Hospiz Zeit Schrift

03 | 2025

Waldwege
Lebenswege
Abschiedswege

HOSPIZVEREIN
Hildesheim und Umgebung e.V.
LEBEN IM STERBEN

Leben im Sterben – Hospizverein Hildesheim und Umgebung e.V.
Bei St. Georgen 8 | 31134 Hildesheim
Tel. 05121 697 2424 | Mobil-Tel. 0175 713 79 64 (in dringenden Fällen)
E-Mail: hospizverein-hildesheim@gmx.de
www.hospizverein-hildesheim.de
hospizverein_hildesheim

Vorstand:
Christiane Temme – 1. Vorsitzende
Sabine Algermissen – 2. Vorsitzende
Carolin Brandhoff – Schatzmeisterin
Birgit Krämer – Schriftführerin
Brigitte Bonhaus – Beisitzerin
Rita Hubertz – Beisitzerin
Ruth Wolff-Künzel – Beisitzerin

Koordinatorinnen:
Antje Wilschnack , Daniela Braun

Termine jederzeit nach Absprache

Sprechstunden für Patientinnen und Patienten, An- und Zugehörige im St. Bernward Krankenhaus (Station F4): Dienstag & Freitag 15 –16 Uhr

Oktober 2025

HOSPIZVEREIN
Hildesheim und Umgebung e.V.
LEBEN IM STERBEN

Mitglied im Hospiz- und PalliativVerband Niedersachsen e.V.

EDITORIAL

6 | Einblick

Vorstand
Koordination
Supervision
Bestattungskultur
Trauerbegleitung
Wir erinnern an …
Kinder- und Jugendbegleitung

22 | Rückblick

Veranstaltungen und Begegnungen
im letzten Jahr

24 | Ausblick

kommende Veranstaltungen
in der nächsten Zeit

ZU GUTER LETZT
IMPRESSUM

ZWISCHEN LICHT UND SCHATTEN

Hier wo Licht und Schatten ringen
mag das Herz zur Ruhe finden
in der Stille tief und rein
spürt die Seele sich daheim

Nebelschleier zart gewebt
wo sich leises Glück erhebt
sanfte Freude weit und breit
in der Waldes Einsamkeit

Hier wo Licht und Schatten ringen
mag das Herz zur Ruhe finden
in des Waldes sanften Schoß
löst sich Zeit
wird grenzenlos

Lichtschattenpoet
Michael Schmidt

„Es ist eine Ferne, die war,
von der wir kommen.

Es ist eine Ferne, die sein wird,
zu der wir gehen.“

Johann Wolfgang von Goethe

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

für die meisten von uns hat die Natur eine ganz besondere Anziehungskraft.
Ruhe zu finden, wieder zu sich zu finden und unserer lauten, derzeit kriegerischen Welt zu entfliehen, sind oftmals die Impulse, nach draußen in die Natur zu gehen.

Der Wald im Besonderen ist ein Ort voller Geheimnisse, Schönheit und Stille.
Er lädt uns ein, sich in seiner tiefen, grünen Welt zu verlieren, die Seele baumeln zu lassen, aufzutanken und unseren Gedanken nachzugehen.
Seit jeher spricht der Wald in unzähligen Bildern zu uns und macht den ewigen Kreislauf aus Werden und Vergehen gleichzeitig sichtbar.

Für uns Gelegenheit und Anliegen, Ihnen in der dritten Ausgabe unserer HospizZeitSchrift den Wald noch auf andere Weise näher zu bringen: Einblicke in die Bestattungskultur sowie die eindrucksvollen Fotos des Fotografen Michael Schmidt nehmen Sie mit in einen Wald der hohen Bäume und der moosbedeckten Wege.

Zudem gibt es wieder viel Neues von unserer Arbeit zu berichten, u. a. aus Koordination und Vorstand, aus den Erfahrungsberichten unserer Ehrenamtlichen in Trauerarbeit und Begleitungen sowie aus Einblicken in die Arbeit unserer Supervisorin Regina Erdelkamp.
Unser Rückblick hält auch in diesem Jahr wieder viele schöne Momentaufnahmen und Erinnerungen unserer Veranstaltungen parat.
Mit Vorfreude blicken wir auf das nächste Jahr und hoffen, Ihnen mit unserem Ausblick auf die kommenden Veranstaltungen Gelegenheit zu geben, uns besser kennenzulernen.
Sprechen Sie uns gerne an!

Wir wünschen Ihnen eine informative und bewegende Lektüre!

Herzliche Grüße
Ihr Redaktionsteam

Neues aus dem Vorstand

Ein gelungener Abschluss des Jahres 2024 war sicherlich die Teilnahme unseres Vereins am Weihnachtsmarkt. An den Adventssonntagen konnten wir am Stand der Schulen in der Hildesheimer Innenstadt Selbstgebackenes, Selbstgestricktes und Selbstgebasteltes verkaufen, viele gute Gespräche mit Interessierten führen und unseren Verein dabei vorstellen. Die Verkäufe und Spendengelder betrugen stolze 1.720 Euro und wurden dem Regenbogenverein für krebskranke Kinder gespendet. An dieser Stelle ganz herzlichen Dank allen fleißigen Helfer:innen, Bäckerinnen und Bastlerinnen sowie den Ideengebenden, ohne die wir diesen Erfolg nicht gehabt hätten. Eine Wiederholung in diesem Jahr ist geplant.

2025

Einen Monat später begrüßten wir gemeinsam das Jahr 2025 im Gasthaus Brockenblick und dabei wurden die neuen Ehrenamtlichen willkommen geheißen. Ende Februar verabschiedeten wir im Hotel Van der Valk unsere Koordinatorin Dagmar Drebing nach zwölf Jahren in den wohlverdienten Ruhestand.

Im März nahmen wir am Informationstag „Gut älter werden in Hildesheim“ in der Arnecken-Galerie teil. Wir kamen mit vielen Interessierten zu Fragen rund um das Thema Sterben, Leben und letzte Wünsche ins Gespräch.

Die Arbeitsgruppe Öffentlichkeitsarbeit traf sich erstmals im April, um Ideen für die Gestaltung unseres neuen Flyers zu sammeln. Mittlerweile ist das Flyer-Projekt erfolgreich abgeschlossen und als nächstes wird unsere Homepage überarbeitet.

Bei bestem Wetter, leckerem Essen und gekühlten Getränken konnten wir im Juli unser Sommertreffen genießen.

Anlässlich des Welthospiztages wird es am 10. Oktober 2025 wieder einen gemeinsamen Kinoabend mit dem Verein „Geborgen bis zuletzt“ geben.

Im Vorstandsteam hat es Veränderung gegeben: Frau Carolin Brandhoff ist unsere neue Schatzmeisterin und wir alle begrüßen sie ganz herzlich.

Außerdem überarbeitet die AG Satzung die Satzung des Vereins. Ein Ziel ist, dass in Zukunft beide Vorsitzenden gleichberechtigt agieren können.

Da unser Verein im nächsten Jahr 35-jähriges Bestehen feiert, planen wir verschiedene Aktionen, die sich durch das Jahr ziehen. Die Auftaktveranstaltung wird im Februar stattfinden.

Wir sind stolz auf das Erreichte und freuen uns auf neue spannende Projekte im kommenden Jahr.

In diesem Sinne grüße ich Sie herzlich,

Sabine Algermissen
2. Vorsitzende

Der diesjährige Ehrenamtspreis des Stifterehepaares Astrid und Dr. Hans-Peter Geyer wurde an die beiden ambulanten Hospizdienste in Hildesheim vergeben. Beide Vereine erhielten den Preis in Höhe von 1.000 Euro pro Verein.
Alle sind stolz darauf, diesen Preis erhalten zu haben – die eigene Arbeit gewürdigt zu wissen, ist ein gutes Gefühl.

