

Heimatbuch 2026
des Landkreises Wolfenbüttel
"Engagement und Ehrenamt"

Ulrike Jürgens

„Du bist nicht allein auf deinem Weg.“
Einblicke in hospizliche Ehrenamtsarbeit

„Das könnte ich nicht!“ Diese Reaktion bekommen viele Ehrenamtliche zu hören, die sich im Hospizverein engagieren. Sie haben jedoch das innere Bedürfnis, Menschen in der letzten Lebensphase zur Seite zu stehen. Sie ahnen oder wissen: Schwerstkranke und sterbende Menschen und ihre Angehörigen sind verunsichert, verzweifelt – oft sogar orientierungslos. Häufig sind eigene Erfahrungen Auslöser für ein Engagement im hospizlichen Bereich.



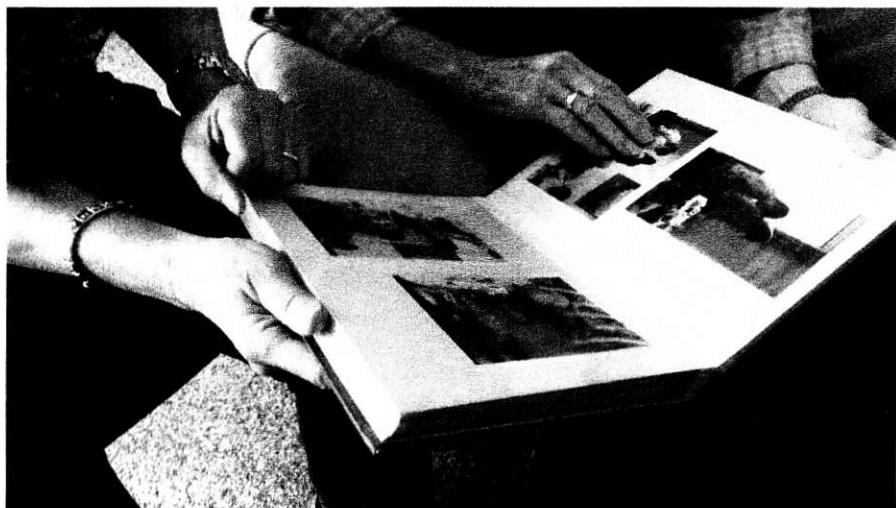
Jeder Vorbereitungskurs beginnt mit einem gemeinsamen Wochenende. Im Frühjahr 2025 setzten sich diese zehn Frauen und ein Mann unter Leitung von Mechthild Ludwig-Mayer (zweite von rechts) zunächst mit ihrer eigenen Lebensgeschichte auseinander. (Foto: Beate Röver.)

Manuela G. (Ehrenamtliche): „Mein Vater ist im Hospiz gestorben. Das war für uns als Familie – trotz aller Traurigkeit – ein guter Abschied. Als ich in den Ruhestand gegangen bin, stand dann für mich fest: Ich möchte mich auch hospizlich engagieren. Ich möchte einen Vorbereitungskurs zur Sterbebegleitung machen.“

Ehrenamt mit Zertifikat

Die Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen kann man nicht erlernen. Aber man kann darauf vorbereitet werden. Der Kurs von 140 Stunden erstreckt sich über zehn Monate. Dabei geht es neben Informationen immer wieder um Kommunikation. Dazu gehört auch, unbewusste und nonverbale Signale wahrzunehmen, über vorsichtige Berührung in Kontakt zu treten oder auch ratlose Stille auszuhalten. Einen ersten Einblick in die Praxis erhalten die Teilnehmenden über die Hospitation in einer Klinik, in einem Hospiz, bei einem Pflegedienst. Sie können wählen, ob sie in den ambulanten Hospizdienst gehen oder im stationären Hospiz unterstützen (oder beides).

