

Mitten im Leben an der Seite der Sterbenden

MT-Serie: Lea Wassmann begleitet Menschen in den letzten Wochen ihres Lebens. Beim Hospizkreis Minden hat die 26-Jährige einen Kurs besucht. Der habe ihr auch für die persönliche Entwicklung viel gebracht, sagt sie.

Stefanie Dullweber

Hille. Lea Wassmann schenkt denjenigen Zeit, die selbst nicht mehr viel davon haben. Die gebürtige Hillerin ist gerade einmal 26. Kein Alter, in dem man sich mit dem Sterben beschäftigt. Doch für sie sei das Thema schon lange wichtig gewesen, sagt sie. Außerdem bedeutet ihr ehrenamtliches Engagement sehr viel, erklärt die Trainerin einer Handball-Jugendmannschaft. Neben der Arbeit mit Kindern möchte sie auch älteren Menschen etwas zurückgeben. Und so hat sie sich Anfang des Jahres entschieden, einen Kurs für Sterbebegleiter zu besuchen.

Ja, sie sei mit Abstand die jüngste Teilnehmerin gewesen, sagt die angehende Lehrerin. Kurz vor Weihnachten hat sie ihre Masterarbeit abgegeben und will Ende nächsten Jahres ins Referendariat einsteigen. Lea Wassmann hat Sonderpädagogik studiert und möchte später gerne an einer Grundschule arbeiten. Wie passt der Wunsch, sich mit dem Tod zu beschäftigen, in diese Lebensphase? „Sterben ist ein Teil vom Leben. Ich finde es wichtig, sich damit zu beschäftigen, um besser damit umgehen zu können.“

Als sie mit dem Gedanken spielte, Sterbende zu begleiten, habe sie zunächst mit dem engsten Familien- und Freundeskreis darüber gesprochen. „Die meisten sagen sofort: ‚Das kann ich nicht‘ oder ‚Warum tust du dir das an?‘“ Sie hingegen habe sofort gedacht: „Ich glaube, ich kann das“. Die Hillerin griff zum Hörer, meldete sich beim Hospizkreis, führte erste Gespräche und begann im März mit der Weiterbildung. „Ich war nervös, weil ich nicht wusste, was mich erwartet“, gesteht Lea Wassmann. Rückblickend sei die Teilnahme eine „ganz tolle Erfahrung“ gewesen. Es habe sich eine Gruppendynamik entwickelt. „Wir tauschen uns per Whatsapp aus und treffen uns nach wie vor. Ohne den Hospizkreis wären wir in dieser Konstellation nie zusammengekommen.“

Die Teilnahme an dem Kurs ist die Voraussetzung für eine Mitarbeit in der

„Die Sterbenden spüren, ob jemand empathisch ist.“

Sterbe- und Trauerbegleitung im Hospizkreis Minden. Begleitet werden die Menschen überwiegend in ihrem häuslichen Umfeld sowie in Altenheimen, im Hospiz Minden und in seltenen Fällen im Klinikum. Wie Helmut Dörmann, Koordinator des Hospizkreises erklärt, umfasst der Kurs für die Sterbebegleitung drei Wochenenden und elf Aben-



Lea Wassmann hat beim Hospizkreis Minden einen Kurs als ehrenamtliche Sterbebegleiterin absolviert.

MT-Foto: Alex Lehn

de. Darüber hinaus sollten die Ehrenamtlichen an Supervisionen und Fortbildungen teilnehmen. „Wir werden mit schwierigen Situationen nicht alleine gelassen und müssen nicht selbst damit fertig werden. In den Gruppen können wir uns mit unserem Supervisor und anderen Begleitern austauschen“, fühlt sich Lea Wassmann im Umfeld des Hospizkreises sehr gut aufgehoben.

