

# moment mal

21 22

14. Jahrgang · 2. Ausgabe · Dezember 2022

**„Die Sterne des Himmels  
können wir einander nicht schenken.  
Aber die Sterne der Liebe,  
der Freude und der Zuversicht.“**

(Irmgard Erath)



## Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer,

mit Dankbarkeit blicken wir auf das ablaufende Jahr zurück. Nach zwei Jahren Pandemie konnten wir 2022 wieder in gewohnter Weise unsere Angebote im ambulanten Dienst und in der Trauerbegleitung durchführen. Natürlich sind sie weiterhin mit Einschränkungen verbunden wie eine limitierte Teilnehmerzahl und der Beachtung der hygienischen Regeln. Aber die Tatsache, dass wieder viele Menschen aus Porz unsere Angebote angenommen haben, spiegelt gleichzeitig den großen Bedarf an Unterstützung wider.

Aufgrund der vielen Aktivitäten, die wir in den vergangenen Jahren alle zurückstellen mussten, war es auch ein anstrengendes Jahr. Aber der Zuspruch der Besucher unserer Veranstaltungen oder der Angehörigen und Gäste in den Begleitungen zeigen, dass es die Mühen wert waren.

Die Erfüllung, die unsere Ehrenamtlichen bei ihren Begleitungen spüren, bringen auch die Beiträge in dieser Ausgabe zum Ausdruck, die von drei unserer neuen Ehrenamtlichen verfasst wurden. Mehr kann man hier nicht hinzufügen.

Im Namen unseres Vorstands wünsche ich Ihnen gesegnete Weihnachten und für 2023 Gesundheit, Glück und Frieden!

Ihre

Helene Gras-Nicknig  
Vorsitzende des

Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V.



*Der Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V.  
wünscht allen ein frohes Weihnachtsfest  
sowie viel Gesundheit,  
Glück und Zufriedenheit  
im Jahr 2023.*



### Inhalt:

Unsere neuen Ehrenamtler\*innen stellen sich und ihre Erfahrungen vor · 20 Jahre stationäres Haus Porzer Infotag „Bis zum letzten Moment mitten im Leben · Wir sagen Dankeschön!





## 20 Jahre stationäres Haus „Hospiz An St. Bartholomäus“

Nach einem gemeinsamen Gottesdienst kamen am 25.08.2023 Hospizgäste und ihre Angehörigen, Freunde und Förderer, haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitenden auf dem Kirchplatz neben dem Hospiz zusammen. Vor 20 Jahren wurde das stationäre und bis heute einzige rechtsrheinische Hospiz als gemeinsames Projekt dreier Partner, Förderverein Hospiz-Köln Porz e. V. als Initiator und Wegbereiter, katholische Kirchengemeinde von St. Bartholomäus als Bauherrin und spätere Vermieterin und Caritasverband für die Stadt Köln als Träger der Einrichtung, eingeweiht.

Bezirksbürgermeisterin Sabine Stiller, Stephan Demmer als Vorsitzender der Stiftung Hospiz Köln-Porz und Caritas-Vorstand Peter Krücker begrüßten die Gäste. Stephan Demmer erinnerte in seinem Grußwort an die Worte des damaligen Pfarrer Clemens Feldhoff bei der Grund-

steinlegung im März 2001. Es sei eine großartige und lebenswichtige Sache, dass wir in Porz ein Hospiz bauen. Dieses Haus werde nicht ein Trauerhaus sein, sondern ein Haus des Lebens. „Das müssten wir ganz groß darüber schreiben: Ein Haus des Lebens, nicht ein Haus der Niedergeschlagenheit.“ So dankte Stephan Demmer allen damals Beteiligten, die sich über zehn Jahre hinweg für den Bau des Hospizes eingesetzt und so die Vision der Gründungsmitglieder des Fördervereins Hospiz Köln-Porz umgesetzt haben. Sein Dank ging auch an den Caritasverband für die Stadt Köln, mit dem der Förderverein seit der Einweihung des Hospizes eng kooperiert. Neben den vom Förderverein koordinierten Ehrenamtlichen organisieren beide Institutionen gemeinsam Veranstaltungen in und um das Hospiz wie Hospizcafés, Letzte-Hilfe-Kurs und neuerdings einen Angehörigenabend.

Gemeinsam bewältigten sie den Wiederaufbau nach dem Brand im Jahre 2009. Sein Dank galt auch den Förderern und Unterstützern des Hospizes. Stellvertretend nannte er dabei die Vereine des Ortsrings Urbach/Elsdorf, die jährlich den Hospizbasar zugunsten des Fördervereins durchführen.

