

LEBENSWEDE

FORUM DES FRANZISKUS-HOSPIZ e. V.



FRANZISKUS-HOSPIZ e.V.
HOCHDAHL

AMBULANTES HOSPIZ • STATIONÄRES HOSPIZ



IM PORTRÄT

Stephanie Meis, Assistentin
der Hospizleitung (S.3)

FACHTHEMA

Siegfried Schulte leitet das
Anfrage-Management (S.4)

REPORTAGE

Beispiel einer ambulanten
Begleitung (S.5)

EDITORIAL

Stellen Sie sich vor: Ein junger Mann steht vor unserem Hospiz und sagt: „Hallo, ich bin der neue Hospiz-Botschafter!“ Kein Aprilscherz: Horst Wegener, ein 23-jähriger Rap-Künstler, wird Botschafter für den neu eingerichteten Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst. Wir freuen uns sehr, dass sich der junge sympathische Mann dafür einsetzt, junge Menschen für die Kinder- und Jugend-Hospiz-Arbeit zu gewinnen. Am 29. März kam der junge Wuppertaler erstmalig ins Stationäre Hospiz, um ein Gespür für seine neue Aufgabe zu bekommen und das Haus kennenzulernen. Wegener zeigte viel Interesse und Empathie und gab auch erste Hinweise, wie seine Unterstützung konkret aussehen könnte. Wir sind gespannt und freuen uns sehr auf die Zusammenarbeit mit dem jungen Künstler. Unsere bewährte Schirmherrin Michaela Noll wird selbstverständlich weiterhin für unser Hospiz da sein.

Über noch einen tollen Einsatz haben wir uns im März gefreut: Im Rahmen ihres Bundeswehr-Engagements haben zwei Soldaten nicht nur drei Wochen lang Covid-Schnelltests für Besucherinnen und Besucher sowie Mitarbeitende im Hospiz durchgeführt, sondern bei ihren Kameraden auch 1.111,11 Euro für das Stationäre Hospiz gesammelt. Ganz nebenbei haben die beiden jungen Männer viel über Hospizarbeit erfahren – und wir einiges über ihren Bundeswehrdienst. Ein schöner menschlicher Austausch.

In diesem LebensWende-Heft stellen wir Ihnen eine bewährte hauptamtliche Mitarbeiterin vor: Stephanie Meis, die Assistentin der Hospizleitung. Nicht zu vergessen: Der Frühling bringt viele kleine und große Menschen zusammen: Pünktlich zu Ostern haben Grundschülerinnen und -schüler 117 wunderschöne Osterbilder für unsere Hospizgäste gemalt. Die Bilder wurden vor dem Hospiz ausgestellt. Dafür ein großer Dank – auch an diejenigen, die diese Ausgabe mitgestaltet haben.

Silke Kirchmann und Gerd Michalek

Wir begrüßen

Wir begrüßen Brigitte Hillig und Monika Brixius als neue ehrenamtliche Aus-trägerinnen der LEBENSWENDE. Sie

unterstützen uns tatkräftig in Haan und Haan-Gruiten. Herzlichen Dank!

Hospiz-Osterschmuck

Mehr als 200 fleißige Hände haben geholfen

Selten war das Franziskus-Hospiz vor Ostern so toll geschmückt wie in diesem Jahr: Sage und schreibe 117 Kinder sind unserem Aufruf „Dein Osterbild fürs Hospiz“ gefolgt und haben ein tolles Bild für die riesengroße Oster-Galerie vor dem Hospiz gemalt. Leicht bedeckt mit Schnee (siehe Foto) waren die Osterbilder Anfang April vor dem Hospiz ein echter Hingucker!

Auch im Stationären Hospiz haben viele kreative Köpfe gewirkt, um den Hospizgästen, Zugehörigen und Mitarbeitenden eine Osterfreude zu machen. Die köstlichen

selbstgebackenen Häschen, kunstvoll gehäkelten Küken (beispielsweise von Nilgün Gürsoy aus dem Stationären Hospiz) und wunderbar gestaltete Osternester (siehe Fotos) zeigen, wie viel Herzblut und Talent im Hospizteam steckt.

Ein riesiger Dank an alle Mehrfachtalente im Haus – vor allem auch an die vielen jungen Malerinnen und Maler. Nach Ostern wurden unter allen teilnehmenden Kindern drei Buchgutscheine in Kooperation mit der Buchhandlung Weber in Erkrath verlost.



Ein buntes Leben

Die Assistentin der Hospizleitung Stephanie Meis im Porträt

H heute einen Architekten suchen
Flott noch gutes Handwerk buchen!
Viele Dienstplan-Stunden zählen
für die Chefin zig Termine wählen!

Wie und wo und was es sei,
hinten – vorne – einerlei
Alles macht die Steffi Meis
– ganz auf exzellente Weis!

Acht Zeilen in Wilhelm-Busch-Manier – ein kleiner Ausschnitt aus dem Berufsalltag von Stephanie Meis. Sie arbeitet an vielen Baustellen im Hospiz und kniet sich in unzählige Detailprobleme – jenseits von Rechnungswesen und Stundenplänen: Das Hospiz kennt Stephanie Meis mittlerweile aus dem eff-eff. Schon zehn Jahre lang arbeitet sie als Assistentin der Hospizleitung, zunächst mit Robert Bosch, dann mit Silke Kirchmann eng zusammen. Wer kennt Stephanie Meis jedoch wirklich?

1972 kommt sie in Solingen zu Welt und absolviert nach dem Abitur eine Ausbil-

dung als Krankenschwester am Städtischen Klinikum Solingen. Mitte der 1990er erlebt sie eine große persönliche Krise, als ihr Vater bei einem Fahrradunfall ums Leben kommt. Das wirft sie zunächst aus der Bahn, sie muss ihrem Wunschberuf leider den Rücken kehren. Sie erhält die Chance, als Quer-Einsteigerin in einer Werbeagentur zu beginnen und geht schließlich nach Köln in die Medienbranche, in der sie gut zehn Jahre unterwegs ist. Eine spezielle Welt, wie sie im Rückblick findet, und auch eine, die sie keineswegs missen will, weil ihr das viele spannende Begegnungen beschert hat.