Durch eine enge Freundin, die seit vielen Jahren im Hospizverein Hildesheim und Umgebung e. V. ehrenamtlich in der Sterbe- und Trauerbegleitung sowie im Vorstand tätig ist, bin ich auf die Hospizarbeit aufmerksam geworden.

Zunächst übernahm ich Büroarbeiten für den Verein, die ich mit großer Freude ausführe. Als die amtierende Schatzmeisterin aus persönlichen Gründen zurücktrat, wurde ich eingeladen, für das Amt bei der Mitgliederversammlung zu kandidieren. Aufgrund meiner Erfahrung im Controlling fühlte ich mich dieser Aufgabe gewachsen. Nach meiner Wahl wurden alle erforderlichen Vollmachten beantragt und rechtlich geregelt.

In meiner neuen Rolle als Schatzmeisterin engagiere ich mich aktiv für den Verein. Es ist für mich bereichernd, die Arbeit der Ehrenamtlichen zu unterstützen und Teil einer Gemeinschaft zu sein, die Schwerstkranke und ihre Angehörigen begleitet.

Carolin Brandhoff
Schatzmeisterin

EINBLICK

… in die Arbeit der Koordination

In diesem Jahr standen für uns verschiedene neue Projekte an. **Zunächst eröffnete das Michaelis Hospiz im März dieses Jahres, mit dem wir einen Kooperationsvertrag abgeschlossen haben.** Eine Zusammenarbeit ist uns auf dieser Ebene sehr wichtig, damit der Hospizgedanke und somit auch unsere Arbeit weitergetragen und auch gelebt werden. Die ehrenamtlich Mitarbeitenden, die im Hospiz eingesetzt werden, haben im Vorfeld einen Vorbereitungskurs bei uns absolviert und können im ambulanten Bereich sowie im Hospiz tätig werden. Wir sind im ständigen Austausch miteinander.
Ebenso war es uns ein Anliegen, unseren Flyer moderner zu gestalten. Ein Flyer für alle Generationen, mit Bildern, auf denen unsere ehrenamtlich Mitarbeitenden zu sehen sind – Menschen wie du und ich. Unsere Angebote klar formuliert, freundlich und ansprechend. Dementsprechend wird auch unsere Homepage angepasst und noch in diesem Jahr in neuem Gewand erscheinen.
Herr Dr. Geyer, der gemeinsam mit seiner Frau 2015 eine Stiftung ins Leben gerufen hat, die soziale Zwecke und die Bildung unterstützt sowie das Ehrenamt stärkt, meldete sich im April bei uns, um uns mitzuteilen, dass unser Verein für den **Hildesheimer Ehrenamtspreis** nominiert wurde. **Nach einem Gespräch mit dem Ehepaar Geyer bekamen wir den Preis am 14.05.2025 feierlich im Rathaus im Beisein des Oberbürgermeisters überreicht.** Dieser Preis war mit 1000 Euro dotiert. Ein Teil des Preisgeldes wurde für die Verköstigung unserer ehrenamtlich Mitarbeitenden anlässlich unseres Sommertreffens verwendet und ein weiterer Betrag, für das Dozentinnenhonorar der Weiterbildung „Sexualität – ein Thema der hospizlichen Begleitung?“, welche am 20.09.2025 für die ehrenamtlich Mitarbeitenden angeboten wird.
Auch in diesem Jahr hat ein neuer Vorbereitungskurs mit 13 engagierten Menschen begonnen. Wir sind wie immer sehr beeindruckt, dass sich eine solche Vielfalt verschiedenster Charaktere zu einer wunderbaren Einheit zusammenfügt und jeder bereit ist, etwas zu geben und kostbare Zeit zu verschenken. Der Zusammenhalt und die Offenheit, mit der die Gruppe schon vom ersten Treffen an ins Gespräch gekommen ist, findet unseren größten Respekt.

Daniela Braun
Koordinatorin

Von der Motivation zur Supervision

„…Ich könnte das nicht, warum tust du dir das an…?“

Eine Frage, die „wir Hospizler“ sicherlich öfter hören, wenn wir von unserem Ehrenamt sprechen. Wenn ich nur mit einem Satz antworten dürfte, wäre es der von Friedrich Dürrenmatt: *„Die Beschäftigung mit dem Sterben und dem Tod ist die Wurzel der Kultur.“* Dürrenmatt hat es gut ausgedrückt: Hospizliches Engagement ist auch eine gesellschaftspolitische Aufgabe, es setzt dem zunehmend aggressiven Ton in Gesellschaft und Politik Toleranz, Anteilnahme und Wertschätzung entgegen.

Seit 25 Jahren engagiere ich mich in der Hospizarbeit. Seit 10 Jahren arbeite ich im Hospizverein Hildesheim in der Ausbildung der Ehrenamtlichen und als Supervisorin.
Ich erinnere mich noch gut an meine Ausbildung vor 25 Jahren und daran, wie positiv überrascht ich von der fröhlichen und lebensbejahenden Atmosphäre war. Teilnehmer:innen, die einander zuhörten, sich ausreden ließen, Gedanken und Gefühle äußerten, die nicht sofort bewertet wurden. Da fiel es mir erst auf, was ich oft im täglichen Miteinander höre: *„Du solltest doch endlich...“, „Da müsstest du jetzt aber…“* oder *„Immer bist du so...“.* Das Beeindruckende für mich war das: *„Ich bin richtig wie ich bin, werde geschätzt und geachtet“.*
Ich habe am eigenen Leib gespürt, wie wohltuend und leicht es sich anfühlt, wenn ich freundlich angeschaut werde und Resonanz bekomme. Und: Dass es mir dann auch leichtfällt, mein Gegenüber wertschätzend anzusehen.

Es gibt einen alten Schlager: *„Bei mir bist du schön“*
„…auch wenn du Augen hast wie ein Kater und wenn du hinkst, sage ich dir: Bei mir bist du schön.“
Wir gestehen uns und dem anderen ein Recht auf Irrtum, Mängel und Anderssein zu. Das ist sicherlich auch der Grund, dass es in so gut wie allen Begleitungen gelingt, Kontakt zueinander zu finden, Vertrauen aufzubauen.
Wir ermutigen die Ehrenamtlichen, die zu uns kommen, ihre Fähigkeiten und Begabungen wahrzunehmen und sie zu zeigen.
Bestärkungskurse könnte man die Vorbereitungskurse auch nennen. Vor 25 Jahren habe ich eine solche Bestärkung erfahren. Auch wenn sich die Methoden geändert haben und neue Themen hinzugekommen sind; der „Basso continuo“ des Kurses ist gleichgeblieben: *Unser Ehrenamt – ein Lehr- und Lernort für Toleranz.*

In den Begleitungen Sterbender lernen wir viel über uns selbst, über unsere Motive, auch über unsere Grenzen. Es ist wichtig, einen Ort des Austausches zu haben, wie es in den regelmäßigen Supervisionen möglich ist. Das Wort Supervision kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie „von oben betrachten.“
In der Supervision werden das eigene Handeln und die Situation mit Hilfe einer Supervisorin oder eines Supervisors und einer Gruppe, die den „Blick von außen“ mitbringt, reflektiert.
Es kann um Fragen gehen wie: „Wie kann ich Kontakt zu einem Kranken herstellen, der nicht ansprechbar ist?“, „Wie kann ich ein Ritual für mich finden nach dem Tod eines Kranken?“
Manchmal ist es auch eine Wortmeldung: „Ich habe eine Situation erlebt, die ich nicht einordnen kann, bitte hört mir zu.“

Die Beschäftigung mit dem Sterben und dem Tod ist die Wurzel der Kultur.