Nicole (Ehrenamtliche): „Der Vorbereitungskurs war eine große Bereicherung für mich. Tolle Menschen habe ich kennenlernen dürfen. Sie



Fotos erzählen Geschichten – holen Vergangenes aus der Versenkung. Bei einem gemeinsamen Blick ins Fotoalbum werden Erinnerungen wach, Ereignisse und Personen lebendig. (Foto: Hospizverein.)

sind achtsam, empathisch, aufmerksam, humorvoll und haben ein großes Herz. Ich bin sehr dankbar, dass ich zusammen mit ihnen diesen Weg gehen darf.“

Ambulanter Hospizdienst

In Wolfenbüttel und im Landkreis besuchen seit fast 20 Jahren Ehrenamtliche des Hospizvereins schwerstkranke und sterbende Menschen. Sie gehen dorthin, wo sie leben: zu ihnen nach Hause oder in eine Einrichtung. Die meisten Menschen möchten in ihrer vertrauten Umgebung sterben. Der Hospizdienst kann dazu beitragen, dass das – im Zusammenwirken mit einem Arzt/einer Ärztin und einem Pflegedienst – möglich wird. Jeder, der die Diagnose einer lebensbedrohlichen oder lebensverkürzenden Erkrankung bekommt, kann sich beim Hospizverein melden. Eine der Koordinatorinnen macht sich ein Bild von Situation und Bedarf und vermittelt jemanden für die Begleitung. Und dann begegnen sich zwei Menschen, die sich zuvor nicht kannten...

Verlässliche Zeitschenker

Nach Absprache kommt die Begleiterin oder der Begleiter einmal oder auch mehrmals in der Woche. Auch wenn die Ehrenamtlichen offiziell für die Sterbegleitung da sind: Sie nennen sich lieber Hospizhelferin oder Hospizhelfer, Besuchsdienst oder einfach: Zeitschenker. Und genau das sind sie in erster Linie. Sie bringen Zeit mit, sind offen für die Wünsche und Bedürfnisse der kranken Menschen. Im Vordergrund stehen ganz alltägliche Themen: das Wetter, das aktuelle Geschehen, Ereignisse in der Familie. Die Ehrenamtlichen lesen vor oder erfüllen Musikwünsche, manchmal machen sie einen Spaziergang oder gehen in ein Café. Je länger die Begleitung dauert, umso größer wird das Vertrauen. Dann spricht man auch mal über Krankheit, Sterben, Tod und Trauer. Oder auch über Themen, die sie mit anderen nicht gut besprechen können oder auch nicht mögen.

Juliane B. (Ehrenamtliche): „Ich bin schon viele Jahre Hospizhelferin. Manche mögen es nicht glauben: Ich verbringe gerne Zeit mit Menschen, die bald sterben werden. Oft bleiben dafür nur wenige Wochen. Aber manchmal habe ich das große Glück, einen Menschen über viele Monate begleiten zu können – in seine Lebensgeschichte tief „eintauchen“ zu können. Nie werde ich die 90-jährige alte Dame vergessen, die ich zwei Jahre lang in ihrem kleinen Zimmer im Pflegeheim be-

suchte. Ihr strahlendes Lächeln, mit dem sie mich stets beim Eintreffen begrüßte, habe ich immer noch lebendig vor Augen.“

Entlastung der Angehörigen

Pflegende Angehörige überfordern sich leicht. Auch für sie sind die Ehrenamtlichen da.

Heike Sch. (nach dem Tod des Ehemannes): „Als erstes hat mich die Hospizbegleiterin meines Mannes immer gefragt: ‚Wie geht es Ihnen?‘ Diese Frage konnte ich zuerst gar nicht annehmen; es ging doch um meinen kranken Mann. Sie hat mir zugeredet, einen Spaziergang zu machen oder mich einfach mal schlafen zu legen.“