2009 lernt sie Shiatsu kennen, eine Körperarbeit, die sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts in Japan entwickelte. Im Jahr 2010 beginnt sie voller Begeisterung eine Shiatsu-Ausbildung, sie lernt viel über Techniken, Berührung und sich selbst. Ein Jahr später fällt ihr Blick auf eine Stellenanzeige des Franziskus-Hospizes: Zugegeben, dort wartet eine völlig andere Ar-

beitswelt auf sie. Trotzdem entscheidet sie sich für diesen Weg in unbekanntes Terrain. „Der Wunsch nach Veränderung war groß und die Sehnsucht nach Sinnerfüllung ebenfalls. Es fühlte sich an wie eine Kombination und Weiterentwicklung der beiden Bereiche, die mich bis dahin beruflich begleitet haben“, so Meis. Zugleich gewöhnt sie sich um: von der Schnelligkeit und Leistungsorientierung hin zu einem zwischenmenschlichen Umgang, der mehr von Wertschätzung und Empathie geprägt ist. Dass die Uhren dabei anders ticken und die Wahrnehmung auf einem anderen Fokus liegt, kommt ihr durchaus gelegen, weil sie keine Lust auf ein Leben auf der Überholspur verspürt. „Hospiz bedeutet im Vergleich zur Medizinwelt Bodenständigkeit und Bedeutsamkeit, mit weniger Glitzer und Sternchen im Äußeren,“ sagt sie im Rückblick.

Und was bedeutet ihr die Arbeit im Hospiz heute? „Für mich selbst ist es ein Versuch und ein Ringen, immer wieder im Hier und Jetzt zu sein und zu wissen, in einem wertvollen und sensiblen Bereich mitwirken zu dürfen.“ Dafür nimmt sie, inzwischen Mutter geworden, auch viele Mühen in Kauf. Als Krankenschwester fehlte ihr bislang ein kaufmännischer Abschluss. Sie startet 2016 die Weiterbildung „Managementassistentin im Gesundheitswesen“ und drückt quasi noch mal die Schulbank. Ihr Fleiß lohnt sich: Sie besteht die Abschlussprüfung mit der Note „gut“ Ein wichtiger Baustein ihres Berufsleben. „Ich würde sagen, mein Leben ist bunt und das hat mich in der Gesamtheit bestärkt, zu erkennen worauf es wirklich im Leben ankommt.“ Ihre Kraftquelle: die Familie mit ihrem Sohn Hannes und Freunde, sowie Shiatsu, die Berge, das Skifahren und der kölsche Karneval, „wenn es dann mal wieder geht!“

Während die Corona-Pandemie Freizeitaktivitäten stark einschränkt, bewegt sich die Solingerin oft in der Natur – zu Fuß oder mit dem Fahrrad. „Bei Wind und Wetter – egal, wie die Temperatur ist; Staudamm bauen, Stockbrot backen, Schlitten fahren und dabei hoffen, dass bald wieder etwas mehr Leichtigkeit und Unbeschwertheit zurückkehrt!“



Siegfried Schulte – und das Anfragemanagement

Case-Manager – das ist Siegfried Schultes offizielle Berufsbezeichnung. Der 37-Jährige kümmert sich täglich um die Anrufe hilfesuchender Menschen. Sein Diensttelefon in Hochdahl steht selten still. Es geht um Fragen rund um die palliative Versorgung. Die beantwortet Siegfried Schulte im Franziskus-Hospiz seit Februar. Eine Aufgabe, die ihn erfüllt und zufriedenstellt: „Ich lerne auf diesem Weg jeden Tag neue Menschen kennen. Es gibt dabei zwar ähnliche Probleme, doch keines der Schicksale ist identisch. Ich habe viel Freude an meiner Arbeit, weil ich oft das Gefühl habe, Menschen helfen zu können. Nicht selten erhalte ich E-Mails, in denen sich Angehörige für meine gute Beratung bedanken.“ Momente, in denen Schulte merkt, wie Zugehörigen ein Stein vom Herzen fällt.

Die wohl häufigste aller Fragen an ihn lautet: Welche Kriterien sind ausschlaggebend für die Aufnahme im Stationären Hospiz? „Dafür gibt es klare Vorgaben, die §39a im Sozialgesetzbuch regelt.“ Es sind weder die Religionszugehörigkeit, die Hautfarbe noch sozialer Status, die darüber entscheiden, ob jemand im Franziskus-Hospiz aufgenommen wird, sondern vor allem medizinische Kriterien.

Im Wortlaut des Gesetzes:

Grundvoraussetzung für die Aufnahme in ein stationäres Hospiz ist, dass a) die Versicherte bzw. der Versicherte an einer Erkrankung leidet, die progredient verläuft und bei der eine Heilung ausgeschlossen und eine palliativ-pflegerische und palliativ-medizinische Versorgung notwendig oder von der Versicherten bzw. dem Versicherten erwünscht ist und die lediglich eine begrenzte Lebenserwartung von Tagen, Wochen oder wenigen Monaten erwarten lässt.

Was Siegfried Schulte noch ergänzt: „In unsere Aufnahme-Überlegungen geht noch mit ein, wie alt eine Patientin oder ein Patient ist, wie groß seine Symptomlast ist und ob die Familie bzw. eine ambulante Begleitung seine Krankheit und deren Belastung noch stemmen können. Dazu muss ich mir den Einzelfall genau anschau-



Seit 2020 gehört Siegfried Schulte zum Hospizteam.

en bzw. anhören.“ Grundvoraussetzung für einen stationären Hospizplatz ist, dass eine Ärztin oder ein Arzt die Notwendigkeit dafür durch seine Expertise bestätigt.

Siegfried Schulte ist gut vernetzt. Natürlich weiß er, wer auch außerhalb von Erkrath für eine ambulante oder stationäre Begleitung infrage kommt, wenn er aufgrund der aktuellen Belegung für sein Hospiz keine Zusage erteilen kann. Oft rufen bei ihm Einzelpersonen (wie Ehepartner), häufig auch die Kolleginnen oder Kollegen von Palliativstationen der Krankenhäuser an. „Familien wissen oft beim Erstkontakt mit unserem Hospiz gar nicht, welche anderen Möglichkeiten es noch gibt. Stichwort – ambulante Hospizbegleitung und SAPV (= Spezialisierte Ambulante Palliative Versorgung) Das heißt – kann der Schwerkranken weiterhin im familiären Umfeld wohnen – zum Beispiel unterstützt von Menschen aus dem AHPB-Team, die gemeinsam mit Ehrenamtlichen eine Begleitung organisieren können.