Besonderer Dank ging an die Ehrenamtlichen, die in ihrer freien Zeit sterbende Menschen begleiten. „Sie zeigen damit wahrhaft gelebte Nächstenliebe.“ (Peter Krücker). Aus Anlass des Jubiläums stifteten Geschäftsfeldleitung und Vorstand des Caritasverbandes eine bronzene Skulptur der Kunstwerkstätten Maria Laach für den Hospizgarten.

Für das musikalische Rahmenprogramm sorgte der Gospelchor „Spirit of Change“ unter Leitung von Michael Hessler.

### Unsere regelmäßige Angebote

#### Hospizcafé

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat  
von 15:00 - 16:30 Uhr  
im Caritas-Hospiz an St. Bartholomäus

#### Trauerwandern

2. Samstag im Monat  
ab Caritas-Hospiz an St. Bartholomäus

#### Trauercafé

jeden 4. Mittwoch im Monat,  
von 15 - 16.30 Uhr im Hospiz-Treff,  
Hauptstraße 345, 51143 Köln.

*Alle Angebote sind kostenfrei. Aktuelle Informationen erhalten Sie im Büro des Fördervereins.*



## Unsere neuen Ehrenamtler\*innen im ambulanten Hospizdienst

Drei von ihnen stellen sich und ihre Erfahrungen vor

„Welche Beweggründe haben mich zum Ehrenamtler im ambulanten Hospizdienst werden lassen?“

Mein Name ist Thomas Lehmann. Ich bin 65 Jahre alt und befinde mich seit Februar 2021 im Ruhestand. Fast mein gesamtes Berufsleben war ich im sozialen Bereich tätig, in den Anfangsjahren in der Kinder- und Jugendarbeit, seit 1989 im Bereich stationäre Altenhilfe und danach in einer Begegnungsstätte für Senioren im Kölner Westen. Die Themen Abschied, Tod, Trauer haben mich immer wieder begleitet, sowohl im privaten wie im beruflichen Kontext.

Hospize haben für mich schon früh an Bedeutung gewonnen, Krankenbesuche in verschiedenen Einrichtungen haben mich nachhaltig beeindruckt. Während meiner stark beanspruchten beruflichen Tätigkeit war es mir zeitlich nicht möglich, ein Ehrenamt in einem Hospiz aufzunehmen. Für mich jedoch war klar, dass ich mich im Ruhestand intensiver mit diesem so wichtigen Ehrenamt auseinandersetzen wollte. Aufmerksam gemacht auf das Hospiz in Köln-Porz wurde ich von Marion Becker, die mir in vielen Gesprächen von ihrer Arbeit im Hospiz berichtete.

Dem angenehm verlaufenen ersten Informationsgespräch mit Beate Anton und Ursula Klinkhammer folgte bald der Start des Befähigungskurses. Dieser begann im Februar 2022 zunächst mit virtuellen Einheiten, später dann in Präsenz im Hospiz. Am Kurs waren neben mir Elke, Anita, Alice, Yvonne, Gabi und Nicole beteiligt. Diese gemeinsame Zeit trage ich in mir.

Den Kurs habe ich in vielerlei Hinsicht als eine bereichernde Zeit erlebt, sowohl bezogen auf die thematisch inhaltliche Auseinandersetzung als auch im Hinblick auf wertvolle Selbsterfahrung. Betonen möchte ich außerdem die erlebte aufmerksame Wahrnehmung und Wertschätzung der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen seitens der begleitenden Koordinatorinnen. Mit ihrer hohen Fachlichkeit und Menschlichkeit haben sich Ursula Klinkhammer und Beate Anton auf jeden von uns eingelassen. Mein Wunsch, dieses Ehrenamt auszuüben, wurde mit Beendigung des Kurses mehr als bestärkt.

Die Hospizbewegung hat in den vergangenen Jahren m.E. eine größere Aufmerksamkeit und Beachtung gefunden. Die Themen Sterben, Tod, Abschied und Trauer sind mehr in den öffentlichen Fokus gerückt. Hier einen Beitrag zu leisten, ist für mich ein wichtiger Grund und vor allem Motivation, dieses Ehrenamt auszuüben.

Bei meinen Hospitationen im Hospiz habe ich Offenheit und große Dankbarkeit der Gäste mir gegenüber erfahren dürfen. Auffallend war, dass das Thema Tod/Sterben gar keinen Raum einnahm. In den Begegnungen und Gesprächen mit ihnen konnte ich mitunter eine Ruhe und Leichtigkeit spüren, die mich nachhaltig berührt hat. Das leise „Grazie“ eines Gastes, als ich das Zimmer verließ, oder das Lächeln einer Frau beim Wahrnehmen von Lavendelduft im Garten des Hospizes waren für mich eindrückliche Erfahrungen.