Christina P. (nach dem Tod ihrer Mutter): „Lange Zeit dachte ich: Ich schaffe das allein mit meiner Mutter. Schließlich folgte ich doch dem Rat des Hausarztes und meldete mich beim Hospizverein. Von da an kam regelmäßig eine Hospizhelferin, jeden Mittwochnachmittag zur selben Zeit. Meine Mutter konnte sich ihren Namen nicht merken. Für sie war sie ihre Freundin. Wie oft hat sie mich gefragt: ‚Wann kommt denn meine Freundin?‘ Die konnte sich ganz auf sie einstellen. Mit einer Engelsgeduld ging sie auf sie ein, beantwortete ihre wiederkehrenden Fragen, nahm ihre Ängste ernst, war für drei Stunden in der Woche ein ruhender Pol – für sie und auch für mich. Während dieser Zeit konnte ich ohne Druck und gedankliche Belastung unsere Pferde und Ziegen versorgen und Stalldienst machen. Bei der Hospizhelferin wusste ich meine Mutter in guten Händen. Auch für mich war sie so etwas wie der Fels in der Brandung. Wie oft haben wir beim Abschied noch eine Weile am Gartentörchen gestanden und alles bedacht. Sie nahm auch mich ernst mit meinen Sorgen und Gefühlen.“

Die Ehrenamtlichen können auch Anregungen geben – zum Beispiel für Lagerung und Mundpflege. Nicht selten werden sie mit der Sorge konfrontiert, dass der kranke Mensch verhungert oder verdurstet. Dann können sie beruhigen und erklären: „Der Mensch stirbt nicht, weil er nicht isst, sondern er isst nicht, weil er stirbt.“

Hilfreich sind auch die Letzte-Hilfe-Kurse, die geschulte Ehrenamtliche des Vereins für die Öffentlichkeit regelmäßig anbieten. Und spätestens dann sollten auch Vorsorge-Dokumente erstellt oder die vorhandenen geprüft werden. Auch hierfür gibt es qualifizierte Ehrenamtliche im Verein.

So fing es an...

Im August 2006 kommen dreizehn engagierte Bürgerinnen und Bürger zur Gründungsversammlung zusammen.

Dagmar Ammon: „Die Initiative ging von Dörthe Weddige-Degenhard aus, die damals im Landtag saß. Und wir zogen mit. Dabei waren wir uns einig: Sterben ist ein Teil des Lebens. Wir treten ein für ein würdiges Sterben. Noch im selben Jahr wurde unser Verein als gemeinnützig anerkannt. Zu der Zeit trafen wir uns noch reihum zu Hause bei den Vorstandsmitgliedern.“

Zwei Jahre später sind die ersten Ehrenamtlichen zertifiziert. In Stadt und Landkreis startet die hospizliche Begleitung für Menschen am Lebensende. Schon 2010 geraten auch trauernde Menschen in den Blick: Einzelgespräche werden angeboten und Spaziergänge unter dem Motto „Trauer in Bewegung“ für Gruppen. Bald kommt das Trauercafé dazu.



Von den 13 Frauen und Männern, die 2006 den Hospizverein Wolfenbüttel gegründet haben, sind acht zur Einweihung des HospizZentrums am 16. Juni 2024 gekommen. Mit Freude und Dankbarkeit schauen sie auf die Entwicklung „ihres“ Vereins. (Foto: Bernd Jürgens.)

Schließlich wird auch die langgehegte Idee eines stationären Hospizes Wirklichkeit. Im Juli 2024 wird in Wendessen das „Hospiz im Gutspark“ eröffnet. Zehn Menschen können hier in ihrer letzten Lebensphase rund um die Uhr versorgt und umsorgt werden.

Vielfältiges Ehrenamt im stationären Bereich

Auch im „Hospiz im Gutspark“ gehören Ehrenamtliche zum Konzept. Hier sind zertifizierte Sterbebegleiterinnen und Sterbebegleiter zu verlässlichen Zeiten vor Ort. In Absprache mit der Sozialdienstleitung gehen sie zu den Gästen in die Zimmer. Oder sie übernehmen die „Sprechstunde“ für Angehörige. Auch gehen sie mit den Gästen in den Hospizgarten, plaudern mit ihnen auf der Terrasse oder setzen sich zu ihnen ans Bett.