Für Schulte ist sein neues Beratungsfeld vielseitig und herausfordernd zugleich. „Nicht selten kommt es vor, dass ich Familienangehörige über zwei bis drei Wo-

chen berate.“ Stets sei die Nachfrage bedeutend höher als das Angebot an stationären Hospizplätzen: In den ersten 3 ½ Monaten des Jahres 2021 konnte das Franziskus-Hospiz schon 49 Menschen aufnehmen, bei rund 160 Anfragen. Gegenwärtig fällt Schulte eine Besonderheit auf. „Mir scheint, in der Corona-Pandemie wissen viele Zugehörige gar nicht, wie viel wir dafür tun, um Besuche im Stationären Hospiz zu ermöglichen: Konkret: Dass sie ihre schwerkranken Zugehörigen jeweils zweimal zwei Stunden täglich besuchen dürfen. Dazu messen wir im Eingangsbereich bei allen Besucherinnen und Besuchern Fieber und testen sie alle 48 Stunden auf Covid-19. Ich vermute, dass sich viele Menschen wegen dieser Unkenntnis in Corona-Zeiten erst sehr spät bei uns melden und sich um einen stationären Platz kümmern.“ Schulte ist eloquent und ein guter Team-Player: Immer wieder holt er sich für seine Entscheidungen Rat bei seinen Kolleginnen.

Zum Schluss ein kurzer Blick auf Siegfried Schultes Werdegang:

Er wird 1983 in Hilden geboren, macht sein Abitur am hiesigen Helmholtz-Gymnasium und absolviert danach neun Monate Zivildienst in einer Integrativen Schulklasse. Dort weitet sich – im Kontakt mit Kindern mit Handicap – sein Horizont enorm. Danach absolviert er in Mettmann seine Ausbildung als Altenpfleger, arbeitet mehrere Jahre als Pflege-Fachkraft im Alt-Erkrather Haus Bavier, wo er schließlich stellvertretender Bereichsleiter wird. Durch die persönliche Bekanntschaft mit Hospizmitarbeiter Sebastian Pietschek erfährt er 2020 von der freien Stelle in Hochdahl und bewirbt sich erfolgreich. Ein Schritt, den er niemals bereut hat. „Als Mann in einer Frauendomäne wie dem Pflegebereich fühle ich mich auch deshalb sehr wohl, weil ich merke, dass viele Hospizgäste sehr gut auf Männer reagieren.“ Natürlich muss der 37-Jährige hin und wieder seine Batterien wieder auffüllen. Das gelingt ihm am besten in der Freizeit, wenn er sich mit Freundinnen und Freunden trifft oder auch mal alleine längere Spaziergänge unternimmt. „Nach der akuten Corona-Zeit wären ein oder zwei Wochen Strandurlaub natürlich auch sehr schön!“

Die Geschichte von Linda von der Aue

Ein Beitrag von Claudia Schmitz

Könnte ich mir eine ambulante Begleitung zuhause vorstellen? Was heißt das für meine Angehörigen? Könnte uns das tatsächlich entlasten? Oder bin ich besser in einem Stationären Hospiz aufgehoben? Unzählige Fragen, die sich Menschen am Lebensende stellen und sich dann Hospizkoordinatorin Claudia Schmitz, ihren Kolleginnen und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen anvertrauen. Claudia Schmitz hat exemplarisch nachgezeichnet, wie eine ambulante Begleitung abläuft.

Die Anfrage erreichte mich als Koordinatorin vom Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst im Spätsommer. Lisa Spiess hat sich am Hospizempfang gemeldet und um einen Rückruf gebeten, sie hätte Fragen zur ambulanten und stationären Hospizversorgung. So höre ich das erste Mal von Linda von der Aue, der 42-jährigen Frau und ihrer Familie. Lisa Spiess ist in Sorge um ihre Freundin: Die Therapien sind eingestellt worden, die Symptome und die Schwäche wurden

stärker. Das Krankenhaus, aus dem sie vor ein paar Tagen entlassen wurde, hat die Palliativversorgung durch die SAPV Mettmann auf den Weg gebracht. Vorgestern war ein Palliativarzt vor Ort. Wie soll das nur alles gehen? Lisa Spiess sieht, wie sich ihre Freundin Linda mit vielen Fragen quält: Kann ich/ soll ich/ darf ich zuhause bleiben? Was schafft meine Familie? Was kann ich den Kindern zumuten? Lisa Spiess hatte von ihrer Nachbarin den Tipp bekommen, im Hospiz anzurufen. Dort könnte man um Rat fragen.

Im Telefonat verabredeten wir, dass sie ihrer Freundin berichtet, dass es unterschiedliche Unterstützungsangebote gibt und sie ihr anbietet, dass sie im persönlichen Gespräch oder auch telefonisch ihre Fragen stellen kann. Wir könnten dann mit ihr zusammen überlegen, was in ihrer Situation hilfreich sei. Zunächst reagierte Linda von der Aue abwehrend, als die Freundin von dem Gespräch mit dem Hospiz berichtete. Doch als sie hörte, dass es auch um die ambulante Ver-

sorgung geht, willigte sie ein. Aber sie möchte das Gespräch mit mir alleine führen. Und so sitzen wir an einem schönen Spätsommertag auf der Terrasse ihres Hauses. Ihr Mann hat für sie einen ganz bequemen Liegestuhl besorgt, in dem sie trotz ihrer Schmerzen im Rücken sitzen konnte. Sie wirkt gefasst auf mich und hat viele Fragen gesammelt. Zwischen den Zeilen spüre ich ihre große Traurigkeit und Angst. Sie weiß, dass sie nicht mehr gesund wird. Die Ärzte im Krankenhaus haben offen mit ihrem Mann und ihr gesprochen. Sie möchte zuhause sein und bleiben, geht das? Große Sicherheit bietet ihr die SAPV. Das spürt sie schon jetzt nach den ersten beiden Besuchen. Der Palliativarzt hatte gleich am ersten Tag einen sehr differenzierten Blick auf ihre Symptome, vor allem auf die Schmerzen durch die Knochenmetastasen: „Ach, was wäre das für ein Leben, wenn die Schmerzen weniger werden, ich mich wieder auf etwas Anderes konzentrieren könnte!“, sagt von der Aue im Gespräch. Auch die Notfalltelefon-Nummer, unter der sie rund um die Uhr einen Mitarbeiter von der SAPV erreichen kann, gibt ihr eine große Sicherheit. Aber da ist ja auch noch der Alltag, die Familie, das Haus. Zurzeit kann sie sich noch langsam im Haus bewegen, doch sie spürt, dass die Kräfte nachlassen... vielleicht wenn die Medikamente vom Palliativarzt helfen, könnte es besser werden? Aber wenn nicht?

