besuch eine Stunde. Eine Stunde pro Woche! Mal weniger, mal mehr. Da werden „Belanglosigkeiten“ ausgetauscht – und plötzlich liegt ein ganzes Leben vor dem Besucher oder der Besucherin. Fotos werden betrachtet, Spaziergänge (meist mit Rollator) finden statt, und was das Leben so belastete oder auch erfreute, kommt zur Sprache; denn es gibt Schweigepflicht für die Besucherinnen und Besucher. Einem Fremden kann man am ehesten sein Herz ausschütten, natürlich nur, wenn man Vertrauen gefasst hat.



20 Jahre bin ich nun schon dabei. Oft habe ich gesagt: „Der Besuch hat mir viel gegeben.“ Das ist ja wohl nicht der Sinn der Sache – oder? Nun, Gründe gibt es einige dafür. Zum einen denkt man bei den Gesprächen an sein eigenes Leben – und wird dankbar; denn man hat manches Bedrückende nicht erlebt und ist schließlich nicht in einer Pflegeeinrichtung. Und da ist die Rückmeldung, die Bestätigung für einen selbst, für die Besucherin oder den

Besucher. Das Leben bekommt einen eigenen Sinn, wenn Menschen dafür dankbar sind, dass man ihnen zuhört und an ihrem Leben Anteil nimmt, sie im Alter nicht allein mit ihren Sorgen lässt, sondern sie ein Stück ihres Lebens begleitet.

Selbst Lust bekommen? Aller Anfang ist schwer. Wir helfen Ihnen dabei. Kommen Sie zu unseren „offenen Abenden“ oder führen Sie ein vertrauliches Gespräch. Ich gehe jedenfalls gerne freiwillig in eine Pflegeeinrichtung – übrigens zur Zeit nur stundenweise.

Michael Erne

Herr B

Herrn B kenne ich nun schon seit über fünf Jahren. Damals bin ich gebeten worden, einen an Demenz erkrankten Mann in einem Altenheim zu besuchen. Es hieß, dass der Mann außer Demenz sonst recht gesund und stark und kräftig sei. Ich kam dorthin und wurde ihm vorgestellt. Er war tatsächlich groß und stark. Ich ging gleich mit ihm los. Danach bin ich regelmäßig, mindestens einmal, oft zweimal in der Woche hingegangen. Wir machten Spaziergänge an der Ruhr entlang, mal in die Richtung Stadt, mal in die Richtung Wellenbad und wir waren oft über eine Stunde lang unterwegs. Er hatte doch ein recht flottes Tempo. Aber ich habe schon bemerkt, dass eine Unterhaltung mit ihm recht schwierig, wenn gar fast unmöglich war, da er mich oft nicht verstanden hat oder ich ihn nicht verstehen konnte. Er sprach sehr undeutlich. Fast murmelte er still vor sich hin. Aber ich tat, als ob ich ihn verstünde und sprach mit ihm weiterhin 'ganz normal'. Eigentlich redeten wir jeder für sich. Wenn jemand uns sehen würde, würde er uns bestimmt für sehr komisch finden. Aber manchmal schien er mich ganz klar verstanden zu haben und er hat mir auch

klar geantwortet. An der Gabelung des Wegs, wo früher das Allwetterbad war, fragte ich ihn: links oder rechts? Mal antwortete er rechts. Dann kamen wir in die Stadt. Wenn er links sagte, kamen wir dann zur Kutscher Stube. Es klappte recht gut so für die ersten zwei Jahre. Aber ich musste immer aufpassen, dass ich immer neben ihm an der Seite zur Straße lief, damit er nicht plötzlich unerwartet auf die Straße trat.



Einmal fragte ich ihn, ob ich ihn per Vorname „H“ anreden dürfte. Zu meiner Überraschung antwortete er klar und deutlich: „Nein!“. Ich fragte dann weiter: „Sollte ich zu Ihnen Herr B sagen?“ Er sagte wiederum klar und deutlich: „Ja!“ Seitdem spreche ich ihn immer mit dem Nachnamen 'Herr B' an. Aus Datenschutzgrund nenne ich ihn hier auch nur Herr B.

Da er doch recht kräftig war, habe ich mal gedacht, ihn zum Fitness Studio mitzunehmen. Ich bekam ein Paar Gutscheine geschenkt. Die Trainerin meines Gymnastikkurses sagte mir, dass ich ihn ruhig zum Kurs mitbringen konnte. Wir waren dann oftmals dort. Als ich das erste Mal mit ihm dort vor dem Gymnastikraum wartete, sah uns die Trainerin von innen durch die Glastür. Sie hat uns gleich zugewunken, dass wir schon reinkommen durften bzw. sollten. Ich ging also mit ihm in den Raum hinein und führte ihn zu den freien Plätzen in der vorderen Reihe. Ich bat ihn einen kleinen Moment auf mich zu warten, da ich die Gymnastikmatten im hinteren Raumteil holen musste. Als ich jedoch mit zwei Matten zurück kam, lag er bereits auf dem Bauch auf dem Boden, wie es die anderen Teilnehmer taten. Er machte schon die Übungen nach den Anweisungen, aber eben ohne Matte. Ich habe ihn schnell hochgehoben und die Matte auf den Boden hingelegt. Nach einer halben Stunde war er doch recht überfordert und ich habe mich bei der Trainerin entschuldigt. Wir sind gegangen. Die Trainerin hatte volles Verständnis dafür, da sie mehrere an Demenz erkrankte Menschen kannte und auch mit ihnen arbeitete.