Die künftigen Begleiter lernen, die Bedürfnisse von Menschen in ihrer letzten Lebensphase sensibel wahrzunehmen und die Beziehung zu ihnen individuell und angemessen zu gestalten. „Die Sterbenden spüren, ob jemand empathisch ist“, weiß Helmut Dörmann. Er selbst ist schwerpunktmäßig in der Trauerbegleitung aktiv. Ein weiteres wichtiges Thema des Kurses ist die Selbstsorge und die Sensibilisierung für die eigenen Grenzen. Der hauptamtliche Mitarbeiter des Hospizkreises hat den Kurs vor mehr als 20 Jahren mit konzipiert. Es gehe dabei nicht nur um Wissensvermittlung, sondern darum, die künftigen Begleiter zu ermutigen.

Das Alter spiele keine Rolle, sagt Helmut Dörmann. Die meisten Sterbe- und Trauerbegleiter seien in der Altersgruppe 50 plus, sie hätten aber auch schon mal eine 17-jährige Schülerin aufge-

Alltagshelden

- Etwa 150 Gruppen und Vereine gibt es in den neun Ortschaften der Gemeinde Hille, die meisten Bürger sind mindestens in einem Mitglied – viele engagieren sich gleich in mehreren Vereinen.
- Doch auch abseits der Vereine sind viele Hillerinnen und Hiller ehrenamtlich unterwegs. Ihre Arbeit findet meist im Verborgenen statt. Für sie ist das Engagement selbstverständlich und sie

machen kein großes Aufheben darum.

- Das Mindener Tagblatt stellt in einer Serie das Jahr hindurch jeden Monat einen Ehrenamtler vor. Einige von ihnen sprechen das erste Mal öffentlich über ihre Arbeit, die ihnen so selbstverständlich erscheint.
- Alle Serien finden Sie auf www.mt.de/serien

nommen. Nicht für jeden, der sich für das Ehrenamt interessiert, sei die Sterbebegleitung tatsächlich das Richtige, gibt Dörmann zu. Viele der rund 60 Ehrenamtlichen seien mit dem Thema Sterben in Berührung gekommen und würden sich aus diesem Grund beim Hospizkreis engagieren. Andere kämen aus der Motivation heraus, etwas Sinnvolles tun zu wollen, so Dörmann weiter. Die meisten sind noch berufstätig. Früher seien die meisten Ehrenamtler bereits im Ruhestand gewesen. Glücklicherweise, sagt Dörmann, müsse sich der Hospizkreis um neue Begleiter nie Gedanken machen. Die Kurse seien im-

mer belegt. „Das Ehrenamt ist das Wesentliche, auf das unser Verein baut.“

Lea Wassmann sagt, sie fühle sich durch den Kurs „sehr gut vorbereitet“. Die Teilnahme habe ihr auch für die persönliche Entwicklung viel gebracht. So sei es für sie wertvoll gewesen, intensiv über Demenz zu sprechen. Zentral seien auch die Themen Patientenverfügung und Vollmacht gewesen. „Darüber reden Leute in meinem Alter nicht. Aber ich finde es ganz wichtig, das aufzuarbeiten.“ Und auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie habe sie als „total spannend“ empfunden. „Das war teilweise sehr emotional.“

Inzwischen hat Lea Wassmann auch mit ihrer ersten Sterbebegleitung begonnen. „Es ist ein schönes Gefühl, etwas Gutes zu tun“, sagt sie. Über Details kann und darf sie vor allem nicht sprechen. „Die Begleiter unterliegen der Schweigepflicht.“ Das Wichtigste sei, dass nicht sie selbst im Fokus stehe, sondern die Person, die sie begleitet. Die Besuche finden in der Regel einmal in der Woche für eine bis eineinhalb Stunden statt. Diese Zeit könne mit Spazieren gehen, Vorlesen oder Zuhören verbracht werden. „Je nachdem, was die Person sich wünscht.“ Manchmal reiche es auch, einfach nur da zu sein und die Hand zu halten. „Es müssen nicht immer Worte fallen.“

Anderen Menschen zu helfen, sei für sie eine Selbstverständlichkeit, sagt die 26-Jährige. In ihrem Umfeld habe sie einige Vorbilder, die ihr das vorgelebt hätten. Im Übrigen ist Lea Wassmann überzeugt, dass es für jeden ein passendes Ehrenamt gibt. „Sofern man Zeit und Lust dazu hat.“ Schließlich tue man damit nicht nur anderen etwas Gutes, sondern bekomme auch eine Menge zurück.