Friedrich Dürrenmatt

Nach der Schilderung der Umstände hört die Person, die den Fall einbrachte, der Gruppe zu.
Es ist jedes Mal spannend, wie unterschiedlich die Sichtweisen sind, wie viele Facetten aufblitzen, wie viele Möglichkeiten des Umgangs mit bestimmten Situationen die Gruppenmitglieder finden. Die fragende Person sagt im Anschluss, ob sie eine Anregung bekommen hat und sich vielleicht auch ermuntert fühlt, eine neue Verhaltensweise auszuprobieren.
Wichtig ist, dass keine Lösungen vorgegeben werden. Das Potential der Supervisionsabende ist, neue Sichtweisen auf eingefahrene Routinen zu eröffnen, den Blick für die eigene Position und die des anderen zu erweitern und so Veränderungsprozesse anzustoßen. Ich erlebe es an den Abenden als sehr bereichernd, „über den eigenen Tellerrand zu schauen", meinen Horizont zu erweitern.
Zu Beginn habe ich Dürrenmatt zitiert und ja, wir merken, dass unser Ehrenamt etwas bewegt, das über uns hinausgeht, wichtige Zeichen des Mitgefühls setzt.

Unser Dienst lebt durch jeden Einzelnen von uns, jeder von uns bringt etwas Unverwechselbares mit. Wir können unser Licht unter den Scheffel stellen, doch: Wem ist damit gedient?
Das Leben ist wie eine Wunderkerze, die Funken sprüht und über uns hinaus strahlt. Versuchen wir, soviel zu funkeln und zu strahlen, wie es uns möglich ist, dann machen es andere auch. Und: Wenn irgendwann mein Pulver erloschen ist, dann könnte dieser eine Funken woanders ein Feuer ausgelöst haben, was es vielleicht nie gegeben hätte. Dann habe ich etwas empfangen und zu etwas beigetragen, das größer ist als ich.
So könnte es sein, so möge es sein, darauf hoffe und vertraue ich.

| Regina Erdelkamp, Supervisorin beim Hospizverein Hildesheim und Umgebung e.V.

ZUR PERSON

Seit vielen Jahren begleitet Regina Erdelkamp den Hospizverein Hildesheim und Umgebung als Fachreferentin und Supervisorin. In ihrer Praxis für Coaching, Psychotherapie und Mediation widmet sie sich der achtsamen Begleitung von Menschen – mit Offenheit, Empathie und Vertrauen in deren individuelle Wege.

Weitere Infos:
www.regina-erdelkamp.de

EINBLICK

Im Gespräch mit dem Bestatter Jens Büchner

Heute möchten wir Ihnen einen besonderen Einblick in einen Beruf geben, der oft im Stillen und mit viel Einfühlungsvermögen ausgeübt wird – den eines Bestatters.

Als Hospizverein liegen uns die Würde und der respektvolle Abschied am Herzen, und wir möchten die Gelegenheit nutzen, mehr über die Menschen zu erfahren, die diesen sensiblen Dienst Tag für Tag mit Herz ausüben. Im folgenden Interview berichtet unser Gesprächspartner, Jens Büchner, aus erster Hand über seine Arbeit, die Herausforderungen und die tiefen Momente des Abschieds.

Wir hoffen, dass Sie beim Lesen einen wertvollen Einblick gewinnen und vielleicht auch ein neues Verständnis für diesen wichtigen Beruf entwickeln.

Herr Büchner, wie lange üben Sie Ihren Beruf bereits aus?
1995 bin ich in den Betrieb meines Schwiegervaters eingestiegen. Der Bestattungsbereich wurde bis dahin bereits von meiner Frau Andrea geleitet. Sie ist Floristin und Bestatterin. Ende des Jahres 1998 ging mein Schwiegervater in den Ruhestand und ich übernahm den Betrieb. 2011 entschieden wir uns für den Verkauf der Tischlerei und widmeten uns ausschließlich den Bestattungen. 2013 legte ich die Prüfung zum Bestattungsmeister ab.

Was hat Sie ursprünglich dazu bewogen, Bestatter zu werden?
Ich bin einfach so hineingerutscht, habe meine Frau kennengelernt und damit auch die Tischlerei meines Schwiegervaters. Dort habe ich immer mal mitgeholfen, das hat mir gefallen. Und so nahm alles seinen Lauf.

Wie sieht ein typischer Arbeitstag bei Ihnen aus?
Hauptsächlich natürlich Gespräche mit Angehörigen, Überführungen, Versorgungen und Einbettungen von Verstorbenen. Ebenso Beratungen über Vorsorgemöglichkeiten, zum Beispiel Informationen zu Treuhandkonten, Patientenverfügungen, Testament usw. Notwendiges frühzeitig zu regeln, ist entlastend für Angehörige in späteren Situationen.

Welche Herausforderungen begegnen Ihnen in Ihrem Beruf am häufigsten?
Tag und Nacht erreichbar zu sein, die 24-Stunden-Hotline, das ist schon sehr herausfordernd. Es ist auch ein großer Anspruch für mich, die Menschen in ihren schweren Situationen genau dort abzuholen, wo sie gerade sind und dabei immer ehrlich und echt, also authentisch zu sein. Jeder trauert anders und für jeden die richtige Ansprache zu finden, ist mein Ziel.

Gibt es einen Trend zu bestimmten Arten von Bestattungen, wie zum Beispiel Ruhwald oder Seebestattungen?
Feuerbestattungen sind häufig gewünscht, immer häufiger auch

Baumbestattungen auf Friedhöfen. Diese sind bei uns in der Stadt und auch im Landkreis möglich. Ruh- oder Friedwald ist ebenso ein häufiger Wunsch, Seebestattungen werden seltener angefragt. Die Erdbestattung ist etwas rückläufiger. Eine recht neue und schöne Alternative ist der „Tree of Life". Diese Möglichkeit wird von uns exklusiv angeboten. Der Baum des Lebens wird in der Anzuchtzeit in der Baumschule mit der Asche des Verstorbenen gedüngt. Die Asche wird dazu mit einem speziellen Vital-Erde-Substrat vermischt und so wächst die Pflanze heran. Nach circa sechs Monaten ist der Baum pflanzfertig, wird mit entsprechender Urkunde übergeben und kann an einem Ort der Wahl, zum Beispiel auf dem eigenen Grundstück, gepflanzt werden.

Wie haben sich die Wünsche und Erwartungen der Angehörigen im Laufe der Jahre verändert?

Die Trauerfeiern werden in vielen Fällen etwas freundlicher und bunter gestaltet. Beispielsweise mit eigenen Musikwünschen oder persönlichen Gegenständen inmitten der Blumendekorationen. Durch die Maßnahmen der Corona-Zeit werden auch jetzt noch Bestattungen gerne außerhalb der Kapellen gefeiert. Das Gefühl, den Verstorbenen in freier Natur zu gedenken, empfinden viele Angehörige als wohltuend.

Welche Bedeutung hat die individuelle Gestaltung einer Bestattung für die Angehörigen?

Es gilt nicht für alle, doch etliche Angehörige wünschen sich viel Persönliches. Nicht nur in der Dekoration und Musikauswahl, sondern auch in der Trauerrede. Nochmal beschreiben, was den Verstorbenen ausgemacht hat, auch ruhig mal mit kleinen Anekdoten, wird häufig gewünscht.

Wie gehen Sie mit emotional belastenden Situationen um, besonders bei schweren Verlusten?