Ich zeigte ihm auch andere Trainingsgeräte. Er war sehr eifrig und wollte oft nicht mehr aufhören. Ich musste ihn immer bremsen, da ich ihn nicht überfordern wollte. Mit dem Ergometer schien er aber doch Schwierigkeiten zu haben. Vielleicht konnte er die gleichmäßigen Bewegungen der Beine nicht mehr gut miteinander koor-

dinieren. Ich musste mich dann neben ihn hinstellen, um ihm bei den Bewegungen der Beine nachzuhelfen. Einmal war ein anderer Mann neben uns beim Trainieren am Ergometer. Ich sagte ganz leise zu diesem Mann, dass Herr B an Demenz erkrankt sei. Sonst würde es ein bisschen komisch aussehen, weil ich ständig die Beine von Herrn B anfasste und sie fortbewegte. Dieser Mann antwortete mir in einer ganz traurigen Stimme, dass er dies gut verstünde, weil sein Vater auch an Demenz erkrankt sei. Er sagte, dass er sich wünschen würde, dass sein Vater ebenfalls in der Lage wäre, am Ergometer zu trainieren. Aber sein Vater lag nur noch im Bett. So was ist doch recht traurig. Um so mehr dachte ich mir, dass es doch schön ist, Herrn B mitzunehmen, solange es geht, oder eigentlich solange es noch ging.

Während des Trainings kamen hin und wieder Leute auf ihn zu. Sie kannten Herrn B von früher her. Sie waren froh, Herrn B wiederzusehen. Aber Herr B kannte sie alle nicht mehr und zeigte gar keine Reaktionen. Bis auf ein Mal. Ich erzählte einmal einem Bekannten über Herrn B. Dieser Bekannte kannte Herrn B, als Herr B ihn beim Fußball trainierte. Mein Bekannter erzählte, dass Herr B ein recht strenger Trainer gewesen sei. Wir gingen zusammen ins Altenheim, um Herrn B zu besuchen. Herr B saß auf seinem Platz im Speisezimmer. Als er uns sah, stand er sofort auf und kam auf uns zu. Herr B fasste die Hände meines Bekannten bzw. seines ehemaligen Schülers an und murmelte irgendetwas Unverständliches. Aber sichtlich hat er sich über den Besuch gefreut. Ich war in diesem Moment recht berührt.

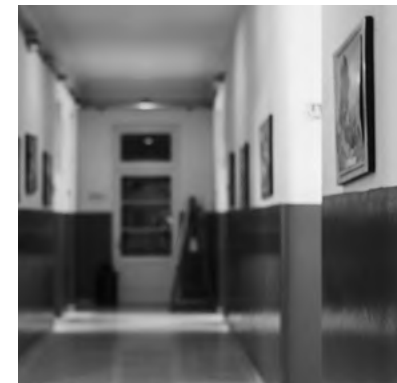


Einmal brachte ich ihn zu einem Fußballspiel. Ich erzählte dem Mann, der am Eingang des Fußballplatzes saß und Eintritt nahm, dass Herr B früher der Trainer war. Dieser Mann erkannte ihn sogar, aber Herr B ihn nicht mehr. Ich dachte, es könnte ihn freuen, wieder mal ein Fußballspiel anzusehen. Er hat aber gar keine Freude gezeigt. Plötzlich sagte er mir gar deutlich: „Ich kenne hier gar keinen.“ Natürlich konnte er die Leute, die jetzt spielen, nicht mehr kennen. Mittlerweile spielen schon die nächsten und übernächsten Generationen. Ich war nur sehr erstaunt, dass er so klar und deutlich gesprochen hat.

Es ging leider nicht mehr ganz so lang, mit dem Training und überhaupt mit dem Spaziergang. Nach etwa zwei Jahren konnte ich nicht mehr mit ihm nach draußen spazieren gehen. Er lief völlig orientierungslos, ein Paar Schritte vorwärts, dann plötzlich wiederum zurück oder nach links oder nach rechts. Er ließ sich auch nicht

mehr von mir führen. Wir drehten uns also ständig im Kreis. Ich konnte ihn nur sehr schwer zurück ins Heim bringen. Wir gingen nur noch im kleinen Garten des Heims. Es dauerte oft lange, bis ich ihn zurück zur Station bringen konnte.