Die Kraft reicht nicht zum Kochen oder zum Wäsche waschen. Ihr Mann Thomas hat ihr gesagt, er macht das schon, er arbeitet ja zu Hause, kann die Kinder mit einbeziehen. „Aber das geht doch nicht! Im Büro türmt sich die Arbeit, es war doch sowieso viel mehr für Thomas geworden seit meiner Krankheit und den vielen Tagen und Wochen, in denen ich nicht mehr mitarbeiten konnte. Mein Mann gibt sich viel Mühe, hat so viel im Kopf, ist manchmal gar nicht anwesend. Und die Kinder haben ihr Leben, ihre Schule, ihre Freunde. Meine Mutter macht sich auch so viele Sorgen, sie hatte schon überlegt, ob sie kommt und unterstützt. Eine Putzfrau haben wir schon seit Jahren...“, beschreibt Linda ihre Situation.



Im Gespräch schauen wir erst noch einmal auf ihre Wünsche und was sie mit dem Wunsch verbindet, zuhause zu bleiben...im eigenen Bett schlafen, die vertrauten Gerüche, Geräusche...und vielleicht gewinnt sie ja doch noch Zeit? Sie will nicht im Krankenhaus sterben und für das Altenheim ist sie doch zu jung. Das Stationäre Hospiz? Eigentlich weiß sie wenig darüber. Klar, als Hochdahlerin hat sie immer schon davon in der Presse gelesen...aber dorthin zu kommen, ist doch so endgültig!

Ich erzähle einiges zum Stationären Hospiz, nenne die Aufnahmekriterien, wie lange bleiben die Gäste, wie sind die Besuchszeiten, gibt es Einzelzimmer? Das Hospiz ist eine Möglichkeit, sie wäre rundum versorgt, wenn das Unterstützungssystem zuhause an die Grenzen kommt oder sie sich nicht mehr sicher fühlt.

Aber man kann für zuhause mittlerweile viel an Unterstützung organisieren, so dass viele Menschen auch zuhause bleiben können. Mit Linda von der Aue überlege ich, welche Unterstützung von ihr gebraucht und gewollt ist. Kann sie sich vorstellen, das Angebot der Mutter anzunehmen? Wie ist es für sie als Tochter, wenn ihre Mutter in ihrem Haus wohnt? Wie ist es für ihre Familie? Aber sie könnte die praktischen Dinge des Alltags abdecken, den Ehemann entlasten oder Ansprechpartnerin für die Kinder sein. Gibt es Freunde, die mal kochen oder einkaufen könnten? Kann die Reinigungskraft noch häufiger kommen? Was machen die Kinder gern und fühlen sie sich nicht belastet, sondern eingebunden?

Wie beschwerlich ist es für sie selbst, hat sie die Kraft zur eigenen Körperpflege? Braucht sie jetzt schon einen Pflegedienst? Kann sie sich das vorstellen? Ein Pflegegrad wurde bereits im Krankenhaus beantragt; es gab aber noch keine Einstufung. Ich gebe Informationen zu unterschiedlichen Pflegediensten. Was kann jetzt oder später als Hilfsmittel das Leben vereinfachen? Wo kann bei abnehmender Mobilität im Haus auf den drei Etagen der Lebensmittelpunkt nun für sie sein? Gibt es eine Patientenverfügung, vor allem eine Vorsorgevollmacht oder benötigt sie dazu Informationen? Dann erzähle ich von der Möglichkeit, dass eine unserer Ehrenamtlichen mit ihr in den Kontakt gehen könnte.

Ehrenamtliche Mitarbeiter werden vom Hospiz in Seminaren auf diese Tätigkeit vorbereitet und möchten Menschen und Familien, die durch eine schwere Erkrankung in eine schwierige Lebenssituation kommen, unterstützen. Sie stellen einen Teil ihrer freien Zeit zur Verfügung, nehmen sich Zeit für ein Gespräch mit ihr oder auch dem Ehemann bzw. den Kindern oder helfen bei ihren Besuchen in kleinen Dingen des Alltags. Manchmal sind regelmäßige Gespräche mit einem Außenstehenden hilfreich, gerade wenn sie nicht so sehr die Familie mit ihren Sorgen oder Gedanken belasten möchte. Wenn sie sich das vorstellen kann, würden wir den Kontakt zu einer Ehrenamtlichen herstellen, die dann ihre Wegbegleiterin werden könnte, vorausgesetzt, sie kommen gut miteinander aus.

Wie gehen die Kinder mit der Situation um? Brauchen sie Ansprechpartner, die sich mit der Gefühlswelt der Jugendlichen gut auskennen? Zum Beispiel eine Begleitung vom Kinderschutzbund Hilden oder eine Familiensprechstunde bei der Krebsberatung Düsseldorf. Nach dieser Fülle von Informationen ist Linda von der Aue anzumerken, dass sie völlig erschöpft ist. Sie wird sich alles durch den Kopf gehen lassen, mit ihrer Familie, vor allem dem Ehemann besprechen und sich melden. Nach ein paar Tagen meldet sich der Ehemann Linda von der Aue bei mir. Seine Frau hat keine guten Tage: Das Schmerzmittel wird umgestellt, sie ist oft sehr müde und kämpft mit Übelkeit, doch es wird von der Tendenz her besser. Sie beide hätten zusammen gesprochen und wünschen eine vorausschauende Anmeldung im Stationären Hospiz, doch so lange wie möglich will sie zuhause sein.

Die Mutter reist morgen an, er ist gespannt, wie es funktioniert.

Seine Frau kann sich den Besuch einer Ehrenamtlichen vorstellen, sie hatte ihn gebeten, schon Bescheid zu geben. Ich soll mich aber erst nach dem Wochenende melden, dann hofft sie, dass es ihr wieder besser geht. Ich telefoniere mit einigen Ehrenamtlichen, die ich mir in dieser Begleitung vorstellen kann und frage nach Kapazitäten. Daniela Schneider ist bereit, Linda von der Aue zu begleiten. Sie kann jedoch durch ihre Berufstätigkeit nur nachmittags. In einem gemeinsamen Besuch, den ich begleite, lernen sich die beiden kennen. Sie kommen fürs erste gut in den Kontakt; beide leben in Hochdahl und finden schnell gemeinsame Themen.

