

Ausgabe 01 – 2009

# *Der Wegbegleiter*

Hospizverein Neukirchen-Vluyn e.V.  
Informationsbrief für Mitglieder, Freunde und Förderer



**Ausbildung Palliative Care  
Orte des Abschieds  
Trauerkommunikation  
Rückblick Hospiztag**

# Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer des Hospizvereins,



mit dem neuen Wegbegleiter möchten wir Sie wieder über unsere aktuelle Arbeit informieren, Sie wissen lassen, wo unsere Schwerpunkte vor Ort

liegen. Auf dem bundespolitischen Parkett ist keinerlei Bewegung beim Thema Patientenverfügung so kurz vor den Wahlen feststellbar.

Wenn ich von Bewegung spreche, bin ich stolz, Ihnen heute mitteilen zu können, wie aktiv vor Ort sich der Hospizverein einbringt. Ich denke dabei nicht nur an verschiedene Präsentationen in der Öffentlichkeit, wie beispielsweise die Seniorenmesse. Ich spanne den Bogen weiter.

Mit Beginn des Jahres haben wir eine Weiterbildungsmaßnahme, Palliative Care, auf den Weg gebracht und in Teilen finanziell unterstützt. Die Resonanz aus der Teilnehmergruppe ist sehr positiv, denn im Pflegealltag nimmt die Betreuung Schwerstkranker – leider meist für den kurzen Zeitabschnitt nach dem Klinikaufenthalt – zu.

In den stationären Einrichtungen vor Ort sind nach Abschluss der

Weiterbildungsmaßnahme im Frühjahr 2010 Fachkräfte im Einsatz, die speziell in der hospizlichen Pflege geschult sind.

Bereits im letzten Jahr hat der Vorstand sich für die Etablierung einer Abschiedskultur in den stationären Einrichtungen ausgesprochen. Dank Ihrer finanziellen Unterstützung wurden Orte des Gedenkens in den Seniorenzentren eingerichtet. Für Ihr Engagement danke ich Ihnen.

Mein Dank gilt insbesondere den Hospizhelferinnen, die ehrenamtlich viele Stunden an den Sterbebetten und in den Familien verbringen, entlasten und trösten. Über Trauer und Verlust zu sprechen, ermöglicht den eigenen Schmerz zu lindern. In diesem Jahr widmet sich der Hospizverein wie auch der Beirat in Besonderem diesem Thema.

Ich danke Ihnen, dass Sie unsere Arbeit ideell und finanziell unterstützen.

Kornelia Kuhn, Erste Vorsitzende



4

*PALLIATIVE CARE*

Lebensqualität bis zuletzt

*AUS DER HOSPIZARBEIT*

Ich trete in dein Leben ein

*RÜCKBLICK*

Hospiztag

*EINBLICKE*

Der Mensch im Mittelpunkt

*TRAUERKOMMUNIKATION*

Liebling, Du fehlst mir so!



12



14

*AUS DEN SENIORENZENTREN*

Orte des Abschieds **14**

*SENIORENMESSE*

Vielfältiges Angebot **16**

*TREFFPUNKT HOSPIZCAFÉ*

Neue Termine **18**

*MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2009*

Trauer ist Liebe **19**

*FÜR SIE GELESEN*

Buchtipps **20**

*JOHANNES TERSTEEGEN*

„Eine gute Sache“ **22**

*SPENDENAUFRAF*

Helfen Sie mit! **23**

*ZUM SCHLUSS*

Ingeborg Nimwegen **24**

IMPRESSUM

„Der Wegbegleiter“ herausgegeben vom Hospizverein Neukirchen-Vluyn e.V.