Irgendwann liefen wir nur noch in den Gängen der Station um. Da konnte ich ihn aber an der Hand führen. Er hielt meine Hand recht fest. Wenn er sich umdrehen wollte, streckte er mir die andere Hand aus. Ich ging zur anderen Seite und hielt dann seine andere Hand und wir konnten uns umdrehen. So liefen wir in den beiden Gängen der Station hin und her.



Leider kennen wir seine innere Welt gar nicht so recht. Für die Angehörigen ist es oft sehr traurig. Er erkannte seine alte Mutter, seine Tochter und sein Enkelkind nicht mehr. Einmal sagte seine Mutter, die jetzt bestimmt schon weit über 90 sein müsste, zu mir: „Mein Sohn erkennt mich gar nicht mehr. Eigentlich brauche ich gar nicht mehr hierher zukommen. Aber das kann ich doch auch nicht tun.“ Ich fand keine Worte, um sie zu trösten und konnte sie nur mal kurz an den Arm drücken. Ich habe aber das Gefühl, dass er mich kennt, vielleicht an meinen Händen oder an meiner Stimme. Einmal traf ich die Tochter mit ihrem 4-monatigen Baby. Sie standen zusammen auf dem Flur. Ich kam zu ihnen hin. Entweder habe ich seine Hand genommen oder er meine. Da lief er sofort mit mir los. Seine Tochter musste uns hinterher folgen. Es tat mir so leid für seine Tochter.

Um festzustellen, ob er mich wirklich kennt, habe ich einen Freund von mir hingebacht. Ich sagte zu meinem Freund, er sollte einfach zu Herrn B hingehen und Herrn B an die Hand nehmen. Herr B saß auf einem Sofa. Mein Freund kam auf ihn zu, sagte Guten Tag und nahm ihn an die Hand. Ich beobachtete die Beiden von weitem. Herr B stand auf. Aber er merkte sofort, dass mein Freund ein Fremder war. Er riss seine Hand aus der Hand meines Freundes, ging zu einer Ecke und stand dort mit dem Gesicht zur Wand wie ein Junge zur Strafe. Ich ging zu ihm und sagte zu ihm: „Oh Herr B, was machen Sie hier? Kommen Sie! Wir gehen ein bisschen laufen.“ Er ließ sich sofort von mir an die Hand nehmen, führen und kam mit mir aus der Ecke heraus. Wir gingen zusammen durch die Gänge. Ich dachte mir also, dass er mich doch kennt.



Es ging leider auch nicht mehr sehr lange mit dem Laufen in den Gängen der Station. Er wurde immer schwächer und konnte nicht mehr aufrecht sitzen. Wir setzten ihn in einem Rollstuhl und ich konnte mit ihm im Rollstuhl spazieren gehen. Irgendwann war auch dies nicht mehr möglich, da er im Rollstuhl immer nach vorne rutschte. Daher berührten seine Füße den Boden und ich konnte den Rollstuhl nicht mehr schieben. Mittlerweile liegt er nur in einem speziellen Liegestuhl, wo er praktisch nur noch liegt.

Deshalb bin ich lange Zeit nicht mehr zu ihm gegangen, weil ich nicht wusste, was ich mit ihm noch machen sollte oder konnte. Das sagte ich auch der Schwester, ob ich ihn überhaupt noch besuchen kommen sollte. Die Schwester sagte mir: „Zuwendung ist aber immer gut.“ Das ist genau das richtige Wort, dachte ich. Wenn ich jetzt zu ihm komme und ihm beim Essen helfe, hat er manchmal irgendetwas gesagt oder gemurmelt. Vielmehr hat er irgendeinen Laut von sich gegeben. Verstehen kann ich ihn leider nicht. Irgendetwas hat ihn vielleicht doch bewegt.



Wenn ich bei ihm bin, hätte ich manchmal das Gefühl, als ob er mein Bruder wäre. Mein Bruder starb leider so jung, ein Paar Jahre jünger als Herr B. Herr B könnte durchaus mein Bruder sein. Da erinnere ich mich an das Lied von Timmy Thomas: „No matter which color. You are still my brother. Es ist egal, welche Hautfarbe. Du bist mein Bruder.“ Wir sind alle Brüder und Schwestern miteinander.

Diese Krankheit ist nun mal nicht mehr zu heilen. Wir müssen diese Tatsache akzeptieren. Was zählt, ist der Moment, der Augenblick, die Gegenwart, das Jetzt. Ich denke auch an das Leben im Allgemeinen. So bald wir auf die Welt kamen, sind wir bereits zum Verfall bestimmt. Da können wir gar nichts, oder auch zum Glück gar nichts daran ändern. Es ist manchmal erschreckend zu erfahren, wie viele, welche Krankheiten es so gibt. Es ist fast ein Wunder, dass man noch 'gesund' ist und bleibt. Daher müssen wir wirklich den Moment bewusst genießen und etwas Schönes, Wertvolles tun. Das Heute zählt.