■ www.hospizkreis-minden.de

Die Autorin ist erreichbar unter Stefanie.Dullweber@MT.de

IN KÜRZE

Stammtisch der CDU Hille-Süd

Hille-Rothenuffeln. Die Ortsunion Hille-Süd lädt am Mittwoch, 4. März, um 19.30 Uhr in das Gasthaus Pivittskrug zum politischen Stammtisch ein. Es gibt Informationen zur Landratswahl sowie aus der Gemeinde- und Kreispolitik.

CVJM sammelt Weihnachtsbäume

Hille-Rothenuffeln. Der CVJM Rothenuffeln holt am Samstag, 7. Januar, die Weihnachtsbäume ab. Diese sollten bis spätestens 9 Uhr gut sichtbar bereitliegen. Der CVJM bittet um Spenden für seine Jugendarbeit, die Obdachlosenhilfe der Caritas und die Diakonie Stiftung Salem.



Der Musikzug „Viktoria“ spielt am 15. Januar in der Hiller Kirche.

Foto: pr

Festliche Musik

Musikzug „Viktoria“ Hille gibt Konzert zum Jahresbeginn

Hille (mt/sbo). Festliche Musik zum Jahresbeginn spielt der Musikzug „Viktoria“ Hille. Das Konzert zum Jahresbeginn findet am Sonntag, 15. Januar, in der Hiller Kirche statt. Beginn ist um 16 Uhr.

Die Zuhörer können sich laut den Organisatoren auf Musikstücke freuen, die in der dunklen Jahreszeit für Wohlfühlmomente sorgen. Zusätzlich bieten die Musikerinnen und Musiker Stücke in Kleingrup-

pen dar, die von den Musikzugmitgliedern selbst ausgearbeitet und unter der Leitung von Stephanie Vehling eingepröbt wurden.

Der Eintritt zu der Veranstaltung ist frei.

Ab ins Moor

Stiftung unterstützt Grundschule

Hille (mt/sbo). „Von klein auf ist das Motto eines Fördertopfes der ‚Gelsenwasser‘-Stiftung. Diese ist dort aktiv, wo auch der Energieversorger Westfalica zu finden ist – unter anderem in Ostwestfalen, dem südlichen Niedersachsen und Umgebung. Davon profitiert jetzt auch die Grundschule Nordhemmern.“

Die Stiftung unterstützt mit ihrem Bildungsprojekt seit elf Jahren Kindergärten und Schulen. In diesem Zeitraum erhielten Einrichtungen in der Region Förderungen in Höhe von etwas mehr als fünf Millionen Euro. 3.473 Aktionen hätten sich bereits in der Praxis bewährt. In der aktuellen Jurysitzung seien 147.267 Euro für 94 Projekte bewilligt worden. Die Grundschule Nordhemmern bekommt für das Projekt „Ab ins Hiller Moor“ eine Unterstützung in Höhe von 720 Euro.

„Aus den Erfahrungen der ver-

gangenen Jahre und der Preisentwicklung der letzten Zeit haben wir eine wichtige Änderung vorgenommen: Ab sofort haben wir die Förderobergrenze von bisher 2.000 Euro auf 2.500 Euro für Kindergärten und Schulen je Projekt an“, erklärt Dr. Bärbel Kerkhoff, Geschäftsführerin der Stiftung.

Alle Projekte sind auf der Internetseite www.vonkleinaufbildung.de im Detail aufgeführt. Die Bewerbungsfrist für die nächste Jurysitzung endet am 17. März 2023. In einer Juryarbeit die Gelsenwasser-Stiftung mit Vertretern des Städte- und Gemeindebunds und Vertretern des Bildungsbereichs zusammen. Anträge können über die Webseite eingereicht werden. Das Projektbüro ist unter der Telefonnummer (02 09) 70 84 56 oder unter info@vonkleinaufbildung.de erreichbar.