Mitfühlend zu sein, ist mir sehr wichtig. Mein Schwiegervater hat mir mit auf den Weg gegeben: „Alles, was die Geschichte des Verstorbenen ist, kommt mit in den Sarg. Und dann wird der Deckel geschlossen." Also: Mitfühlen ja, Mitleiden nein.

Welche neuen Trends oder Innovationen beobachten Sie in der Bestattungsbranche?

Zu den neueren Trends gehörend und noch in der Versuchsphase ist die Reerdigung, die den Körper des Verstorbenen im Schnellverfahren zersetzt. Als Endprodukt dieses Prozesses entsteht Humus – fruchtbare Erde. Auch die Weltraumbestattung wird nachgefragt. Immer wichtiger ist außerdem Erinnerungsschmuck geworden, zum Beispiel mit Fingerabdruck oder

auch die Diamantenherstellung aus der Asche des Verstorbenen.

Wie wird die Umweltverträglichkeit bei Bestattungen berücksichtigt? Gibt es beispielsweise umweltfreundliche Alternativen?
Natürlich geht alles nach Vorschrift. Urnen sind biologisch abbaubar und Krematorien arbeiten mit modernster Technologie, der Verbrauch des Gases wird kontrolliert und so die Umweltbelastung gering gehalten.

Was ist das schönste Erlebnis, was Sie in Ihrer Laufbahn als Bestatter bisher hatten?
Das Schönste ist immer, wenn es gelingt, das gelebte Leben des Verstorbenen in der Trauerfeier für die Hinterbliebenen sichtbar werden zu lassen.

Was würden Sie sich für die Zukunft der Bestattungsbranche wünschen?
Ich würde mir wünschen, dass Städte und Gemeinden bei der Friedhofsgestaltung innovativer werden. Friedhöfe müssen besucherfreundlicher werden. Auch Menschen mit eingeschränkter Mobilität sollten gut begehbare Wege vorfinden. Auch ist das Interesse an herkömmlichen Grabstätten nicht mehr so groß. Ich denke, Gespräche zwischen Städten, Gemeinden und Bestattern würden helfen, verändernde Trends sichtbar zu machen und durch Gestaltung der Friedhöfe darauf zu reagieren. Es werden Entscheidungen getroffen von Personen, die eigentlich mit der Sache nichts zu tun haben. Mehr Offenheit durch Gespräche mit Verantwortlichen wäre etwas, das ich mir wünschen würde. Ein Friedhof als Ort der Begegnung und des Verweilens. Moderne Friedhöfe sollten mehr sein als reine Ruhestätten – sie können Orte der Inspiration und des Zusammenkommens sein. Durch die Anlage von ansprechend gestalteten Friedhofsgärten mit Bänken, Wildblumenwiesen, Insektenhotels und Vogelhäusern entsteht ein lebendiger Ort, an dem sich Menschen gerne aufhalten. Solche gepflegten und naturnahen Anlagen fördern die Verbindung zur Natur und bieten Raum für Ruhe, Reflexion und gemeinsames Gedenken.

| Sabine A.

Sollte es gewünscht sein, kümmert sich Andrea Büchner persönlich mit sehr viel Liebe zum Detail und großem Einfühlungsvermögen um die Trauerfloristik.

Reerdigung: Eine nachhaltige Alternative zur traditionellen Bestattung

Die Reerdigung ist ein innovatives Bestattungsverfahren, das den natürlichen Verwesungsprozess auf respektvolle und umweltfreundliche Weise unterstützt. Bei diesem Verfahren wird der Körper der verstorbenen Person in einem sargähnlichen Behältnis, das beispielsweise mit Schnittgut wie Stroh, Heu oder Blumen ausgelegt ist, auf den Weg der Rückführung in die Natur geschickt. Dieses Behältnis bleibt für eine Dauer von 40 Tagen verschlossen, sodass optimale Bedingungen für die biologische Transformation geschaffen werden.

Während dieser Zeit bauen natürliche Mikroorganismen das organische Material ab, wodurch der Körper allmählich in nährstoffreiche Erde umgewandelt wird. Die verbliebenen Knochen werden anschließend zermahlen und als mineralischer Bestandteil in die Erde integriert. Das Resultat ist eine fruchtbare Erde, die auf einem Friedhof eingebracht werden kann und ihre Nährstoffe an die umliegenden Pflanzen abgibt. So trägt die Reerdigung aktiv zur ökologischen Kreislaufwirtschaft bei und unterstützt die nachhaltige Gestaltung von Friedhöfen.

Im Jahr 2022 hat Schleswig-Holstein als erstes Bundesland die Reerdigung legalisiert. In Kooperation mit innovativen Behörden, Gesetzgebenden, Bestatter:innen, Friedhofsverwaltungen und weiteren Partner:innen bietet das Unternehmen „Meine Erde“ als europaweit erster Anbieter dieses Verfahren an. Möglich ist die Beisetzung der Erde bereits auf Friedhöfen in Mecklenburg-Vorpommern und Hamburg.

Ziel ist es, die Reerdigung schrittweise für alle Menschen in Deutschland zugänglich zu machen und somit eine umweltfreundliche Alternative zur klassischen Urnen- oder Sargbestattung anzubieten.

WAS IST WAS?

Ruhwald/Friedwald | Bestattungen nur unter Bäumen.

Ruheforst | Ruhebiotope geben zusätzliche Möglichkeiten, Bestattungen können auch unter Sträuchern und Steinen vorgenommen werden.

Baumbestattungen | Bestattungen können auch auf städtischen Friedhöfen stattfinden. Hier bei uns in Hildesheim ist das in der Stadt sowie im Landkreis möglich.

Mit kleinen Schritten zurück ins Leben

„Ich bin stolz auf mich, auf das was ich erreicht habe." Sehr leise und etwas zögernd kommen die Worte von Susanne, die vor ihrer Lebenslinie steht, die in Form einer Schnur vor ihr auf dem Boden liegt.

Vor einigen Monaten hatte Susanne um eine Trauerbegleitung gebeten, nachdem ihr Mann gestorben war. Sie war damals mehr dem Tod als dem Leben zugewandt gewesen.

Susanne schaut auf die Stationen ihrer Lebenslinie: die Diagnose, die Chemotherapie, die Reha und den Tod und den Wunsch, auch lieber tot zu sein.

Dann der Schritt, der nicht leicht war: Sich Hilfe holen.

Erste Gespräche, viele leidvolle Erinnerungen, Tränen und immer wieder die Arbeit an der Selbstfürsorge: das Füllen eines Notfallkoffers, Blumen für sich selbst kaufen, sich das Kleid aus dem Schaufenster selber schenken, alleine in den Urlaub fahren, das Trauerfrühstück besuchen.

Susanne ist auf ihrem Trauerweg inzwischen eine ganze Strecke weit gegangen. Über die Phase des Überlebens und die Akzeptanz des Verlustes ist es ihr gelungen, ihre oft schmerzlichen Gefühle wahrzunehmen und zu bearbeiten. Sie konnte ihre Ressourcen aktivieren und sich

Alle unsere Angebote enden in der Regel mit einem Gedicht oder einer kleinen Geschichte, wie der folgenden:

Die Flut hatte in der Nacht tausende von Seesternen an den Strand gespült. Ich sah einen Jungen im Sand knien, der einen Seestern nach dem anderen aufsammelte, um ihn dann ins Meer zurückzuwerfen. Nachdem ich dem Jungen eine Zeitlang zugeschaut hatte, fragte ich ihn, was er da tue. Der Junge richtete sich auf und antwortete: „Ich werfe Seesterne ins Meer zurück. Es ist Ebbe und die Sonne brennt herunter. Wenn ich das nicht tue, dann sterben sie." Ich schaute verwundert, um dem Jungen dann klarzumachen, dass seine Aktivität sinnlos war, und antwortete: „Der Strand ist viele Kilometer lang. Überall liegen Seesterne herum. Du kannst sie unmöglich alle retten, das hat doch keinen Sinn."
Der Junge hörte höflich zu, bückte sich, nahm einen weiteren Seestern, warf ihn ins Meer zurück, lächelte und sagte: „Aber für diesen hat es einen Sinn."