Es grüßt euch Wing Fong Chu.

Liedtext „Sag` beim Abschied leise Servus“ von Peter Kreuder

Es gibt ka `Musi `ewig,
und ka `Glück für ewig,
so ist`s halt im Leben.
Und darum kann`s auch eben,
ew`ge Lieb` nicht geben.
Es kommt für alles schon,
einmal die Endstation,
man ändert heut` sein G`spusi,
wie sein `Lieblingsmusi per Saison.

Sag` beim Abschied leise Servus,
nicht Lebwohl und nicht Adieu,
diese Worte tun nur weh.
Doch das kleine Wörter`l Servus,
ist ein lieber letzter Gruß,
wenn man Abschied nehmen muss.
Es gibt Jahraus Jahrein,
ein neuer Wein und neue Liebelei.

Sag beim Abschied leise Servus,
denn gibt`s auch kein Wiedersehen,
einmal war es doch schön.



Die Pusteblume

Brücke-Abend im Juni. Am Ende des Abends fragt Brigitte, ob sich jemand vorstellen könne, eine alte Dame, die vor einigen Monaten ihren Mann verloren hat und nun zu ihren Kindern nach Ergste gezogen sei, zu besuchen. Obgleich ich eher Sterbebegleitung mache und dann auch lieber im Altenheim, oder Krankenhaus, spüre ich in mir ein Gefühl von: „das würde ich gerne machen“.

Nachdem Brigitte mir die Kontaktdaten genannt hat und ich mit der Enkeltochter telefoniert habe, verstärkt sich mein Gefühl noch und wir machen einen Termin aus. Ich mache mich also auf den Weg und werde sehr freundlich begrüßt von der Tochter und Enkeltochter. Sie bringen mich in das Zimmer ihrer Mutter und Grossmutter und es erwartet mich eine feine, alte Dame voller Wärme und Herzlichkeit. Von Anfang an spüre ich eine angenehme Verbundenheit und ich denke, es war auf beiden Seiten so, was mir später auch bestätigt wurde.

Frau P. erzählt mir einiges aus ihrem Leben und zeigt auch durchaus Interesse an meinem Leben und meiner Familie. So verbringen wir eine angenehme Zeit miteinander. Besonders berührt hat mich ihre Aussage: „Ich hatte den besten Mann, den ich mir wünschen konnte.“ Bald habe sie ihren 95.ten Geburtstag und sie möchte gar keine Feier. Auf meine Frage, was sie sich denn wünschen würde, kam die Antwort: „Ich möchte zu meinem Mann“. Nach einer Stunde spüre ich ihre leichte Ermüdung und frage, ob ich wiederkommen solle. Als Antwort nimmt sie mich in den Arm.

So vereinbare ich mit der Tochter und Enkeltochter einen weiteren Besuch in zwei Wochen. Einen Tag vorher möchte ich nachfragen, ob alles so bleibt, wie besprochen, und erfahre, dass Frau P. vor 2 Tagen gestorben sei. Nach einem Sturz in ihrem Zimmer sei sie mit einem Oberschenkelhalsbruch ins Krankenhaus gekommen und operiert worden. Ihr Körper habe die OP und die Narkose nicht mehr verkraftet. Ich bin sehr erschüttert. Ich hätte sehr gerne noch etwas Zeit mit ihr verbracht. Doch auch eine gewisse Dankbarkeit erfüllt mich, dass ihr Wunsch, an ihrem Geburtstag bei ihrem Mann zu sein, sich erfüllt hatte.

Ich biete der Tochter und Enkeltochter an, dass sie sich gerne bei mir melden können, wenn sie über etwas sprechen möchten. So kommt es, dass nach einer kurzen Zeit ein weiterer Termin mit den beiden stattfindet. Wir sitzen zu dritt im Zimmer von Frau P. und ich erfahre noch einiges aus dem Leben der Eltern und Grosseltern. Auch hier spüre ich wieder das Gefühl einer angenehmen Verbundenheit. Zum Ende meines Besuchs bekomme ich als Erinnerung die Trauerkarte mit dem Text

der Pusteblume. Ich lese die Karte erst zu Hause und bin davon sehr berührt. Die Urnenbeisetzung wird erst später in Marburg stattfinden.

Während meines Urlaubs im Bayerischen Wald machen wir einen Spaziergang durch ein Naturschutzgebiet mit wunderschönen Wildblumen. Auf einmal entdecke ich Pusteblumen direkt neben den gelben Löwenzahn und erinnere mich sofort an Frau P.. Wir setzen uns auf eine Bank, es ist Mittag 12.15 Uhr. Ich hatte das genaue Datum der Trauerfeier nicht im Kopf, glaubte aber, dass es der Tag sein könne.