Mileva (Ehrenamtliche): *Ich engagiere mich ehrenamtlich im Hospiz. Hier habe ich gelernt, die Situationen so anzunehmen, wie sie sind. Der Mensch, den ich hier regelmäßig begleite, wird bald sterben. Ich lasse mich voll und ganz auf ihn ein. Ich kann ihm Zuneigung geben, so dass er sich geborgen und behütet fühlt. Dabei achte ich sehr genau darauf, was er mir mitteilen will – auch und gerade, wenn er vielleicht nicht mehr sprechen kann. Vor allem kann ich ihm vermitteln: Du bist nicht allein auf deinem letzten Weg – und kann ihm vielleicht sogar noch ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Bei all dem kann ich ihm und mir Zeit lassen.*

Im Hospiz gibt es viele Möglichkeiten, sich ehrenamtlich einzubringen. Die einen arbeiten in der Küche oder im Garten, andere in der Verwaltung. Auch für spirituelle Fragen gibt es Ansprechpartnerinnen, die den psychosozialen Dienst unterstützen. Sie alle bringen Zeit mit. Sie bereichern das Leben im Hospiz. Es sind Zeitschenker, die von ihrer Lebenszeit anderen etwas abgeben.

Manuela B. (Ehrenamtliche): „*Mein Vater ist hier gestorben. Dass er nur noch kurze Zeit leben würde, stand fest. Aber dabei kommt es vor allem auf das Wie an. Und das war hier – wenn man es so sagen kann – ein gutes Sterben. Jetzt komme ich regelmäßig und arbeite in der Küche mit. Manchmal backe ich morgens schon zu Hause einen Kuchen und bringe ihn mit. Dann habe ich mehr Zeit für Gespräche oder zum Zuhören. Die Angehörigen liegen mir besonders am Herzen. Aus eigener Erfahrung kenne ich ihre Sorgen und Fragen und kann mich „auf Augenhöhe“ mit ihnen austauschen.*

Das Leben ohne den geliebten Menschen

Die Zeit von der Diagnose bis zum Tod ist für Angehörige belastend und anstrengend. Nach der Bestattung tritt plötzlich Ruhe ein – und oft Leere. Wie kann das Leben ohne den geliebten Menschen weitergehen? Nicht alle schaffen den Weg durch die Trauer allein. Sie brauchen Austausch mit anderen und Anregungen. Der Bedarf an dieser Art der Begleitung in der Trauerzeit ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Auch hier geben Ehrenamtliche Halt und Unterstützung.

Jörn F. (ein Jahr nach dem Tod seiner Frau): „*Ich weiß nicht, wie ich das ohne meine Trauerbegleiterin geschafft hätte.*

Angebote für Trauernde

Wer in seiner Trauer Hilfe sucht, wird zunächst zu einem Gespräch eingeladen. Was wird diesem Menschen helfen? Eine Einzelbegleitung? Das niedrigschwellige Trauercafé? Die Spaziergänge bei „Trauer in Bewegung“? Die Teilnahme an einer geschlossenen Trauergruppe? Alle Angebote werden von zertifizierten Trauerbegleiterinnen und einem Trauerbegleiter geleitet. Das Trauercafé und „Trauer in Bewegung“ finden bewusst sonntags statt, weil dieser Tag Trauernde am meisten belastet.

Axel W. (nach dem Tod seiner Frau): „*Im Trauercafé habe ich gesehen, dass jeder Mensch mit seiner Trauer anders umgeht und versucht, sein Leben auf neue Beine zu stellen. In langen Gesprächen mit meiner Trauerbegleiterin ist die Einsicht gewachsen: Es gibt ein Leben ohne meine Frau. Erlebtes soll nicht vergessen werden, aber Mut für Neues darf entstehen.*

Während die Sterbebegleitung mit dem Tod des begleiteten Menschen endet, nimmt die Trauerbegleitung das zukünftige Leben des Menschen in den Blick. Einige Ehrenamtliche engagieren sich sowohl in der Sterbebegleitung als auch in der Trauerbegleitung.