Im Oktober dieses Jahres habe ich meine erste Begleitung/Betreuung einer Dame im Johanniter Haus in Porz begonnen. Ich bin im ambulanten Hospizdienst angekommen!

*Sie sind wichtig.  
Die Sterbenden sind wichtig, weil es sie gibt.  
Sie sind bis zum letzten Augenblick  
ihres Lebens wichtig,  
und wir werden alles tun,  
damit sie nicht nur in Frieden sterben,  
sondern auch bis zuletzt leben können.*

*Cicely Saunders*







## „Wir starten mit unserer Befindlichkeitsrunde.“

So starteten Frau Anton und Frau Klinkhammer unsere wöchentlichen Treffen für den Befähigungskurs zum Sterbebegleiter/-in, in dem sich sieben Menschen zusammenfanden, meist mit den gleichen Ambitionen. Wir haben gelacht, geweint, geknetet, gemalt, Rollenspiele durchgespielt und besprochen. Es war ein Stückweit für jeden einzelnen von uns eine Therapie.

Ich hatte noch auf Antworten gehofft. Was passiert nach dem Tod? Ist es schmerzhaft zu sterben? Bisher ist noch niemand -außer Jesus- zurückgekommen, um das größte Geheimnis der Menschheit zu offenbaren. Diese Frage ist zwar immer noch unbeantwortet, jedoch sind wir als Gruppe sehr zusammen gewachsen. Wieso finde ich mich in dieser Gruppe wieder?

Angefangen haben die Überlegungen, als meine Mutter gesundheitlich mit 89 in ein Pflegeheim ziehen wollte. Meine Mutter dort unterzubringen, hat mir am Anfang das Herz gebrochen. Zuviel brach von jetzt auf gleich auf mich ein. Arztbesuche, Pflege, Haushaltsarbeiten, meiner Mutter mehr Gesellschaft leisten u.v.m. Meine Mutter war ein zusätzliches Kind, das mir anvertraut wurde. In dieser Zeit wurde mir bewusst, dass zuviel Langeweile und Einsamkeit in einem Pflegeheim herrscht.

Ist es die Erinnerung, die einen an die eigene Vergänglichkeit erinnert? Der Geruch oder das nicht mehr jugendlich aussehen? All dies eröffnete mir eine völlig neue Sichtweise. In meinem kleinen Kokon war bisher alles gut. Meine Familie ist gesund, eine lebendige gut funktionierende Partnerschaft, ein wundervoller Sohn. Ich arbeite halbtags zusammen mit netten Kollegen in einer kleinen Druckerei in der Kölner Innenstadt. Die Arbeit ist jedoch meist sinnbefreit und folgt den immer gleichen Abläufen. Deshalb habe ich mich dazu entschieden, etwas zu verändern, sobald ich etwas mehr Zeit habe.

Als sich der Zustand meiner Mutter durch eine Blutvergiftung änderte, begann der Todeskampf. Meine Schwester und ich hatten das Glück, meine Mutter in dieser sehr emotionalen Zeit begleiten zu dürfen. Wir sprechen heute noch oft über diese Zeit und Erfahrungen.

Nachdem meine Mutter verstorben war, war die Zeit gekommen, etwas in meinem Leben zu ändern. Ich wollte jetzt etwas zurückgeben. Ehrenamt? Aber was? Tierschutz? Hospiz?

Der Kreis schloss sich, als ich eines Tages einen Informationsstand sah, der sich für das Ehrenamt im Hospiz Porz-Urbach engagierte. Das war es, das wird mein Weg. Durch die Begleitung meiner Mutter hatte ich das Gefühl, dass ich das kann. Meine Tätigkeit liegt im „da sein“.

Seit vier Wochen begleite ich einen 91-jährigen Mann im Pflegeheim. Er schläft die meiste Zeit, ich lese ihm jedes Mal etwas vor und im Hintergrund läuft seine Volksmusik. Er scheint es zu genießen.

Ich versuche, ihm in den letzten Stunden etwas Wärme und Gesellschaft zu leisten. Niemand sollte die letzten Schritte alleine gehen müssen. Ich besuche ihn einmal in der Woche für zwei bis drei Stunden.

Es hat sich einiges in meinem Leben geändert. Ich bin nun Teil von etwas geworden, was größer ist als ich bzw. mein bisheriges Leben und meine Aufgaben.