Zuhause bestätigte sich meine Vermutung. So war ich tatsächlich zur Zeit der Trauerfeier mit der Familie und vielleicht auch mit Frau P. verbunden. Später erfuhr ich von der Tochter, dass auch sie sich mit mir verbunden fühlten, durch den Psalm 23, den ich ihnen in einer umschriebenen Form gegeben hatte, und der in der Trauerfeier gesungen wurde. Wieder war mein Herz sehr berührt. Da wollte ich etwas von meiner Zeit verschenken und wurde selbst beschenkt.

Brigitte Kanditt

(*Was gestern leuchtendgelb hier stand, ich heute weiß und flockig fand.
Ein Meer von Pusteblumen steht da, zum Flug bereit,
und eine leichte Brise trägt übers Land sie weit.
An jedes Schirmchen hänge ich meine Sehnsucht dann,
damit vielleicht auch eines dein Herz erreichen kann.)

Annegret Kronenberg



Wenn ich einmal Dement werde

Seit vier Jahren besuche ich vom Besuchsdienst der Brücke einmal wöchentlich eine Dame im Pflegeheim. Am Anfang konnten wir viele schöne Gespräche führen, lachen und Spazieren gehen. Doch das geht nicht mehr so gut. Da fand ich diesen Text aus dem Leben gegriffen.

(Quelle unbekannt)

Wenn ich einmal dement werde, soll mein Leben einfach sein.
Es soll so sein, dass ich jeden Tag das Gleiche mache.

Wenn ich einmal dement werde, musst du ruhig mit mir sprechen,
damit ich keine Angst bekomme. Du sollst mir immer erklären, was du tust.

Wenn ich einmal dement werde, kann ich vielleicht nicht mehr
mit Messer und Gabel essen, aber gut mit den Fingern.

Wenn ich einmal dement werde und Panik bekomme,
dann bestimmt, weil ich an zwei Dinge gleichzeitig denken soll.

Wenn ich einmal dement werde, sieh mich an und berühre mich,
bevor du mit mir sprichst.

Wenn ich einmal dement werde, denke daran,
dass ich nicht alles verstehe,
doch mehr, als du manchmal denkst.

Dieser Text ist in den letzten Wochen bei meinen Besuchen zu einem echten Leitfaden geworden. So kann das Beisammensein mit Demenzkranken gut gelingen.

Gudrun Kampmann



Es wäre besser gewesen, wenn du zur gleichen Zeit gekommen wärest«, sagte der Fuchs. »Wenn du zum Beispiel um vier Uhr am Nachmittag kommst, dann kann ich schon um drei Uhr beginnen, glücklich zu sein. Je mehr die Zeit voranschreitet, umso glücklicher werde ich. Um vier werde ich mich schon aufregen und beunruhigen; dann entdecke ich den Preis des Glücks! Aber wenn du zu irgendeiner Zeit kommst, werde ich nie wissen, wann mein Herz bei dir sein soll ...«

Aus: Der kleine Prinz



Zeit-Gedanken zum Titelbild dieses Heftes

Die Uhr läuft
manchmal ganz schnell ...
Manche Uhren scheinen still zu stehen, bewegen sich aber doch.
Alle haben einen unterschiedlichen Rhythmus.
Eine Stunde kann oft unendlich lang sein, wenn wir auf etwas warten
oder viel zu kurz, wenn wir mit lieben Menschen zusammen sind.
Dem Glücklichen schlägt keine Stunde.
Wenn wir krank sind brauchen wir die wohltuende Zeit zur Genesung.
Hast Du Zeit?
Zeit ist ein Geschenk.
Bei einem guten Buch oder einem spannenden Film vergeht Zeit angenehm.
Wenn ich zu viele Dinge erledigen muss, ist die Zeit mein Feind,
ich denke darüber nach was wirklich wichtig ist
und was ich lassen kann, damit ich Zeit für Menschen habe
und dann spielt Zeit keine Rolle.

Ich denke an die Lebensuhr eines jeden Menschen,
bei Besuchen etwas aus der Lebensgeschichte zu erfahren
und an diese besondere Zeit einen Sterbenden zu begleiten.

Zeit ist kostbar.
Zeit ist ein Geschenk. Nutzen wir dieses Geschenk!

von Gisela Albers



Leckere Brombeeren

Im Klara-Röhrscheidt-Haus besuche ich schon seit zwei Jahren Frau T., die einen Schlaganfall erlitten hat und halbseitig gelähmt ist.

Wir freuen uns immer aufeinander, auf den Donnerstag. Wir erzählen uns, manchmal ist sie ein wenig durcheinander, aber das macht nichts.