In den nächsten Wochen ist jeder Besuch wieder anders; manchmal erzählt sie von ihren Reisen, ihrem Beruf und vielem anderem, was so schön war und was ihr die Krankheit genommen hat. Oder es gibt Gespräche, die in die Tiefe gehen – Gespräche über ihre Angst und Sorge, wie es für ihre Familie weitergeht.

An manchen Tagen ist Linda von der Aue sehr schnell müde und der Besuch nur kurz. An einem Nachmittag öffnet die Tochter, die Mama schlafte. Sonst sind die Kinder immer schnell wieder in ihren Zimmern verschwunden, heute jedoch entwickelt sich ein Gespräch mit der Tochter. An einem anderen Nachmittag trifft sie auf die Mutter, die sonst immer die Anwesenheit der Ehrenamtlichen nutzt, um einen langen Spaziergang zu machen oder einzukaufen. Die Luftnot ihrer Tochter würde immer schlimmer,



der Palliativarzt hat mit ihrer Tochter und dem Krankenhaus gesprochen. Vermutlich haben Metastasen in der Pleura für Wasseransammlungen gesorgt. Es soll eine externe Drainage gelegt werden. Dadurch könnte das Wasser dann auch zuhause abgelassen werden. Das Reden fällt Linda von der Aue schwer und die Ehrenamtliche spürt, dass sie Angst vor dem Eingriff morgen hat. Sie liest ihr ein paar Seiten aus dem Buch vor, dass sie gemeinsam angefangen haben, um für Ablenkung zu sorgen. Sie gehen mit der Verabredung auseinander, dass sie telefonisch in Verbindung bleiben und wenn der Krankenhausaufenthalt länger sein sollte, bietet Daniela Schneider an, sie im Krankenhaus zu besuchen.

Die Mutter hat auch einmal den Kontakt zur Koordinatorin gesucht; sie kommt nicht gut damit zurecht, dass ihre Tochter oft so abweisend ist. Der Mann hatte zwischendurch ein Gespräch mit der Psychoonkologin der SAPV wegen den Kindern, vor allem Moritz zieht sich immer mehr zurück. Der Vater versucht bewusst mehr Zeit mit ihm zu verbringen. Die Krankheit hat das ganze Familiensystem durcheinander gewirbelt, wie ein Mobile, bei dem sich ein Teil verändert und alles aus der Balance kommt.

Nach dem Krankenhausaufenthalt ist die Luftnot deutlich besser, doch alle spüren, dass ihr die Krankheit sehr zusetzt. Die Schlafphasen häufen sich am Tag, der Appetit lässt zu wünschen übrig, die Mutter kann kochen, was sie will. Linda von der Aue willigt ein zum Pflegebett im Wohnzimmer. Sie schafft einfach nicht mehr die Treppen und auf dem Sofa kann sie nicht mehr liegen durch die Metastasen im Rücken. Abschied vom gemeinsamen Schlafzimmer. Gut, dass die Küche geräumig ist und die Kinder sich mit ihrem Vater dort zurückziehen können, wenn sie Ruhe brauchen. Sonst hat sie immer noch viel Interesse gezeigt, die Kinder brauchen einige Zeit, bis sie es verstehen und ihre Mutter nicht überfordern. Auch der Pflegedienst kommt jetzt öfter, Linda von der Aue kostet die morgendliche Körperpflege so viel Kraft, doch sie kann es auch nicht ertragen, wenn sie ungepflegt wirkt. Ihren Mann will sie nicht belasten und sie merkt, wie schwer er sich mit den Veränderungen ihres Körpers tut. Die Freundin Lisa hat ihre Kosmetike-



rin motiviert, Linda zuhause zu besuchen; anstrengend, aber ein echtes Highlight.

Daniela Schneider wird von Linda von der Aue gebeten, in der Kirche ein Licht für sie und ihre Familie anzuzünden, denn sie selbst schafft den Weg nicht mehr. Dann überschlagen sich die Ereignisse: Sie kann das Bett nicht mehr verlassen, die Kraft ist einfach nicht da. Durch die vielen Schlafphasen und die Medikamente bringt sie auch schon so manches durcheinander. Der Ehemann hat schon im Hospiz angerufen aus der Sorge, dass sie es nicht schaffen, aber aktuell ist kein Platz frei; die Pflegedienstleitung will sich bei ihm melden. Die Familie hat doch schon Pläne für die Weihnachtstage gemacht...

Die Freundin und Daniela Schneider versuchen einige Zeiten abzudecken, um die Mutter und den Ehemann tagsüber zu entlasten, da die Nächte unruhig werden. Tochter Antonia sucht immer wieder die Nähe der Mutter, hält es aber nicht lange dort aus. Die Nacht von Freitag auf Samstag ist ganz schlimm. Der Palliativarzt signalisiert, die Zeit sei begrenzt. Unruhe, sie ruft oft nach Thomas...in ihrer Not telefonieren sie mit dem Palliativarzt. Er kommt und gibt ihr noch ein Medikament zur Beruhigung. Sie wird etwas ruhiger, die Atmung wird tiefer, die Atemgeräusche bleiben, der Ehemann bleibt die Nacht auf dem Sofa im Wohnzimmer, kommt aber kaum zur Ruhe. In den frühen Morgenstunden, er hat doch noch etwas geschlafen, geht er an ihr Bett, redet beruhigend mit ihr. Er kocht sich schnell einen Kaffee und

als er dann ins Wohnzimmer zurückkommt, atmet sie nicht mehr. Er ist kopflos, ruft die SAPV an: Der Arzt würde sich melden und vorbeikommen. Er weckt die Mutter. Wie fühlt man sich, wenn man am Bett der eigenen Tochter steht, die verstorben ist? „Jetzt stark bleiben für Moritz und Antonia“, sagt sie sich. Die Kinder trauen sich nicht ins Wohnzimmer. Nachdem sie miteinander viel geweint haben, macht der Vater ihnen Mut, von der Wohnzimmertür der Mutter adieu zu sagen. Antonia bewegt sich langsam zum Bett der Mutter, streichelt vorsichtig die Hand, dann verschwinden beide Kinder wieder in ihren Zimmern, sie brauchen Zeit.