Auch Kinder trauern

Nicht nur alte Menschen sterben. Wenn ein jüngerer Mensch stirbt, bleiben nicht selten auch Kinder zurück. Die Familie ist aus dem Gleichgewicht geraten. Der verbleibende Elternteil muss vieles auffangen und ist zugleich mit sei-



Neun weitere Ehrenamtliche haben die Qualifikation zur Trauerbegleitung unter Leitung von Barbara Imfeld-Pinkepank (rechts) abgeschlossen. Koordinatorin Tatjana Döring (links) kann dem gestiegenen Bedarf nun besser gerecht werden. (Foto: Hospizverein.)

ner eigenen Trauer beschäftigt. Kinder trauern auch, aber sie trauern anders als Erwachsene. Genau das wissen die hierauf spezialisierten Ehrenamtlichen, die für Kinder zwischen 5 und 12 Jahren eine Trauergruppe anbieten.

Ein Beispiel aus der Gruppe: Die Kinder sollen den Umriss ihres Körpers auf eine Tapetenrolle zeichnen und mit unterschiedlichen Farben ihre Gefühle hineinmalen. Ein Mädchen malt einen großen rosafarbenen Fleck: „Das seid ihr, die Gruppe. Ihr tut mir doch so gut.“

Manchmal haben auch Kinder eine schwere Erkrankung

Manche Kinder kommen bereits mit einer lebensverkürzenden Erkrankung auf die Welt. Sie entwickeln sich nicht wie andere Kinder, brauchen viel Zuwendung, Pflege – häufig rund um die Uhr. Einige Ehrenamtliche sind darauf

„Du bist nicht allein auf deinem Weg.“

spezialisiert: Sie sind für die gesamte Familie da: die Eltern, das erkrankte Kind, Geschwisterkinder. Um die vielfältigen Anforderungen über einen langen Zeitraum leisten zu können, übernehmen immer zwei Ehrenamtliche gemeinsam diese Begleitung.

Ohne Ehrenamt keine Hospizarbeit

Die Hospizarbeit ist aus einer bürgerschaftlichen Initiative hervorgegangen. Es gibt inzwischen einige hauptberufliche Kräfte, aber die vielfältigen Angebote des Hospizvereins Wittenbüttel sind ohne die ehrenamtlichen Zeitspender nicht möglich. Sie sind die Mitte, das Herz des Vereins. Aus den ursprünglich 13 Gründungsmitgliedern sind inzwischen über 750 geworden (Ende 2025) – ein Beweis für die gesellschaftliche Anerkennung der hospizlichen Vereinsangebote. Auch die kontinuierlichen Spenden von Stiftungen und Vereinen, von Unternehmen und Institutionen, von Bürgerinnen und Bürgern zeigen, wie wichtig vielen die Tätigkeit des Hospizvereins ist.

Christiana Steinbrügge (Landrätin): „Ich schätze die Arbeit des Hospizvereins, weil die Ehrenamtlichen schwerstkranken Menschen eine letzte Lebensphase ermöglichen, die geprägt ist von Geborgenheit. Für die Kranken und ihre Angehörigen sind sie eine große Hilfe, um in Würde und Liebe Abschied nehmen zu können.“

Hospizarbeit als gesellschaftliche Aufgabe

Hospizliches Engagement beruht auf einer respektvollen Haltung zum Leben – zum Leben in Würde bis ganz zuletzt. Mit der Für-Sorge für Menschen bei krisenhaften Übergängen des Lebens übernehmen die Hospizvereine Mit-Verantwortung. Sie tragen zahlreich und vielfältig zu einer sorgenden Gemeinschaft bei. Ihr Engagement und ihre Haltung sind Teil einer Sorgekultur, die unsere Gesellschaft zunehmend braucht.

Ulrike Jürgens ist ehrenamtliche Hospizhelferin; den Hospizverein Wittenbüttel unterstützt sie zudem ehrenamtlich im Vorstand und im Bereich Öffentlichkeitsarbeit.