



## ***Sterben und Sterbebegleitung***

Sterbebegleitung - ein Wort, unter dem sich viele Menschen nichts Genaues vorstellen können oder wollen. Sterben und Tod sind Themen, die wir am liebsten ganz weit von uns schieben. „Lass uns über etwas anderes reden“, sagen die meisten. Aber eigentlich ist es gut und wichtig, sich schon im Leben mit dem Sterben und dem Tod auseinanderzusetzen.

Darum nahmen wir uns dieses Thema fürs Frühjahrsseminar vom 05. - 07. April 2019 vor. 27 Frauen folgten unserer Einladung und kamen in die Stadt des Westfälischen Friedens, das schöne Osnabrück.

Am Samstagmorgen trafen wir uns im Museumsquartier Osnabrück, wo wir einen Seminarraum angemietet hatten. Anke Hennig aus Bramsche informierte zu Beginn über den Ablauf des Seminars und startete mit einem kleinen Ritual. Die Teilnehmerinnen konnten symbolisch für verstorbene Angehörige eine Kerze anzünden.

Anke las anschließend das Kinderbuch „Das Leben und ich - eine Geschichte über den Tod“ von Elisabeth Helland Larsen und Marine Schneider (Verlag: Kleine Gestalten, ISBN 978-3-89955-770-1) vor.

Im weiteren Verlauf erklärte sie die Entstehung des Hospizgedankens mit einer kleinen Präsentation über die geschichtliche Entwicklung, die in Irland, England und Frankreich im 19. Jahrhundert ihren Anfang nahm. Im Jahr 1906 fand die Hospizbewegung den Weg nach Deutschland, der sich in den 50er Jahren bis heute immer weiter verfestigte. Sie erklärte weiterhin den Unterschied zwischen stationären Hospizen, die von professioneller Betreuung leben, sowie der ambulanten Sterbebegleitung, die ausschließlich ehrenamtlich stattfindet. Dazu gibt es die Palliativversorgung, die sowohl in Krankenhäusern und Pflegeheimen usw. stattfindet, aber auch zu Hause. An dieser Stelle allerdings auch immer mit dafür ausgebildeten Pflegekräften.

Nach sehr intensiver Diskussion leitete Anke Hennig das Thema weiter in die Trauerbegleitung.

Es war ein rundherum sehr beeindruckendes Seminar mit vielen neuen Erkenntnissen und Einblicken in das Thema Tod und Sterben.

Natürlich blieb uns auch noch genügend Zeit zur Besichtigung der Altstadt und zum Besuch des einen oder anderen Cafés.

Zur Abrundung des Themas Sterben hatten wir eine Führung über den Hasefriedhof. Dieser parkähnliche, über 200 Jahre alte Friedhof, auf dem es seit 1995 keine Bestattungen mehr gibt, bot uns interessante Einblicke in die Osnabrücker Kulturgeschichte. Anhand der vorhandenen Grabmäler und deren Symbolik wurde in der Führung vor allem der Wandel der Bestattungs- und Grabkultur näher beleuchtet.

Am Sonntagmittag traten die Frauen dann wieder die Heimreise an mit dem Termin fürs nächste Seminar im Gepäck: 27. - 29. September 2019. In Rastatt wird das Thema „Freiheit“ sein.

*Anita Stahl*