Vorstand: Kornelia Kuhn, 1. Vorsitzende;  
 Els Voget-Overeem, stellvertretende Vorsitzende;  
 Bernhard Uppenkamp, Schatzmeister; Ulrike Hüsken, Schriftführerin;  
 Juliane Kollmann-Rusch, Kurt Burghardt und Dr. Matthias Conrad, Beisitzer/in;

Bärbel Bouws, Hospizkoordinatorin · Telefon 0 28 45 / 94 15 76  
 www.hospizverein-nv.de · E-Mail: info@hospizverein-nv.de

Text, Fotos, Koordination: Sabine Hannemann  
 Titelfoto: © Wolfgang Hoyer / PIXELIO

Bankverbindungen: Sparkasse am Niederrhein, Konto 1420 265 504, BLZ 354 500 00  
 Volksbank Niederrhein eG, Konto 80 130 230 19, BLZ 354 611 06

# Lebensqualität bis zuletzt

Der Hospizverein Neukirchen-Vluyn hat in diesem Jahr eine umfangreiche trägerübergreifende Weiterbildungsmaßnahme, Palliative Care, auf den Weg gebracht. Palliative Care ist ein ganzheitliches multidisziplinäres Konzept in der Fürsorge für schwerstkranke und sterbende Menschen. Dabei geht es sowohl um die Linderung körperlicher Beschwerden als auch um Unterstützung im psychischen, sozialen und spirituellen Erleben.

Ziel dieser Weiterbildung ist es, Fachkräfte in das ganzheitliche Betreuungskonzept von Palliativmedizin und Pflege einzuführen. Das Hauptaugenmerk liegt in der professionellen Betreuung und Erhaltung oder Verbesserung der Lebensqualität des Schwerstkranken in seiner letzten Lebensphase und seiner Angehörigen.

## *Auftakt in der Altenheimat Vluyn*

In der Altenheimat fand die erste Ausbildungseinheit in der Hospizpflege statt. „Wir sind sehr stolz darauf, dass wir mit diesem Weiterbildungsangebot in den Einrichtungen vor Ort auf eine entsprechende Resonanz gestoßen sind und auch wertvolle Unterstützung in der Umsetzung gefunden haben“, meinte Kornelia Kuhn, Vorsitzende des Hospizvereins, zu dem Koope-

rationsprojekt, dessen Finanzierung einmalig ist. Mit 8000 Euro engagiert sich die Sparkassenstiftung Neukirchen-Vluyn, mit 6500 Euro beteiligt sich der Hospizverein an dem Projekt. Die weitere Finanzierung liegt bei den teilnehmenden Einrichtungen. Damit erweitert der Hospizverein nach den ersten Jahren des Aufbaus satzungsgemäß seine Tätigkeiten um wesentliche Punkte. Dazu zählt die hospizliche stationäre und ambulante Pflege als Beitrag einer würdigen Abschiedskultur.

## *Große Bereicherung*

19 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus umliegenden stationären Einrichtungen und ambulanten Diakoniestationen besuchen die zertifizierte Weiterbildung. „Für uns war es maßgeblich, die Hos-



pizarbeit vor Ort zu fördern“, sagte Kornelia Kuhn. Den Auftakt in der Ausbildung machte die Altenheimat am Klotzfeld in Vluyn.

Der dortige Pflegedienstleiter Thomas Schmidt (39) bringt es auf den Punkt. „In der Altenpflege haben wir es mit vielen Bereichen zu tun. Die Betreuung von sterbenskranken Menschen, die in ihrer letzten Lebensphase andere Bedürfnisse haben, lenkt das Augenmerk auf ganz andere Aspekte und stellt das Pflegepersonal oft vor neue Situationen und Herausforderungen.“ Als große Bereicherung empfindet er daher die einjährige Weiterbildungsmaßnahme in der Hospizpflege, die der Hospizverein Neukirchen-Vluyn in fachlicher Kooperation mit dem Evangelischen Fachseminar für Altenpflege Xanten initiiert hat.

Altenpflege wird um die Hospizpflege im stationären wie ambulanten Bereich für examinierte Pflege-

kräfte ergänzt. In jeder der stationären Einrichtungen vor Ort wird eine in Hospizarbeit geschulte Pflegefachkraft unheilbar Kranken zur Seite stehen. „Das Problem ist über Jahre das fehlende Angebot an Palliativaus- und -weiterbildung gewesen. Hinzu kam die ungeklärte gesetzliche Situation“, erläutert Ute Pelzer, Kursleiterin Palliative Care, Evangelisches Fachseminar, die Situation.