Nicole Sluga, 51 Jahre, aus Porz-Grengel

*Ich habe immer gedacht,  
die Zeit wäre ein Dieb,  
der mir alles stiehlt, was ich liebe.  
Aber jetzt weiß ich, dass sie gibt,  
bevor sie nimmt,  
und jeder Tag ist ein Geschenk.  
Jede Stunde.  
Jede Minute.  
Jede Sekunde.*

*Alice aus 'Alice im Wunderland'*





## „Warum möchte ich ehrenamtliche Hospizbegleiterin sein?“

Ganz einfach - ich bin überzeugt davon, dass das Leben kein Zufall ist, sondern eine Fügung. Eine Verkettung der verschiedensten Ereignisse, die letztendlich dazu führen, DEN Weg zu finden, der für mich der richtige ist.

Bestärkt hat mich ein einschneidendes Ereignis vor 4 Jahren, als meine Lieblingstante - echte Kölnerin, aber der Liebe wegen als junges Mädchen nach Schweden ausgewandert - im Sterben lag. Die telefonische Nachricht, dass „meine“ Tante Margret im Krankenhaus die letzten Atemzüge macht, hat meinen Bruder und mich spontan an einem Mittwochabend nach getaner Arbeit die Entscheidung treffen lassen, Margret noch einmal zu sehen. Sie war immerhin die Lieblingsschwester unserer leider schon vor 32 Jahren plötzlich verstorbenen Mama.

Schnell etwas gepackt und ab ins Auto. Eine anstrengende Fahrt mit Autopanone und zum Glück noch rechtzeitig angekommen. Margret lag klein und eingefallen in ihrem großen Krankenbett - sie lächelte und trotz Schmerzen war ihre Freude groß. Dank der Technik eines Smartphones konnten wir ihr einen letzten Wunsch erfüllen: sie wollte so gerne noch einmal „Ich möch zo Fooß noh Kölle jonn“ gesungen von Willy Schneider hören. Es war ein sehr emotionaler und ergreifender Moment - und ein wunderbares Gefühl, ihr noch etwas Gutes tun zu können. Vier Tage später ist Margret zurück in ihrem Zuhause friedlich eingeschlafen.

Das war wohl mit der zündende Moment, der mir bewusst gemacht hat, wie schön es sein kann, einen sterbenden Menschen ein Stück weit zu begleiten und sogar einen letzten Wunsch zu erfüllen. Jeder sollte diese Möglichkeit haben und nicht alleine von dieser Erde gehen.

Dass ich zum Förderverein Hospiz Köln-Porz kam, war wieder eine Fügung. Eigentlich wollte ich mich als Mülheimer Mädchen dem dortigen Verein anschließen. Gespräche hatten schon stattgefunden. Leider waren die angebotenen Zeiten für den Befähigungskurs nicht kompatibel mit meiner Arbeitszeit. So bekam ich das Angebot, nach Köln-Porz zu wechseln.

Genau der richtige Weg! Denn dort ist mir eine so großartige menschliche Wärme und Empathie begegnet, die mich noch mehr in meinem Vorhaben bestärkt hat.

In Ursula Klinkhammer und Beate Anton habe ich zwei Koordinatorinnen kennengelernt, die dem gesamten Befähigungskurs mit einer außerordentlich hohen fachlichen Qualifikation und der nötigen Empathie ihr geballtes Wissen den völlig unterschiedlichen Teilnehmer/-innen unserer kleinen Gruppe vermittelt haben.

Und was „unsere“ Gruppe angeht - auch hier hatte die zuvor benannte Fügung ihre Hände im Spiel. Ein Team der unterschiedlichsten Persönlichkeiten. Jeder mit seiner eigenen Geschichte, seinem Rucksack im Gepäck und dennoch stets mit sehr viel Wertschätzung und Respekt den anderen gegenüber. Und vor allen Dingen mit demselben Werteverständnis. Also rundherum TT - eine tolle Truppe!

Jetzt freue ich mich auf einen möglichen ersten Einsatz und bin sehr gespannt, ob ich das, was ich im Befähigungskurs gelernt habe, auch richtig anwenden kann.

Ängste und Vorbehalte habe ich nicht. Da ist eine gewisse Aufregung ob dem, was mich erwarten wird. Letztendlich - es wird sich alles fügen.