Der Arzt kommt. Mit dem benachrichtigten Beerdigungsinstitut verabreden sie, dass die Verstorbene am Abend abgeholt wird. So bleibt noch etwas Zeit zum Begreifen und Abschied nehmen. Der Vater wird benachrichtigt und will sich sofort auf den Weg machen. Die Freundin versucht, alles ein bisschen zu rahmen, kocht für alle Kaffee, sorgt für das Mittagessen, obwohl allen überhaupt nicht nach Essen ist. Mittags ruft der Ehemann auch die Ehrenamtliche Daniela Schneider an. Sie fragt, ob sie sich verabschieden darf? Am späten Nachmittag kommt sie zum Verabschieden. Sie bietet der Familie an, sie weiterhin zu unterstützen, wenn sie etwas brauchen und die Koordinatorin zu informieren, die sich am Montag sicher auch noch einmal bei der Familie melden würde. Das Buch, aus dem sie bei den Besuchen vorgelesen hat, haben sie nun nicht mehr zu Ende geschafft.

23 Jahre jung und sehr reflektiert

Der Künstler Horst Wegener ist neuer Botschafter des ambulanten Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienstes.



Hospizkoordinatorin Kornelia Smailes, der neue Hospiz-Botschafter Horst Wegener und der stellv. Hospizleiter Sebastian Pietschek (von links)

Seit dem 1. April (kein Scherz!) ist es amtlich: Der Wuppertaler Künstler Horst Wegener engagiert sich im Franziskus-Hospiz als Botschafter. Obwohl Wegener erst 23 Jahre alt ist, wirkt der Rapper und Singer-Songwriter erstaunlich reif, sobald die Rede auf das Thema „Sterben und Tod“ kommt. „Wir haben meine Großmutter zu Hause bis zum Tod begleitet. Sie ist im letzten Herbst gestorben“, erzählt er. Ihm sei es wichtig, dass Menschen nicht allein sterben müssen und dass das Thema Tod in der Gesellschaft enttabuisiert wird. Dass das Thema bei ihm gut aufgehoben ist, sei ihm erst im Nachhinein so richtig klargeworden. Als Jugendlicher litt er an einer Angststörung, bei der seine größte Angst dem Tod gegolten habe. Mit Hilfe von Therapien hat er diese Angststörung bewältigt.

Über das Engagement von Wegener, der zur Hälfte ecuadorianische Wurzeln hat, freuen sich besonders Sebastian Pietschek, der stellvertretende Hospizleiter und sein Team. „Ich bin unsagbar dankbar und glücklich, ihn als Hospiz-Botschafter zu gewinnen. Er ist ein toller Mensch“, schwärmt Pietschek nach dem Erstkontakt. Wegener ist populär bei jungen Men-

schen. Insofern kann der sympathische junge Mann ein guter Türöffner sein. Kornelia Smailes (Koordinatorin des ambulanten Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienstes) und Sebastian Pietschek hoffen, dass er ihnen helfen kann, junge Menschen zu finden, die sich im ambulanten Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst ehrenamtlich engagieren möchten. Schulungen bereiten die jungen Interessierten sehr gezielt auf ihre Arbeit vor. Übrigens schlug die Nachricht „Horst wird neuer Hospiz-Botschafter“ in den sozialen Medien (es gab knapp 10.000 Kontaktel) sofort ein. Daraufhin bewarben sich zwei junge Frauen zwischen 20 und 30 Jahren für den am 16.4. beginnenden Ehrenamtskurs.

Sebastian Pietschek hatte Horst Wegener gemeinsam mit dem Wuppertaler Unternehmer Thilo Küpper, der Wegener schon länger kennt, am 29. März erstmalig ins Stationäre Hospiz eingeladen. Beim Erstbesuch war der Künstler sehr beeindruckt von der lebensbejahenden Stimmung und der im Hospiz geleisteten Arbeit. „Während meiner ersten Gespräche mit den Mitarbeitenden des Franziskus-Hospizes ist mir positiv aufgefallen, dass hier das Leben gefeiert wird, statt auf den Tod zu warten.

Das ist ein schöner Ansatz. Ich freue mich, durch mein persönliches Netzwerk und meine Arbeit diesen Gedanken in die Welt zu tragen und zu zeigen, wie wichtig Hospizarbeit ist und welche großartige Arbeit die vielen Ehrenamtlichen hier leisten.“

Horst Wegener hat bereits konkrete Ideen, wie er den Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst unterstützen kann: Denkbar wäre für den Jungunternehmer (der während des Lockdowns mehrere Firmen gründete) einen Musik-Workshop für interessierte schwerkranke Kinder bzw. ihre Geschwister anzubieten – oder mit ihnen Filmaufnahmen zu machen. Auf die Frage einer lokalen Pressevertreterin, ob er sich demnächst auch einen Musiktext über Hospizarbeit vorstellen könnte, antwortete der Wuppertaler „Durchaus!“. Das klingt vielversprechend. Deswegen sind viele gespannt auf die gemeinsamen Hospiz-Projekte mit dem Rapper. Nun hat das Franziskus-Hospiz eine Schirmherrin und einen Botschafter. Denn auch weiterhin bleibt dem Hospiz die Bundestagsabgeordnete Michaela Noll als engagierte Schirmherrin erhalten.

„Herzessache“

Ein neues Projekt im Franziskus-Hospiz

„Wir möchten unseren Gästen beim Einzug eine kleine Freude bereiten. Jeder bekommt ein selbstgenähtes Herzkissen auf sein Bett gelegt. Ein kleines Symbol mit großer Wirkung,“ erläutert Pflegedienstleiterin Andrea Jordan die Ursprungsidee, die sie gemeinsam mit ihren Kolleginnen vom Stationären Hospiz entwickelt hat. „Als unsere Idee konkret wurde, ergaben sich viele weitere Ideen, so dass wir das Thema „Herzessache“ zu einem Jahresprojekt rund um das Herz gestalten werden. „Die Mitarbeitenden – vom FSJler bis zum Hospiz-Urgestein – sind von der „Herzessache“ begeistert.

Neben den Herzkissen für Hospizgäste werden auch Kissen genäht, die Besucherinnen und Besucher sowie Mitarbeitende im Eingangsbereich des Hospizes gegen eine Spende erwerben können. Das Team um Andrea Jordan wird außerdem kleinere Herzen nähen, die mit Dinkel befüllt werden und gut geeignet sind als Wärmekissen.