Heute bringe ich ihr eine ziemlich große Schale Brombeeren mit, die ich in den Kleingärten gepflückt habe. Sie freut sich sehr und beginnt sofort zu essen, mit den Fingern und mit großem Appetit. Ich will sie zu einer Pause überreden, aber sie will weiter essen. Die Schüssel ist leer und nach einiger Zeit verabschiedete ich mich. Dann denke ich: Oh weh, ob das gut geht?

Ich treffe ihre nette Pflegerin Claudia auf der Station und erzähle ihr, mit welcher Freude sie eine ziemlich große Schüssel Brombeeren gegessen hat. Ich warne sie vor einer eventuellen „Explosion“ oben oder unten raus. Die Claudia lacht und sagt: „Wenn Sie sie so glücklich gemacht haben mit den Brombeeren, dann überziehe ich das Bett mit Freude neu!“

Anne Potthoff



Mein Weg zur Brücke

Ich bin seit 2013 Mitglied der Brücke. Wie bin ich zur Brücke gekommen? Ein Generationswechsel hat bei mir stattgefunden, Kindheit – Jugend – Erwachsensein. Dazu kam meine Bildung als Pfadfinder in der Christlichen Arbeiterjugend (CAJ) und Familienkreis. Im Katholischen Forum erfuhr ich das erste Mal etwas von Hospizarbeit und Begleitung sterbender Menschen. Dieser Gedanke ließ mich nicht mehr los, mein Leben veränderte sich dadurch. Tod und Leben waren ganz dicht beieinander und gehörten zusammen.



Mit dreizehn Jahren kam mir der Tod zum ersten Mal nahe, als meine 90-jährige Großmutter starb. Sie wurde zuhause auf-gebahrt, da es keine Trauerhalle gab, der Bestatter kam ins Haus. Eine Woche konnten wir uns verabschieden im Gebet. Es gab viele Besuche der Verwandtschaft, in einem Trauerzug ging es zum Friedhof. Von meiner Mutter konnte ich mich nicht mehr verabschieden, da ich in

Frankreich unterwegs war mit Freunden. Ich kam am Beerdigungstag nach Hause. Es war für mich ein Schockzustand, da es noch so vieles zu erzählen gab! Meine Mutter wurde nur 46 Jahre alt. Mein Vater hatte noch acht Geschwister, die alle alt geworden sind, über 80 bis 90 Jahre. Mein Vater ist am 29.11.1987 gestorben, im Alter von 74 Jahren. Heute lebt keiner mehr von ihnen. Sie waren aber ein Stück Lebensweg für mich. Ein Vetter starb schon als Kind, er wurde im Keller gefunden. Wahrscheinlich waren Drogen im Spiel, er war 8 Jahre alt. In meiner Lehrzeit begegnete mir der Tod, als mein Lehrmeister durch einen Unfall im Gewächshaus vergiftet wurde. Auch Arbeitskollegen, mit denen ich über 10 Jahre gearbeitet hatte, starben. Ich erlebte, dass der Tod keine Grenzen kennt. So musste ich auch erfahren, dass der Lebensweg von einem jungen Mädchen begrenzt war, das im Alter von 12-13 Jahren gestorben ist. Es lebte in einer Obdachlosensiedlung, wo ich über 10 Jahre ehrenamtlich tätig war. Es gab dort Alkoholiker, die in der Nacht gestorben sind mit einer Zigarette im Bett! Als ich dann nach Schwerte kam, ging das Leben mit dem Tod weiter. In dem Haus, in dem ich lebte, starben Mitbewohner an Lungenkrebs, Prostatakrebs, Parkinson. Einer der Mitbewohner starb im stationären Hospiz in Schwerte. Ich lernte von ihm Versöhnung und Verzeihen. Er war früher ausländerfeindlich. Meine Kinder Jemil und Fassal Zamali waren seine Feinde und er bedrohte sie oft. Alle diese Todesfälle, die bislang meine Wegbegleiter waren und sind, brachten mich dazu, den Weg zur Brücke aufzunehmen. Es waren noch einige Todesfälle, die ich nicht erwähnt habe.

Die Brücke hat mir selber Wege aufgezeigt, wie man mit den Menschen in der Begleitung und dem Besuchsdienst umgeht; Beziehungen aufzubauen; den letzten Weg zu gehen. Als 2005 meine Frau starb, konnte ich mich nicht so äußern wie heute. Durch den regelmäßigen Kontakt mit der Brücke habe ich gelernt, zwischenmenschliche Beziehungen aufzubauen. Durch den Besuchsdienst im Klara-Röhrscheidt – Haus wurden die ersten Kontakte geknüpft. Dabei blieb es nicht. Schon bald gab es Termine mit den Bewohnern, die gerne Kontakte suchten, weil sie alleine waren und keine Kontakte zu Angehörigen hatten.