## Lebensqualität bis zum letzten Atemzug

„Wir sehen alleine schon anhand der Kursinhalte, wie viel gemacht werden kann, um Menschen Lebensqualität in ihrer letzten Lebensphase zu geben“, so auch Stimmen aus der Teilnehmerrunde. Zu den Seminarinhalten zählen beispielsweise Themen wie Therapie und Pflege, Wege der Kommunikation - auch mit den Familien - und Möglichkeiten der Behandlungspflege inklusive Wundmanagement. Gleichzeitig werden ethische Bereiche und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer erörtert. Els Voget, Vorstand Hospizverein, begrüßte die Möglichkeit der Schulung vor Ort in Kooperation mit der Grafschafter Diakonie. „Damit erfährt die Zusammenarbeit untereinander einen Schub und eine neue Qualität.“

## Sehr belastend

Als wertvoll beschrieb Ute Pelzer das Weiterbildungsangebot auch im Hinblick auf die Seniorenheime. „Leider werden Menschen heute aus den Krankenhäusern entlassen und kommen zum Sterben ins Pflegeheim. Eine sehr belastende Situation für die Heimleitung, denen examinierte Fachkräfte in der Hospizpflege bislang fehlen.“ Da Palliative Care mit der Gesundheitsreform 2007 als Leistungsanspruch in der Gesetzlichen Krankenversicherung festgelegt wurde, „gelingt



es, Strukturen in Pflegeheimen aufzubauen. Wir stehen noch am Anfang. Es hat sich jedoch schon viel getan“, so Ute Pelzer.

Was jedoch meist häufig vor Ort fehle, sei die hausärztliche Bereitschaft, sich für die Palliativmedizin zu engagieren, beschreibt Ute Pelzer ihre Beobachtungen bei den inzwischen bundesweiten Schulingseinsätzen des Evangelischen Fachseminars. „Da sind die Hausärzte noch ein wenig zögerlich.“ Der Einsatz der ehrenamtlichen Hospizhelferinnen, wie ihn der Hospizverein vor Ort in Familien leistet, bezeichnete die Kursleiterin als „Chance und Reichtum“ zugleich.

### **Bis Frühjahr 2010**

Die nächste Kurseinheit findet im Sommer im Matthias-Jorissen-Haus statt. Bei der dritten Einheit ist das Willy-Köhen-Seniorenzentrum Veranstaltungsort. Mit dem vierten Ausbildungsteil in der Altenheimat am Klotzfeld endet im Frühjahr 2010 die Weiterbildung. „Die Möglichkeit der Pflegekräfte, sich in den stationären und ambulanten Einrichtungen wie in einem Netzwerk künftig fachlich austauschen zu können, ist für mich ein sehr wichtiger Aspekt“, meint Axel Loobes, Heimleitung Altenheimat Vluyn. „Für uns ist die Idee des Hospizvereins, die Schulung vor Ort anzubieten ein großes Geschenk“, freuen sich Petra Osei-Kofi und Birgit Boecker-Porn vom Willy-Köhen-Haus.



*Aus der Schulung mit Ute Pelzer, Thomas Schmidt und dem Heimleiter Axel Loobes.*

Die Weiterbildung ist über die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin, die Deutsche Krebshilfe und die Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz zertifiziert „und als hochgradige Qualifizierung sehr hoch angesehen“, so Petra Osei-Kofi.

### **Kooperationsvertrag**

Neben der engeren Zusammenarbeit mit den stationären Einrichtungen am Ort besteht seit 1. Januar 2009 eine Kooperationsvereinbarung zwischen der Grafschafter Diakonie und dem Hospizverein Neukirchen-Vluyn. Beide rechtlich selbständigen Kooperationspartner haben sich darauf geeinigt, auf dem Gebiet der ambulanten Hospizarbeit und Palliative Care zusammenzuarbeiten und schwerkranke und sterbende Patienten sowie ihre Angehörigen und Freunde zu begleiten und zu beraten. Beide wollen sich in ihren Erfahrungen und Kenntnissen austauschen und diese weitergeben. Die Kooperationspartner verstehen sich als Teil einer vernetzten Versorgungsstruktur im regionalen Gesundheits- und Sozialsystem.

# Ich trete in dein Leben ein

Bei vielen Gesprächen wird der Hospizverein gerne gefragt: „Wie sieht Ihre Arbeit vor Ort aus?“ Gabi Sobiech-Hache ist Hospizhelferin und berichtet aus ihrer Arbeit und von ihren Erfahrungen.