Loren Eiseley, *The Star Thrower*

an die Welt ohne ihren Mann anpassen und sich damit dem Leben wieder öffnen. Es ist ihr gelungen, wieder einen Sinn in ihrem Leben zu finden und Lebenswille und Lebensfreude zu entwickeln. Sie hat auch eine neue Verbindung zu ihrem verstorbenen Mann finden können. Susanne kann stolz auf sich sein.

Neben Begleitungen für Einzelpersonen und Familien bieten wir einmal monatlich ein Trauerfrühstück an. Zum Herbst wird es einen Gesprächskreis geben.

| Ruth

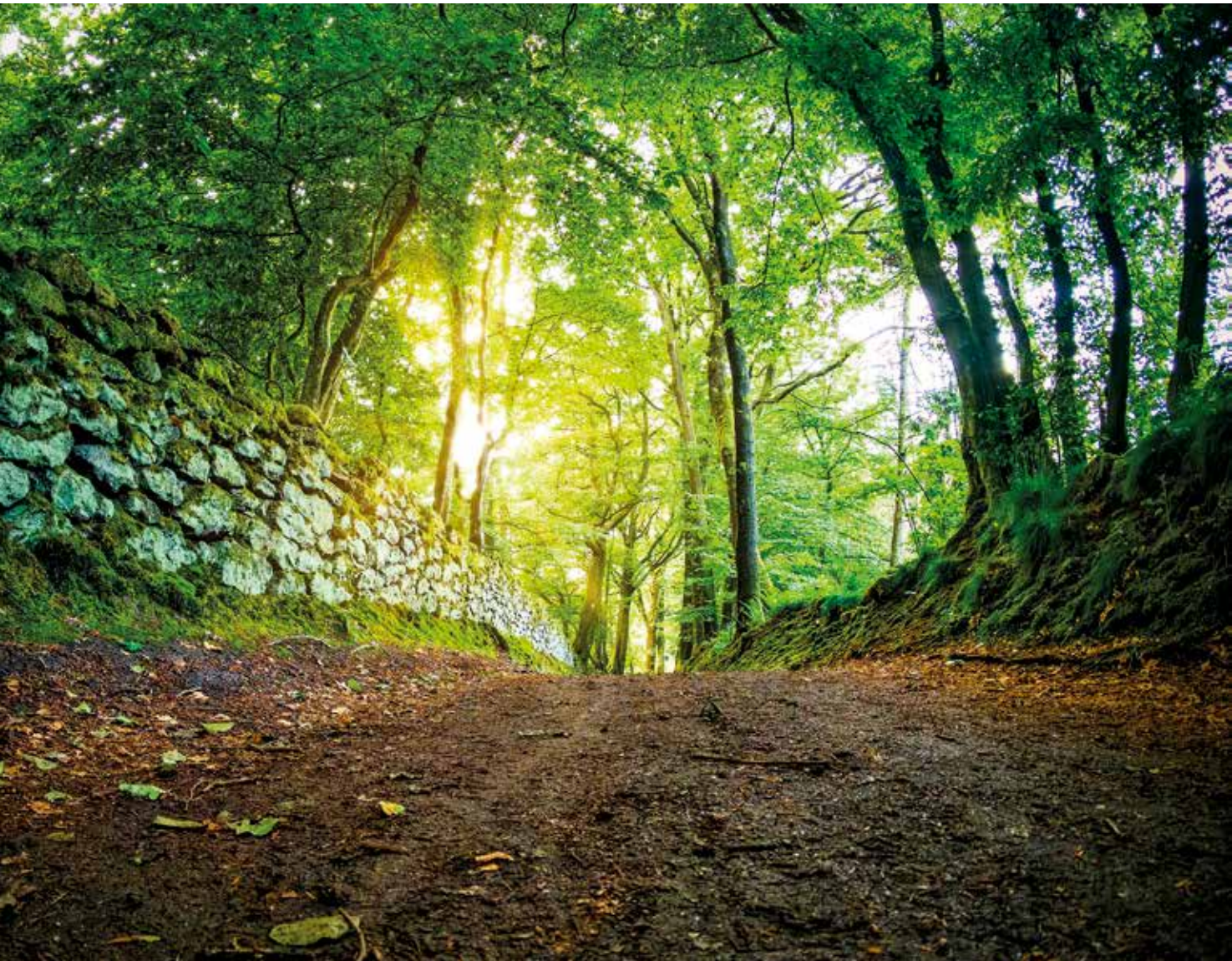
Sabine A.
Nora
Sylke
Ellen
Heike
Martina
Brigitte B.
Gundula
Maria
Gesa
Wolf
Ursula B.
Sabine C.
Bettina C.
Tanja
Anne
Wiebke
Christine E.
Rainer
Barbara
Roswitha
Angela F.
Dorothea
Stephan G.
Elisabeth
Marlen
Gerlinde
Marika
Kristina
Kornelia
Anke
Iris
Stefan H.
Stefanie
Steffi H.
Rita
Beate
Angelika
Andrea
Janine
Jörg
Dietlind
Tobias
Birgit
Antje
Friedhelm
Heike L.
Doris
Kerstin
Margret
Karola
Carolin
Karin
Martina N.
Hella
Martina O.
Barbara O.
Michael P.
Almut
Jenny
Annika
Angela R.
Conny
Uda
Christa R.
Petra
Volker
Christa Sch.
Kirsten
Christina Sch.-D.
Heike S.-B.
Frank
Susanne
Monika
Bozana
Bärbel
Chris
Christina T.
René
Marcel
Heike T.
Katrin U.
Diethild
Yvonne
Annette W.
Bettina W.-B.
Roland
Brigitte W.
Martina W.
Renate
Horst
Ruth
Malina Eve
Christine Z.
Annette Z.
Ulrich

EINBLICK

… in die Ausbildung zur Trauerbegleiterin

Christina und ich befinden uns seit November 2024 in der Fortbildung „In der Trauer begleiten“, ein Qualifizierungskurs für Ehrenamtliche, der von der Katholischen Erwachsenenbildung Hildesheim (KEB) angeboten wird.

Der Kurs dauert ein Jahr und beinhaltet zwölf Tagesseminare. Abgeschlossen wird die Fortbildung mit einem Abschlusskolloquium. Inhalte der Ausbildung sind unter anderem verschiedene Trauermodelle, Gesprächsführung, Kinder-und Jugendtrauer, erschwerte Trauer, spirituelle Aspekte. Wir befinden uns jetzt im letzten Drittel der Ausbildung und können demnächst für den Hospizverein in der Trauerbegleitung eingesetzt werden.



Nach inzwischen einigen eigenen Erfahrungen mit dem Verlust geliebter Menschen habe ich mich auf die Suche begeben nach einem guten Weg, mit meiner Trauer umzugehen.

Auf diesem Weg gab es von bitterem Vermissen, vielen Tränen, manchmal auch Wut und Verzweiflung bis hin zu großer Dankbarkeit für die gemeinsame Zeit alles zu erleben.