Auf dem Wohnbereich habe ich jemanden gefunden, der mir schon bekannt war aus der Gemeinde. Mit ihm habe ich ein – zweimal die Woche Mühle gespielt und dadurch einen guten Kontakt gehabt. Eine zweite Person kam schon bald dazu, er machte gerne Musik. Ihn habe ich besonders ins Herz geschlossen. Musik war seine Leidenschaft, Musiker durch

und durch auf der Mundharmonika; an Weihnachten und Geburtstagen usw. war er dabei. Bei einer dritten Person klappte die Kontaktaufnahme trotz aller Bemühungen nicht, es blieb dabei die zwei Männer zu besuchen. Es ging sehr familiär auf dem Wohnbereich drei zu, die Kontakte zum Personal waren gut. Man lernte sich kennen auf der Station. Eines Tages lag einer der Bewohner im Sterben. Nachdem ich meinen Besuchsdienst beendet hatte, wurde ich gebeten, nach dem Sterbenden zu sehen. Als ich nach ihm schaute, war ich überrascht, wie weit er schon war. Er lag im Bett, seine Atmung war sehr veränderlich. Ich habe seine Hände gehalten und fühlte seinen Puls, eine halbe Stunde des Schweigens, der Ruhe. Ich habe mich schweigend verabschiedet und versprach ihm, morgens früh wieder zu kommen. Als ich um 7 Uhr kam, wurde mir vom Personal gesagt, dass der Bewohner um 5 Uhr verstorben war. Das Zimmer war noch offen um sich zu verabschieden, ein kurzer Augenblick um ein Gebet zu sprechen. Ein Erlebnis, das mir sehr nahe gegangen ist.

Einen engen Kontakt hatte ich zu dem Bewohner, der die Musik so liebte. Wir hatten viel Spaß beim Mensch-ärgere-Dich-nicht spielen und haben viel gelacht. Der Kontakt bestand fast drei Jahre und war geprägt von guter Laune und Freude. Er klagte nie über seine schwere Erkrankung – Hautkrebs und OP im Krankenhaus. Ich informierte die Brücke, dass der Besuchsdienst in eine Sterbebegleitung überging. Die letzte Zeit wurde er dann zu zweit begleitet. Am 16. September 2018 verstarb der Bewohner morgens. Ich war gerade beim Hospizlauf, Antje Drescher informierte mich. Für ihn bin ich eine Ehrenrunde gelaufen.

Zur Zeit mache ich Besuchsdienst einmal in der Woche für 1-2 Stunden. Ich nehme regelmäßig an den Terminen der Brücke, den themenbezogenen Veranstaltungen von Sterbebegleitung und Besuchsdienst teil. Ich habe in diesem Jahr an dem Vorbereitungsseminar zur Begleitung Sterbender teilgenommen und war auch zur Seminarwoche auf Juist dabei.

Ich hoffe, dass ich noch einige Erfahrungen sammeln kann, um Menschen in ihrer Trauer und auf ihrem Sterbeweg gut zu begleiten.

Eugen Niehues

Zu Besuch

Ich stehe wieder vor der Tür.

Seiner Tür.

Heute sitzt der Herr nicht im Aufenthaltsraum.

Wir haben uns länger nicht gesehen, denn ich hatte Urlaub.

Sein Gesundheitszustand ist schon ewig sehr wechselhaft und ich weiß nicht, was mich erwartet.

Ich klopfe und öffne beherzt die Tür.

Ein ernstes Gesicht schaut mich aus dem Bett an.

Erst als ich anfangen zu sprechen kehrt das Strahlen, das ich so mag, zurück.

Die Brille sitzt nicht auf der Nase und da verschwimmen die Gesichter.

Unsere Vertrautheit ist sofort wieder da, denn ich komme jetzt schon seit ein paar Monaten zu Besuch.

Meine Fellnase wird auch erst einmal ausgiebig gestreichelt.

Da frage ich mich doch ernsthaft, ob nicht eigentlich nur der Besuch von meinem Hund wichtig ist.

Don Carlos, 35 Kilo pure Liebe auf 4 Pfoten.

Damit kann es Keiner aufnehmen – und ich genieße diesen wunderbaren Augenblick.

Zweisamkeit zwischen Mensch und Tier.

Für einen kurzen Moment habe ich meine Zeit verschenkt, mit meinem treuen Begleiter an der Seite.

Lächeln auf Gesichter zaubern,

ja das erfüllt auch mich mit einer großen Freude.

Wir verabschieden uns und gehen ein Zimmer weiter.

Gabriele Schamp



Mail von Jürgen Harneit



Einen Sensor für die Freude, dass es Euch als "innerer Zirkel" über die Jahre gelungen ist, eine Kultur zu begründen, die es verstanden hat, die unterschiedlichen Anteile von authentischer Empathie und funktionaler Empathie zu einer Form von wohltemperierter Empathie zu verbinden. Ein Qualitätsmerkmal der „Brücke“.

J.H.