Wie fing alles an? Das Telefon klingelte. Frau Bouws, unsere Hospizkoordinatorin, fragte mich, ob ich eine Sterbebegleitung in einem Altenheim übernehmen könnte. Jetzt war es soweit. Eine neue Aufgabe wartete auf mich. Gewappnet, mit fachlichem und menschlichem Rüstzeug aus unserer Hospizschulung und den zahlreichen Treffen unserer Hospizgruppe, betrat ich das Zimmer der alten Dame.



das Sprechen schwer, manchmal konnte ich sie kaum verstehen, nur erahnen, wo sich ihre Seele hinbewegte.

Irgendwann blieb die Tür zu ihrem Zimmer zu. Sie hatte sich auf den Weg gemacht, das letzte Tor vom Leben zum Tod zu durchschreiten. Mir bleibt die dankbare Erinnerung an das, was war. Sieben Monate habe

ich sie begleitet, war Gast in ihrem Leben. Und ich bin mir sicher, in Zukunft, irgendwann klingelt bei mir bestimmt wieder das Telefon....

## Meine ersten Gedanken

Viele Gedanken gingen mir durch den Kopf. Jetzt zählten nur noch sie und ich. Wie wird unsere Begegnung werden? Was haben wir uns zu sagen? Wird der große Altersunterschied hinderlich sein? Sie war 86 Jahre und ich war 48 Jahre alt. Doch all meine Sorge war umsonst.

## Vom Leben erzählen

Jedes Mal, wenn ich sie im Heim besuchte, wuchs unsere Vertrautheit. Lachen, Weinen, Trösten, Schweigen, vom Leben erzählen, das gehörte für uns dazu. Ihr fiel

## Der Abschied

Die folgenden Zeilen trug ich in das Erinnerungsbuch meiner Hospizgruppe ein und verabschiedete mich auf diese Weise von meiner ersten Begleitung.

Ich halte dich,  
 sehe deinen Blick.  
 Dort möchtest du sein, wo dich  
 nichts mehr quält.  
 Behutsam löst du deine Hand  
 und ich lasse dich gehen.

Gabi Sobiech-Hache

# Hospiztag – Eine gelungene Sache

Was habe ich für  
Wünsche für meine  
zukünftige Begleitung?



RAYEN. Einen Tag des Austausches und der Fortbildung erlebten die Hospizhelferinnen aus den drei engagierten Gruppen im letzten Jahr in der Arche in Rayen. Gelohnt hat sich dieser Seminartag in jedem Fall, wie die Hospizhelferinnen bestätigten. Das gewählte Thema „Standortbestimmung in unserer Hospizarbeit“ lieferte Bilanzen aus der aktiven Arbeit, bot die Gelegenheit für neue Ausrichtungen und lieferte wertvolle Impulse.

Welche Rahmen-  
bedingungen brauche  
ich für eine gelungene  
Begleitung?

## Positionen ausloten

Referentin Dorothee Bartsch lud anhand eines Fragenkatalogs ein, Positionen zu beziehen. „Was habe



ich zu Beginn von dieser Tätigkeit erwartet?“ – „Welche Erfahrungen mache ich konkret in meiner Begleitung?“ – „Was habe ich für Wünsche für meine zukünftigen Begleitungen?“ und „Welche Rahmenbedingungen brauche ich für eine gelungene Begleitung?“ Fragen, die in ihrer Dimension die Seminarteilnehmerinnen einen ganzen Tag lang beschäftigten.



Hospizhelferin Heidi Lenz: „Ein schönes arbeitsintensives Treffen, bei dem wir auch die anderen Gruppenmitglieder kennen lernen konnten.“ Die gestellten Fragen verlangten den Austausch in den Arbeitsgruppen, die Auseinandersetzung mit dem Thema.