Auf der Suche nach „gutem Trost" habe ich gelernt, dass Trauer/Traurigkeit sein darf, dass es keine Abkürzungen in der Trauerbewältigung gibt und alles sein darf, was mir hilft, mit dem Verlust weiterleben zu können. Die Ausbildung zur Trauerbegleiterin gibt meinen Erfahrungen einen theoretischen Unterbau und frischt mein Wissen zu Gesprächsführung und Gruppenleitung auf. Außerdem wird mein Wissen ergänzt um Bereiche, in denen ich bisher wenig oder keine eigenen Erfahrungen gemacht habe wie, z. B. in der Kindertrauer, Trauer nach Suizid, Rituale in anderen Kulturkreisen, um nur einige zu nennen.

So befähigt mich die Ausbildung ein Stück mehr, anderen Menschen in ihrer Trauer beizustehen und sie zu bestärken, ihre eigene Trauer zu leben, jenseits der Erwartungen von An- und Zugehörigen oder gesellschaftlichen Normen.

| Birgit

Trauer hat in unserer Welt nicht den Platz, der ihr gebührt. Wenn eine Person einen Verlust erleidet, ist die Betroffenheit und Unterstützung für den/die Trauernde:n aus der Umgebung anfangs oft groß. Die Erfahrung zeigt, dass beides nach einiger Zeit wieder versiegt. Während der Alltag und das normale Leben für die Umgebung weitergeht, dreht sich die Welt für die trauernde Person in einem ganz anderen Tempo. Der Verlust besteht weiterhin und schmerzt. Dieser Zustand kann Monate, bisweilen Jahre andauern.

„Nun muss doch mal langsam gut sein", habe ich schon zu hören bekommen, nachdem ich mich im dritten Trauerjahr nach dem Tod meines Enkelkindes befand. Oder schlimmer noch: „Ist denn wieder was Kleines unterwegs oder geplant?"

Ich habe mich viele Jahre im Umgang mit meiner Trauer geübt, habe verschiedene Methoden ausprobiert, Angebote genutzt, Erfahrungen gemacht, auch viele Gute. Ich bin ein Stück weitergekommen und mein Tempo hat sich meiner Umgebung angenähert. Die Trauer ist noch da, aber sie zerreißt mich nicht mehr. Ich stecke selbst nicht mehr im tiefsten Trauerprozess, habe aber mehr Sensibilität für die Trauer im Allgemeinen und trauernde Personen in meiner Umgebung bekommen. Mein Trauererleben hat mir den Anstoß gegeben, andere Menschen in ihrer Trauer begleiten zu wollen und sie darin zu unterstützen, ihr eigenes Tempo in der Trauerbewältigung zu gehen. Das Angebot, eine Ausbildung in Trauerbegleitung zu machen, ist mir da genau zum richtigen Zeitpunkt über den Weg gelaufen. Da finde ich die Möglichkeit, meine Kenntnisse zu vertiefen, zusätzliches Know-how und Informationen rund um die Trauerbewältigung zu bekommen. Und dies gemeinsam mit meinen eigenen Erfahrungen in die Begleitung einzubringen.

| Christina Sch.-D.

Sabine A.
Nora
Sylke
Ellen
Heike
Martina
Brigitte B.
Gundula
Maria
Gesa
Wolf
Ursula B.
Sabine C.
Bettina C.
Tanja
Anne
Wiebke
Christine E.
Rainer
Barbara
Roswitha
Angela F.
Dorothea
Stephan G.
Elisabeth
Marlen
Gerlinde
Marika
Kristina
Kornelia
Anke
Iris
Stefan H.
Stefanie
Steffi H.
Rita
Beate
Angelika
Andrea
Janine
Jörg
Dietlind
Tobias
Birgit
Antje
Friedhelm
Heike L.
Doris
Kerstin
Margret
Karola
Carolin
Karin
Martina N.
Hella
Martina O.
Barbara O.
Michael P.
Almut
Jenny
Annika
Angela R.
Conny
Uda
Christa R.
Petra
Volker
Christa Sch.
Kirsten
Christina Sch.-D.
Heike S.-B.
Frank
Susanne
Monika
Bozana
Bärbel
Chris
Christina T.
René
Marcel
Heike T.
Katrin U.
Diethild
Yvonne
Annette W.
Bettina W.-B.
Roland
Brigitte W.
Martina W.
Renate
Horst
Ruth
Malina Eve
Christine Z.
Annette Z.
Ulrich

Wir erinnern an…

Zwei Bäume im Park

Zwei große Bäume stehen dicht beieinander in einem Park. Sie kennen sich schon seit frühester Jugend. Die Äste des einen Baumes ragen in die Krone des anderen. Beide haben sich gegenseitig hervorragend einander angepasst. Im Frühjahr entfalten sich zur gleichen Zeit die ersten Blätter. Da, wo die einen Äste sich weiter ausdehnen, hält sich der andere Baum zurück. Beide nehmen Rücksicht aufeinander. Im Herbst machen sich beide für den Winter bereit.
Sie schützen sich gegenseitig vor starkem Wind. Der eine Baum gewährt dem anderen Schatten. Sie holen sich aus dem Boden ihr Wasser und teilen es sorgfältig. So haben sich beide gemeinsam entwickelt, sind alt geworden und haben schon viele Jahresringe gemeinsam aufgebaut.

Eines Tages schlägt der Blitz in einen der Bäume ein und fällt diesen. Er wird wortlos von Waldarbeitern abtransportiert. Der andere Baum bleibt allein zurück. Er kann einfach nicht glauben, dass sein geliebter, treuer Nachbar nicht mehr da sein soll. Wo sie sich doch für den nächsten Winter schon so viel vorgenommen hatten. Er wünscht, einfach nur einen bösen Traum geträumt zu haben, und morgen nach dem Aufwachen sei alles wieder in Ordnung. Doch am nächsten Morgen ist er immer noch allein. Er schaut suchend umher, doch er kann seinen Nachbarn nirgendwo entdecken. Er fühlt sich nackt und hilflos. Jetzt erst wird ihm bewusst, dass er all die Jahre vom anderen Baum Schutz geboten bekommen hatte. Er bemerkt, dass er auf der Seite, die dem anderen Baum zugewandt war, schwächer entwickelt ist. Die Äste sind kürzer und weniger dicht mit Blättern übersät. Ja, er muss sogar aufpassen, sich nicht nach der anderen Seite zu neigen und umzufallen. Der Wind fährt ihm garstig in die schwache Seite.

Wie schön wäre es doch, wenn sein Nachbar noch da wäre. Er beginnt zu hadern, warum der Blitz ausgerechnet in seinen Nachbarn einschlagen musste. Es gibt doch noch mehr Bäume im Park. Er hat Angst vor dem langen, harten Winter, den er jetzt allein durchstehen muss. Er seufzt, fühlt sich sehr einsam.

Warum konnte der Blitz denn nicht sie beide treffen? Nie mehr würde er so einen Nachbarn finden, mit dem er alles teilen könnte. Nie mehr könnten er und sein Nachbar über gemeinsame schöne Stunden sprechen, die sie beide erlebt hatten. Hätte er am Ende seine Äste weiter zu seinem Nachbarn hinstrecken sollen, dass der Blitz auch ihn hätte treffen können? So quält er sich mit Schuldgefühlen, Ängsten und Verzweiflung. Die Sonne scheint wie immer und sendet ihre wärmenden Strahlen, doch er verspürt sie nicht. Es wird Winter und er verbringt die Zeit allein.
Er überlegt, ob dies wohl der Sinn des Lebens sei.