Anita Jatrakos, 62 Jahre

*Das Leichte ist richtig.  
Beginne richtig und es ist leicht.  
Fahre leicht fort und es ist richtig.  
Der richtige Weg, das Leichte zu finden,  
ist den richtigen Weg zu vergessen.  
Und zu vergessen, dass er leicht ist.*

*Tschuang Tse*



## Porzer Infotag: „Bis zum letzten Moment mitten im Leben“

Es war die erste Veranstaltung ihrer Art, die der Runde Tisch Seniorenarbeit unter Leitung von Brunni Beth gemeinsam mit seinen Netzwerkpartnern zu dem Thema ausrichtete, welche Angebote in Porz für die letzten Lebensjahre zur Verfügung stehen. Bereits der stellvertretende Bürgermeister Lutz Tempel wies in seiner Begrüßungsrede auf die Notwendigkeit hin, Rahmenbedingungen zu schaffen, damit der Wunsch der meisten Menschen, zu Hause zu sterben, auch verwirklicht werden könne.



In vier Impulsvorträgen gab es Informationen dazu, welche Möglichkeiten der ambulanten und stationären Versorgung es gibt und wie diese durch zusätzliche Angebote wie muttersprachlicher Unterstützung, Hilfe für Demenzkranke etc. abgerundet werden können. Im Foyer des Rathaussaals gaben die Partner des Netzwerkes Auskunft über ihre individuellen Angebote. Für das leibliche Wohl sorgte die von den Johannitern organisierte Waffelbäckerei.

Im Anschluss an die Vorträge stellten sich die Referenten den Fragen der Besucher. Dabei wurde kritisch hinterfragt, ob die bestehenden Angebote auch den Bedarf decken würden. Lutz Tempel und auch Brunni Beth versprachen, sich hier weiterhin bei Stadtverwaltung und Politik für Verbesserungen einzusetzen. Denn wenn auch der Bedarf über das gesamte Stadtgebiet verteilt als derzeit ausreichend betrachtet werden kann, ist die Nachfrage im Rechtsrheinischen höher als das Angebot. Ursächlich hierfür ist die ungleiche Verteilung der stationären Angebote auf



dem Stadtgebiet. Von den drei Hospizen, die es in Köln gibt, liegt nur eines im Rechtsrheinischen. Gleiches gilt für die vier Palliativstationen, von denen sich ebenfalls nur eine auf der rechten Rheinseite befindet. Aus den Reihen der Zuschauer wurde auch der Unmut geäußert, dass oftmals von Seiten der behandelnden Ärzte keine ausreichenden Informationen über die Vielzahl der Angebote erteilt würden. Insgesamt wurde der Nachmittag als große Bereicherung empfunden. So wurde einerseits dem Informationsbedarf über die Angebote in Porz Rechnung getragen. Zum anderen zeigten sich auch die in Porz agierenden Netzwerkpartner erfreut darüber, dass die Kontakte untereinander intensiviert werden konnten.

Auch für 2023 ist geplant, die Veranstaltungsreihe fortzusetzen. Wir werden hierüber rechtzeitig in der Presse berichten.

## Wir sagen Dankeschön!

Allen großen und kleinen Spendern, die sich 2022 wieder in besonderer Weise für unseren Förderverein engagiert haben.

Stellvertretend gilt unser Dank den Teilnehmern unserer Benefizveranstaltung „Ovend unger Fründe“ und der KG Fidele Elsdorfer,

die in ihrer Jubiläumssession in limitierter Auflage einen Pin aufgelegt hat, dessen Erlös dem Förderverein Hospiz Köln-Porz e.V. zugute kommt.

Der Pin kann noch bis zum Sessionsende für 5 € bei den Mitgliedern der KG erworben werden.

Vergessen möchten wir auch nicht die Teilnehmer des Hospizbasars, der nach 2-jähriger Coronapause wieder stattfinden konnte. Stellvertretend danken wir Anne Peters, die dort ihre selbstgestrickten Socken verkaufte und den Erlös dem Förderverein spendete.



### Impressum:

Herausgeber: Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.  
V.i.s.d.P: Helene Gras-Nicknig, Vorsitzende  
Am Leuschhof 25 · 51145 Köln · Tel.: 02203-2039963 · Fax: 02203-2039964  
info@hospiz-koeln-porz.de · www.hospiz-koeln-porz.de

Foto: Archiv des Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V., Helene Gras-Nicknig, Barbara Berghausen, Rainer Czakalla, Harald Zambrock

Gestaltung und Produktion: Berghausen Grafik & Design · berghausen@gmx.de · Auflage: 1.000 Stück

### Förderverein

Hospiz Köln-Porz ist Mitglied im:

- Hospiz- und Palliativ Arbeitskreis Köln
- Hospiz- und Palliativ Verband NRW e.V.
- Deutscher Hospiz- und Palliativverband e.V.
- Caritasverband der Stadt Köln