- Es werden **Herzkarten** gestaltet mit wunderschönen Motiven.
- Leckere **Herzplätzchen** entstehen im Backofen.
- In unserer **Marmeladenmanufaktur** gibt es eine Edition „Herzessache“.
- Kleine **Herzen als Anhänger** werden per Hand genäht.
- Es folgen **„Tonherzen“** für die Aromatherapie.
- Nicht zuletzt gibt es „Herzessache“ als wohligen Duft – dazu extra ein **Aroma-Öl**.



Farbenfroh und weich: Hospiz-Herzkissen auf der Ruhebänk

Die ganze Aktion HERZENSSACHE soll am 9. Mai vorgestellt werden: Da ist gleichzeitig Muttertag und der 26. Geburtstag unseres Stationären Hospizes. Passend zum Jubiläum soll ein kleiner Verkaufsstand vor dem Hospiz aufgebaut werden.

Andrea Jordan ist froh, dass es für die Basis-Materialien schon einen finanziellen Grundstock gibt. Sie hatte im Frühjahr 2020

(gemeinsam mit anderen Mitarbeiterinnen) Hunderte von Mund-und-Nasen-Schutz-Masken genäht. Die Masken wurden beim Beginn der Corona-Pandemie am Hospizeingang gegen eine Spende an interessierte Besucherinnen und Besucher sowie Mitarbeitende weitergegeben. „Die gesammelten Spenden können wir gut dafür nutzen, um für die Kissen eine hochwertige Füllung zu kaufen.“

Vereinsinformation

Liebe Vereinsmitglieder,

vermutlich hat jeder von Ihnen und uns die Hoffnung, dass die Corona-Pandemie – auch wenn die Fallzahlen momentan noch hoch sind – bald ein Ende finden wird. So sind auch wir, der Vorstand, guter Dinge, dass wir uns noch in diesem Jahr zu einer Mitgliederversammlung sehen können, um

Sie, verehrte Mitglieder, über wesentliche Ereignisse in der Vergangenheit und Gegenwart sowie über Entwicklungen in der Zukunft zu informieren. Außerdem stehen, wie Ihnen bekannt ist, in diesem Jahr Vorstandswahlen an.

Aufgrund der aktuellen Pandemieentwicklung halten wir es für unrealistisch,

jetzt bereits einen Termin für die Mitgliederversammlung zu nennen. Sobald sich diesbezüglich eine positive Entwicklung einstellt und eine Präsenzveranstaltung wieder möglich sein wird, werden wir uns wieder an Sie wenden und Sie zur Mitgliederversammlung einladen.

Ihr Christoph Herwald

Neugestaltung der Station



Das Stationäre Hospiz hat in den letzten beiden Jahren ein modernes Gewand bekommen. Das zeigen das umgestaltete Wohnzimmer mit neuem Aquarium (beide Fotos oben) wie auch die Bewohnerzimmer der Hospizgäste (unten links) und die Stations-Essküche (unten rechts). Außerdem gab es vorübergehend einen Hingucker im Hospiz-Innenhof zu sehen. Dort flogen Seifenblasen durchs regenbogenfarbene Licht (Foto Mitte links).



Eine unverhoffte Spende der Bundeswehr

Zwei Soldaten halfen mit Covid-Schnelltests und sammelten 1.111,11 Euro

Völlig überraschend haben die beiden Hauptfeldwebel Timo Schubert und Ihno Blaauw zusammen mit ihrer Einheit vom „Taktischen Luftwaffengeschwader 71 – Richthofen“ 1.111,11€ gespendet. Eigentlich waren sie „nur“ zum Arbeiten in Hochdahl eingeteilt.

Beide Soldaten waren drei Wochen lang im Franziskus-Hospiz im Einsatz, um Covid-Schnelltests durchzuführen. Von Anfang an fühlten sich beide sehr mit dem Haus verbunden, dass sie in ihrem Hotel eine Spendenbox aufstellten. Das Tolle ist: Alle Soldatinnen und Soldaten, die im Kreis Mettmann im Einsatz sind, haben gespendet. „Wir fühlen uns sehr wohl hier im Franziskus-Hospiz Hochdahl und möchten mit der Spende unsere Wertschätzung für das Haus zum Ausdruck bringen,“ so Hauptfeldwebel Schubert. „Wir hatten von Anfang das Gefühl, einer großen Familie anzugehören!“

Während ihres Einsatzes konnten die Soldaten vielfältige Einblicke ins Hospizleben gewinnen. Timo Schubert und Ihno Blaauw haben nicht nur beim aktuellen Kunsttherapie-Projekt „Wellenspiel“ von Tina Kreil mitwirken dürfen. Einmal konnten sie auch als Zaungäste bei einer Dienstübergabe im Hospiz teilnehmen. „Es ist schon toll, wie sehr dabei auf jeden Hospizgast und seinen individuellen Zustand geachtet wird“, so die Soldaten. „Außerdem ergaben sich bei unseren Covid-Schnelltests von Zugehörigen, die Hospizgäste besuchen, sehr interessante Gespräche. Mitunter flossen auch Tränen“, berichtet der 34-jährige Timo Schubert, der in seinem Bundeswehralltag im ostfriesischen Wittmund ganz andere Aufgaben übernimmt. Als Techniker kümmert er sich vornehmlich um die Wartung von Gerätschaften der Luftwaffe.

„Wir freuen uns sehr über die Spende und sehen den Einsatz der Bundeswehr nicht als selbstverständlich an. Dass wir dann noch eine Spende erhalten, überwältigt mich total,“ gesteht der stellvertretende Hospizleiter Sebastian Pietschek. „Besonders möchten wir auch Landrat Thomas Hendele danken, der sich tatkräftig für das

Bundeswehr-Engagement in 41 Einrichtungen des Kreises Mettmann eingesetzt hat. Dadurch hat er es ermöglicht, dass uns so großartige Menschen wie die beiden Hauptfeldwebel geholfen haben.“

Kurz vor der Scheck-Übergabe wurden beide Soldaten und ihre Wittmunder Einsatzleiter Thomas Oertel und Henning Claasen von Pflegedienstleiterin Andrea Jordan begrüßt und zu einem kleinen Rundgang im Stationären Hospiz eingeladen. Die beiden Hauptmänner waren sichtlich angetan von der in Hochdahl geleisteten Hospizarbeit. Ein Besuch gewiss mit nachhaltiger Wirkung. „Wir werden demnächst auch in Wittmund über diesen Besuch in der Bundeswehr-Presse berichten“, betonte Hauptmann Thomas Oertel.