Eines Nachts, als er wieder einmal grübelte, kam ihm die Idee, dass er sich im nächsten Frühjahr sehr anstrengen könnte, besonders die Äste seiner schwachen Seite wachsen zu lassen. Er könnte versuchen, die leeren Stellen, die der Nachbar mit seinen Ästen ausgefüllt hatte, zu füllen. Er hatte ja jetzt mehr Platz, sich auszubreiten. Er musste keine Rücksicht mehr nehmen und hatte Nahrung für zwei.
So begann er, all seine Energien darauf zu verwenden, die Lücke, die sein Nachbar hinterlassen hatte, allmählich auszufüllen. Ganz vorsichtig ließ er neue Äste wachsen. Es dauerte, aber er hatte ja Zeit.

Und manches Mal war er sogar ein klein bisschen stolz darauf, allein gegen die Kälte und die Winde anzukämpfen. Er wusste, dass es nie mehr so sein würde wie früher, aber wenn der Nachbar jetzt noch einmal kommen würde oder gar ein neuer Nachbar, hätte er nicht mehr so viel Platz zur Verfügung wie früher.

Eines wusste er genau. Er würde den alten Nachbarn nie vergessen, denn er hatte ja die ersten 50 Jahresringe mit ihm gemeinsam verbracht. Zu jedem Jahresring konnte er gemeinsam erlebte Geschichten erzählen. Zu den letzten drei Jahresringen hatte er zu erzählen, wie er gelernt hat, allein zu leben, seinen Ästen eine neue Richtung zu geben und seinen Platz im Park neu zu gestalten.

| Verfasser unbekannt

... die, die wir begleiten durften

Es weht der Wind
ein Blatt vom Baum,
von vielen
Blättern eines.

Das eine Blatt,
man merkt es kaum,
denn eines
ist ja keines.

Doch dieses eine
Blatt allein
war Teil von
unserem Leben.

Drum wird dies
eine Blatt allein
uns immer
wieder fehlen.

Anonym

EINBLICK

Meine erste Begegnung mit Jonathan

Als ich das erste Mal Jonathan getroffen habe, lag er ganz entspannt in seinem Zimmer auf dem Boden und hat mich angestrahlt. Das hat mich wirklich berührt und ich wusste sofort, dass da eine tolle Beziehung daraus entstehen kann. Ich war zusammen mit Daniela, einer unserer Koordinatorinnen, zum Kennenlernen bei seiner Familie und es war schön, bei ihnen zu Hause zu sein. Ich habe sofort eine Verbindung zu Jonathan gespürt und auch zu seinen Eltern. Die beiden sind mir von Beginn an super sympathisch.

Als Daniela mit seiner Mutter über die Schule von Jonathan gesprochen hat, habe ich die Gelegenheit genutzt, mich ganz auf ihn zu konzentrieren. Ich habe mich neben ihn gesetzt und meine Hand hingelegt – und er hat sie gleich genommen! Seine Mutter hat uns angeschaut und meinte: „Das passt wohl!" Ich habe nur geantwortet: „Ja, das passt auf jeden Fall!"

Inzwischen habe ich Jonathan ein paar Mal besucht. Anfangs war ich ein bisschen skeptisch, ob die Begleitung für mich möglich ist, weil ich kein Auto habe und auf den Bus angewiesen bin, um aufs Land zu fahren. Aber das hat sich als unbegründet herausgestellt. Ich habe einen tollen, ruhigen Fahrradweg gefunden und fahre seit dem mit dem Rad zu seiner Familie. Das ist klasse, weil ich diese umweltschonende Fortbewegung genieße.

Ich war schon mit Jonathan schwimmen, weil sein Papa ein Schwimmbecken im Garten hat. Außerdem haben wir in seinem Fuchsbau gespielt, das ist ein großer Sandkasten, der wie ein Spielplatz ausgelegt ist. Wir haben eine super Stunde damit verbracht, im Liegen sein Müllauto hin- und herzuschieben, zu werfen und rollen zu lassen. Dieses Spielen im Hier und Jetzt verband uns. Jonathan ist neun Jahre alt und wird jeden Tag von Hildesheim nach Hannover Laatzen zur Schule gefahren. Dort hat er einen Schulbetreuer und ist in der integrativen Gruppe der Waldorfschule.

In den Ferien war er eine Woche in der Kurzzeitpflege im Kinderkrankenhaus auf der Bult. Ich hatte die Möglichkeit, ihn dort nach der Arbeit zweimal nachmittags zu besuchen. Das war eine ganz andere Erfahrung für mich. Jonathan hatte dort eine große Freifläche im Haus mit wenig Barrieren, um sich auszutoben. Ich habe ihn zum ersten Mal nicht im Rollstuhl, sondern in einem Laufleerngestell gesehen und war total beeindruckt. Er ist bestimmt eine Stunde damit gelaufen, erst drinnen und dann sind wir noch nach draußen gegangen. Es war einfach wunderschön zu sehen, welche Möglichkeiten Jonathan trotz seiner Einschränkungen durch den Gendefekt hat.

| René

Jonathan leidet an einem sehr seltenen Gendefekt, der die Entwicklung des Gehirns beeinträchtigt. Dadurch bleiben Sprache, Bewegung und Kommunikation oft stark eingeschränkt. Heilbar ist die Erkrankung nicht, doch Therapien können die Entwicklung unterstützen und den Alltag erleichtern.

Sabine A.
Nora
Sylke
Ellen
Heike
Martina
Brigitte B.
Gundula
Maria
Gesa
Wolf
Ursula B.
Sabine C.
Bettina C.
Tanja
Anne
Wiebke
Christine E.
Rainer
Barbara
Roswitha
Angela F.
Dorothea
Stephan G.
Elisabeth
Marlen
Gerlinde
Marika
Kristina
Kornelia
Anke
Iris
Stefan H.
Stefanie
Steffi H.
Rita
Beate
Angelika
Andrea
Janine
Jörg
Dietlind
Tobias
Birgit
Antje
Friedhelm
Heike L.
Doris
Kerstin
Margret
Karola
Carolin
Karin
Martina N.
Hella
Martina O.
Barbara O.
Michael P.
Almut
Jenny
Annika
Angela R.
Conny
Uda
Christa R.
Petra
Volker
Christa Sch.
Kirsten
Christina Sch.-D.
Heike S.-B.
Frank
Susanne
Monika
Bozana
Bärbel
Chris
Christina T.
René
Marcel
Heike T.
Katrin U.
Diethild
Yvonne
Annette W.
Bettina W.-B.
Roland
Brigitte W.
Martina W.
Renate
Horst
Ruth
Malina Eve
Christine Z.
Annette Z.
Ulrich

Impressionen aus dem vergangenen Jahr

25.09.2024	Tag der Demenz
18.10.2024	„Sterben“, Kino zum Deutschen- und Welthospiztag
28.10.2024	Mitgliederversammlung
26./27.10. und 16.11.2024	Fortbildung Demenz von der Celler Demenz Initiative e.V.
12.11.2024	Lesung Christina Schöngart-Decker „Herbstblues“
05.12.2024	Adventsfeier für Ehrenamtliche zum Tag des Ehrenamts
01./08.12. und 15.12.2024	**Weihnachtsmarkt Hildesheim zugunsten des Regenbogen-Vereins für krebskranke Kinder (Einnahmen 1.720 Euro)**
17.01.2025	**Neujahrsempfang**
28.02.2025	**Verabschiedung Koordinatorin Dagmar Drebing**
10./13.03.2025	Besuch im Krematorium in Hasede
22.03.2025	Selbstverteidigung für Frauen
29.03.2025	**Infotag „Gut älter werden in Hildesheim“**
05.04.2025	Trauerfrühstück
24.04.2025	Schreibwerkstatt
25.04.2025	**Abschluss Vorbereitungskurs 2024/25**
14.05.2025	Verleihung Ehrenamtspreis Ehepaar Dr. Geyer-Stiftung (siehe Seite 6)
15.05.2025	Ehrenamtlichen-Treffen (EA-Treffen) Austausch zu Fortbildungswünschen
23.05.2025	Fototermin Hohnsensee – neuer Ehrenamt-Flyer
04.07.2025	Sommertreffen für Ehrenamtliche
18.08.2025	EA-Treffen Michaelis Hospiz Hildesheim