Ich besuche eine Freundin

Ich mache ab und an einen Besuch, ohne mich vorher anzumelden zu müssen. Daher besuche ich sie spontan. Dann wieder, wenn ich Sehnsucht habe oder wenn ich an irgendwas erinnert wurde. Aber mit Sicherheit einmal im Jahr, rund um ihren Geburtstag. Mal nehme ich Blumen mit, mal fahre ich ohne etwas zu ihr. Ich besuche meine Freundin an ihrem Grab.



Jedes Mal, wenn ich auf dem Weg bin, spüre ich eine Vorfreude. Manchmal ist sie mit einer Trauer vermischt. Ich habe ihren Tod akzeptiert, dennoch vermisse ich sie. Oft bin ich neugierig, wie sieht es aus zu dieser Jahreszeit bei ihr. Wie steht der Rosenstrauch, den wir im Freundinnenkreis auf Ihr Grab gepflanzt haben. Wie ihre Lieblingsblumen, die Ihre Tochter für sie ausgewählt hat. Ebenso ihre eigene Unterschrift auf ihrem Grabstein.

Wenn ich dort stehe, geht es mir jedes mal direkt ins Herz. Immer spüre ich die Verbindung zu ihr. Ich erzähle ihr und lausche. Ich bin dankbar für alles was ich fühle. Für meine Erinnerung und das ich Besuche machen kann. Eine kleine Weile auf dem kleinen Friedhof, ganz still und in Ruhe. Hier ein verwelktes Blatt ab knipsen, wenn nötig, etwas gießen. Es tut mir jedes mal gut, der Besuch bei meiner Freundin am Grab.

Rosemarie Schäfer

Juist

Sobald wir in Norddeich sind, beginnt bereits das Urlaubsgefühl.

Die Insel ist schon zu sehen und trotzdem muss man noch eine ganze Weile schippern ehe man Juist erreicht, mit all den Vor- und Nachteilen.

Mir war gar nicht mehr bewusst, wie schön die Insel ist. Obwohl sie sich schon verändert hat. Die alten kleinen inseltypischen Häuser werden abgerissen und es entstehen „hochwertige“ Wohnungseinheiten.

Da wir das letzte Mal im Seeferienheim gewohnt haben, passte das Wetter zur Abschiedsstimmung. Diesmal habe ich das erste Mal Juist im Regen und auch Sturm erlebt, trotzdem gab es einen Tag, an dem ich auf „meiner“ Bank in den Dünen sitzen konnte und in die Stille gelauscht habe.

Wie Kraft spendend.

Auch die verschiedenen Regenbogen waren eine neue Erfahrung. Es gab ganze, halbe, doppelte, durchbrochene, blasse ...

Das Seminar hatte wieder seine besondere Qualität.

Vielen Dank an Antje, Brigitte, Friederike und Renate, die mit ihrem Engagement zum guten Gelingen beigetragen haben.

Ulla Sonnabend



Abschied

Drei Tage habe ich benötigt, bis ich wieder von Juist zuhause ankam.

Ich habe noch oft und viel über unsere Gruppe nachgedacht und den vielen Themen, die uns beschäftigten.

Am Anfang der Zeit das Herantasten der Einzelnen, dann auch die Vertrautheit, die sich nach einigen Tagen einstellte, um sich öffnen zu können.

Aber auch das Schweigen machte sich öfter breit.

Und doch ging eine gewisse Kraft aus unserer Gemeinschaft hervor.

Herantasten, Vertrautheit, sich öffnen und Schweigen.

Dazu gesellte sich die Liebe zur Wahrheit,

die Liebe zur Hoffnung,

die Liebe zum Leben.

Aber auch die Liebe, die sich in Tränen, Schmerz und Tanz zeigte.

Gudrun Kampmann



Bilder eines Jahres





Impressum:

Herausgeber:
DIE BRÜCKE
Sterbe- und Trauerbegleitung Schwerte e.V.

Redaktion:
Antje Drescher
Gisela Albers
Brigitte Kollodej

Redaktionsanschrift:
DIE BRÜCKE
Unterdorfstraße 13, 58239 Schwerte
Telefon: 02304/431 23
Email: info@diebruecke.net
Internet: www.diebruecke.net

Namentlich gezeichnete Beiträge erscheinen unter ausschließlicher Verantwortung der Verfasser und geben nicht automatisch die Meinung der Herausgeberin oder der Redaktion wieder.

Titelfoto: © Gisela Albers

Es finden freie Bilder der folgenden Anbieter Verwendung:
freepik, pexels, pixabay

Satz:
Team Meuter GmbH
Die Profilschärfer
Tungerloh-Pröbsting 20, 48712 Gescher

Druck:
druckerei brinkschulte
Zu den Ohlwiesen 5, 59757 Arnsberg

Bankverbindung:
Stadtsparkasse Schwerte
IBAN: DE83 4415 2490 0003 0034 23

Volksbank Schwerte
IBAN: DE79 4416 0014 6445 2946 00

Auflage:
500 Exemplare