Drei Wochen zuvor hatten zwei weitere Soldaten, die aus sehr unterschiedlichen Berufsfeldern kommen, im Hospiz geholfen: Ein 22-jähriger Ober-Fähnrich, der

ansonsten in der Pressestelle der Bundeswehr arbeitet und ein 31-jähriger Hauptmann, der als studierter Sportwissenschaftler die Fitness-Programme für Eurofighter-Piloten begleitet. Beide führten täglich rund 20 Schnelltests (inklusive Dokumentation) durch, um das Hospizteam drei Wochen lang zu entlasten. „Eine prima Unterstützung“, betonten Sebastian Pietschek und sein Hospizteam. „Wir empfinden das als tolles Zeichen der Bundeswehr, uns in der Corona-Krise zu unterstützen“, lobte der stellvertretende Hospizleiter den Einsatz der beiden, die sich in ihrer ungewohnten Einsatzstelle wohl fühlten. Auch der Zugführer, also Vorgesetzte, der beiden sprach von einer win-win-Situation. „Für uns ist es eine menschlich große Bereicherung, hier helfen zu dürfen.“ Was das Hospizteam vor allem freut: Bis Ende April haben in kontinuierlicher Folge insgesamt zehn Soldaten das Franziskus-Hospiz bei den Schnelltests unterstützt und das Haus auch menschlich bereichert. Dafür ein großer Dank!



Hauptfeldwebel Timo Schubert, Sebastian Pietschek, stellv. Hospizleiter, und Hauptfeldwebel Ihno Blaauw bei der Spendenübergabe (von links).

„Immer noch wach“

Ein kurze Buchbesprechung

Der 30-jährige Alex verliert den Boden unter den Füßen, als er die Diagnose Krebs im Endstadium erhält. „Wie viel Zeit bleibt mir noch – und was damit anfangen?“ Zunächst entscheidet sich Alex dafür, die verbleibenden guten Tage mit seinen liebsten Freunden zu verbringen, dann jedoch plant er den Gang ins Hospiz. Dort macht sein Leben nochmals eine Kehrtwendung.

Auch ohne diesen speziellen Wendepunkt ist das Buch schon lesenswert: Der Leser erfährt in Rückblenden viele Facetten aus Alex kurzem Leben und seine schwankende Gefühlswelt: Seine Berufspläne, der familiäre Umgang mit Krankheit und Tod – die Verdrängung der

väterlichen Krebserkrankung, die zunehmend zerbröckelt, die widersprüchlichen Gefühle von Kontaktfreude und persönlichem Rückzug. Schließlich der allmähliche Sinneswandel beim Abarbeiten der Löffelliste, in der Alex alles notiert hat, was er vor seinem Tod noch erledigen will, wie etwa die Aussprache mit der Exfreundin.

Das Besondere am Roman von Jungautor Fabian Neidhardt ist nicht zuletzt sein Tonfall: Das Gefühls- und Gedanken-Schwere erscheint mit einer besonderen lakonischen Leichtigkeit, mitunter ist dieser Mix etwas schwarz-humorig. So die erste Begegnung zwischen Alex



und der Hospizleiterin, die ihm den Hospiz-Gemeinschaftsraum zeigt und er entgegnet: „Eigentlich fehlt nur noch der Bolzplatz.“ Worauf die Leiterin kontert: „Mit 16 Patienten bekommen wir keine zwei Mannschaften zusammen, und bis wir sie fit haben, ist die Hälfte schon gestorben.“

„Immer noch wach“ ist kein Sachbuch über das Hospizleben, sondern ein anregender warmherziger Roman.

Das Buch ist 2021 im Haymon-Verlag erschienen, es hat 265 Seiten und kostet 22,90 Euro.

ANSPRECHPARTNERINNEN UND -PARTNER IM FRANZISKUS-HOSPIZ HOCHDAHL (FHH)

Telefon 02104 9372-0

Hospiz-Empfang

Claudia Dickie und Elena Müller
(und weitere Mitarbeitende des FHH)

Hospiz-Leitung

Silke Kirchmann und Sebastian Pietschek (stellv.)

Assistentinnen der Hospiz-Leitung

Nicole Breloh und Stephanie Meis

Pflegedienstleitung im Stationären Hospiz

Andrea Jordan und Christina Herzig (stellv.)

Anfrage-Management im Stationären Hospiz

Siegfried Schulte

Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst (AHPB)

Claudia Schmitz, Sabine Mischke, Christiane Dommach
Mühlenstraße 15, 40822 Mettmann, Telefon 02104-9372-41

AHPT in der SAPV-Mettmann Süd GmbH

Sebastian Pietschek und Beate Müller (stellv.)

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst

Kornelia Smailes

Seelsorge

Carola Engel

Hauswirtschaft

Daniela Löbe, Barbara Miosga, Marcel Röttger

Haustechnik

Uwe Böhm

Vereinsbüro des Franziskus-Hospiz e.V. Hochdahl

Anke Banken

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Gerd Michalek

IMPRESSUM

LEBENSWEDE | *Forum des Franziskus-Hospiz e. V. Hochdahl*

Herausgeber:

Franziskus-Hospiz e. V. Hochdahl
Christoph Herwald, Vorsitzender
Hospiz-Zentrum & Büro, 40699 Erkrath, Trills 27
Telefon 02104 9372-0 · Telefax 02104 9372-98

Spendenkonto:

Kreissparkasse Düsseldorf
IBAN: DE90 3015 0200 0003 1056 08 | BIC: WELADED1KSD

VR Bank eG Monheim

IBAN: DE54 3056 0548 0505 9000 14 | BIC: GENODED1NLD

Redaktion:

Gerd Michalek, Silke Kirchmann

Mitarbeitende dieser Ausgabe:

Claudia Schmitz, Stephanie Meis, Christoph Herwald

Fotonachweise: Stephanie Meis (S.3), www.istockphoto.com (S.5,6,7), Carola Engel (S.9), Nilgün Gürsoy (S.2), Gerd Michalek (S.2,8), Ria Garcia (S.11), Steffen Funk (S.10)

Titelfoto:

Sebastian Pietschek

Gestaltung:

Marienhaus Dienstleistungen GmbH, PR-Agentur

Druck:

FLYERALARMS GmbH, Alfred-Nobel-Str. 18, 97080 Würzburg

Auflage:

1.000 Exemplare