Verabschiedung unserer Koordinatorin Dagmar Drebing (im Bild mit Ulrich Kreutzberg, Vorsitzender des HPVN)

Infotag „Gut älter werden in Hildesheim“

Abschluss Vorbereitungskurs 2024/25

Weihnachtsmarkt 2024, Stand der Schulen

Neujahrsempfang 2025

AUSBLICK

Kommende Veranstaltungen

20.09.2025	Fortbildung Ehrenamtliche „Sexualität – ein Thema in der hospizlichen Begleitung?“ mit Regina Erdelkamp
10.10.2025	**Kino zum Deutschen Hospiztag: „Der Buchspazierer“ mit Christoph Maria Herbst, Thega Filmtheater Hildesheim, 18 Uhr, Eintritt 5 Euro**
16.10.2025	EA-Treffen Pilgern am Osterberg mit Pastor Lutz Krügener
08.11.2025	Gedenkfeier für An- und Zugehörige und Ehrenamtliche
11.11.2025	Mitgliederversammlung
22.11.2025	Selbstverteidigung für Ehrenamtliche mit Manfred Grabinski
30.11.2025	Stand auf dem Weihnachtsmarkt
05.12.2025	EA-Treffen zum Tag des Ehrenamts
07./14.12.2025	Stand auf dem Weihnachtsmarkt
09.01.2026	Neujahrsempfang
06.02.2026	Kinder-Hospiztag mit Theaterstück, Riedelsaal VHS
20.02.2026	35-jähriges Jubiläum
20.03.2026	Abschluss Vorbereitungskurs 2025/26

Der graubärtige Carl Kollhoff (Christoph Maria Herbst) lebt ganz in der Welt der Bücher. Wenn er seine mit Regalwänden voller Literatur möblierte Wohnung verlässt, dann nur, um als Mitarbeiter einer Buchhandlung bestellte Werke auszuliefern. Die neunjährige Schascha (Yuna Bennett) schließt sich ihm eines Tages auf seinem Botengang an und hört fortan nicht auf, Fragen zu stellen und mitzumischen. (Quelle: www.kino-zeit.de)

„Gegen Traurigkeiten hilft seit je das Spazierengehen.
Man gewinnt Zeit, und mit dem Körper bewegt sich die Seele doch, und wo sie sich verfangen und verhaken will, löst sich etwas, man kann alleine gehen oder zu zweit, jedenfalls kann man die Traurigkeit mitnehmen und muss sie nicht verjagen. So soll dies Buch sein: zum Spazieren."

Ich möchte ein Buch von Katharina Hacker „Handbuch für Traurigkeiten", Minutenessays empfehlen.
Dieses kleine Büchlein ist eine liebevolle Umarmung für alle, die manchmal nicht wissen, wohin mit ihrer Schwere. Es enthält zarte Gedanken, kluge Bilder, mutige Einsichten und ist oft überraschend.
Für mich ist das Buch so wertvoll, weil es den Schmerz nicht weg reden möchte, sondern anerkennt und Raum gibt. Es tröstet mich, ich gehe mit dem Buch spazieren und die Geschichten geben mir eigene Gedanken und Erinnerungen.
Ich lese es immer wieder und fühle mich getragen.

| Empfehlung von
Antje Wilschnack
Koordinatorin

Katharina Hacker
Handbuch für Traurigkeiten
Minutenessays
2025 Berenberg Verlag
ISBN 978-3-911327-06-0

Ein ganz herzliches Dankeschön all denen, die unsere Arbeit und unsere ehrenamtlichen Angebote durch Spenden unterstützen.

Ihre Spende hilft und gibt uns die Möglichkeit, Sterbende, schwerstkranke Menschen und ihre Zugehörigen in ihren besonderen Lebenssituationen und ihrer Trauer zu begleiten.
Zudem unterstützen Sie mit Ihrer Spende unsere Weiterbildungs- und Öffentlichkeitsarbeit.

Sie halten die dritte Ausgabe unserer HospizZeitSchrift in Ihren Händen!
Wir möchten Sie mit einer jährlichen Ausgabe über Aktuelles informieren und Wissenswertes zum Thema LEBEN IM STERBEN weitergeben, als Ehrenamtliche berichten und Ihnen mit unseren Angeboten zur Seite stehen. Auch zur Unterstützung dieses Projektes freuen wir uns über Ihre Spende. Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung zu.

SPENDENKONTEN:
Sparkasse Hildesheim
IBAN: DE53 2595 0130 0000 0719 05
BIC: NOLADE21HIK

IMPRESSUM:
Redaktion:
Sabine Algermissen, Christine Edelmann, Birgit Krämer, Karola Mittelstaedt, Antje Wilschnack
Bilder/Fotos/Lyrics:
Michael Schmidt (©Titel- und Umschlagfotos, ©Waldfotos Seite 9, 14, 16, 19, 20)
Jens Büchner (©Seite 10/12)
Sabine Algermissen (©Waldfotos, Seite 11/13)
Gerhard Peisker (©Seite 23, Gruppenbild Abschlusskurs)
Hospizverein (©Porträt Vorstand Seite 7, Porträt Seite 9, Fotos der Rückblicke Seite 22/23)
STUDIOCANAL GmbH, Berlin (©Filmplakat und Filmstills, Seite 24)
Konzeption und Gestaltung:
Cornelia Moses Grafikdesign, connie@malachai.de
Herausgeber:
Leben im Sterben – Hospizverein Hildesheim und Umgebung e.V.
Bei St. Georgen 8 | 31134 Hildesheim | Tel. 05121 697 2424

Wir danken dem Fotografen Michael Schmidt, der uns für diese Ausgabe einige seiner Bilder sowie den Text „Lichtschattenpoet“ zur Verfügung gestellt hat – ganz herzlichen Dank für die stimmungsvollen Bilder und Worte!

Michael Schmidt – BlitzReich Fotografie

Michael Schmidt, gelernter Drucker und heute in einer Videoproduktion tätig, hat seine wahre Leidenschaft in der Fotografie gefunden. Geboren im Sauerland und nun in Bevergern im Münsterland verwurzelt, folgt er seit vielen Jahren dem Ruf der Natur mit der Kamera in der Hand. Seine Fotografien sind mehr als Abbilder – sie sind Stimmungslandschaften, in denen Licht, Farben und Formen zu einer Erzählung verschmelzen. Mal fängt er die stille Kraft alter Wälder ein, die wie Kathedralen der Natur wirken, mal den Zauber eines nebelverhangenen Morgens, der die Welt in geheimnisvolles Schweigen taucht. Ebenso sind es die kleinen, flüchtigen Momente: ein Reh am Waldrand, der Flug eines Vogels zwischen den Bäumen oder das Spiel von Licht und Schatten auf dem feuchten Waldboden. Seine Fotografie ist eine Einladung zum Innehalten – ein Blick in die Seele der Natur.

BlitzReich Fotografie
Mobil-Tel. 0176 23519374
info@blitzreich.de | blitzreich.de

HOSPIZVEREIN
Hildesheim und Umgebung e.V.
LEBEN IM STERBEN

Leben im Sterben – Hospizverein Hildesheim und Umgebung e.V.
Bei St. Georgen 8 | 31134 Hildesheim | 05121 697 2424