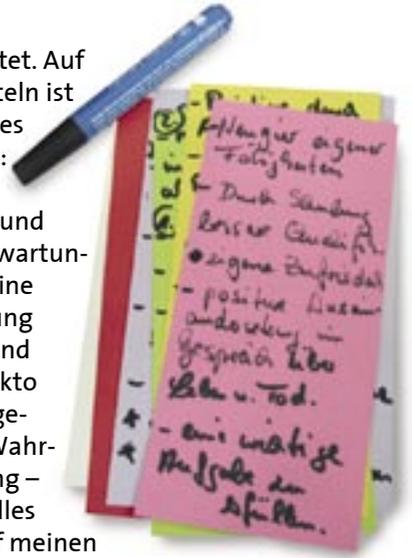
### *Erwartungen und Erfahrungen*

Alleine die Stoffsammlung, sichtbar an einer Pinn-Wand, zu der zweiten Frage lässt bereits die Tiefe und Intensität der Gespräche für den Außenstehenden erahnen. Die Frage „Welche Erfahrungen mache ich konkret in meiner Begleitung?“ sei exemplarisch hier stichpunktartig

beleuchtet. Auf den Zetteln ist Folgendes zu lesen:

Ohne  
Absicht und  
ohne Erwartungen  
in eine  
Begleitung  
gehen und  
– in punkto  
eigene gesunde Wahrnehmung –  
„nicht alles  
liegt auf meinen

Schultern.“ Auch der Blickwinkel der Begleitungen (direkte oder indirekte Begleitung) ist entscheidend. „Begleite ich den Sterbenden, der immer im Mittelpunkt steht, oder den Angehörigen?“ Der Sterbende bestimmt, seine Wünsche haben oberste Priorität. Vom Abschied will der Sterbende nicht immer reden.



### *Wiederholung garantiert*

Ein gemeinsamer, nachhaltiger Tag mit vielen Erkenntnissen, Informationen und Begegnungen, so das Fazit am Abend. Sicher ist schon jetzt, eine Wiederholung wird es geben.

# Der Mensch im Mittelpunkt

Eva-Maria Thomas ist Hospizhelferin. Den Leserinnen und Lesern des „Wegbegleiters“ gewährt sie Einblicke in ihre Arbeit. Ihre Ausbildung machte sie direkt nach der Gründung des Hospizvereins.



NEUKIRCHEN-VLUYN. Angesprochen auf die Motivation, sich für andere in der letzten Lebensphase zu engagieren, mit ihnen Zeit zu verbringen, antwortet Eva-Maria Thomas prompt. „Ich lebe in einer sozialen Gemeinschaft und deshalb kann ich mich in die Bereiche einbringen, die mir in einer christlichen Gesellschaft wichtig erscheinen. Und dazu gehört für mich die Hospizarbeit.“

## *Der gemeinsame Weg*

Auch wenn sie auf eine mehrjährige Erfahrung zurückblickt, von Routine ist sie weit entfernt. Fragen und Selbstzweifel machen sich vor jeder Begleitung breit. Fingerspitzengefühl und eine gehörige Portion Intuition bestimmen jede Begleitung, denn jeder Mensch ist individuell wie auch seine Bedürfnisse in dieser Lebensphase. „Ich frage mich oft genug, schaffe ich es, kann ich jemandem etwas mitgeben. Finde ich den gemeinsamen Weg, denn jede Begleitung ist neu und anders“, meint sie.

Eine gewisse Aufregung verspüre sie und „die fängt schon nach dem Anruf an, wenn mir Frau Bouws verschiedene Einzelheiten mitgeteilt hat.“ Jede Begleitung erfordert Kraft und Aufmerksamkeit, „auch wenn die zu betreuende Person sich kaum noch mitteilen kann. Es gibt für mich Zeichen, die ich am Sterbebett wahrnehmen kann. Und ich weiß, dieser Mensch hat gespürt, dass er nicht alleine ist. Daran glaube ich.“ Für Eva-Maria Thomas gibt es „nichts Schlimmeres, als im letzten Augenblick das Gefühl der Einsamkeit zu haben.“

## *Im Mittelpunkt*

Eva-Maria Thomas hat lange wie kurze Begleitungen erlebt, hat viele Gespräche am Sterbebett und in

den Familien gehabt. „Man bekommt immer etwas zurück. Meine Arbeit ist ehrenamtlich, aber nie umsonst“, meint sie. Im Umgang mit der ihr anvertrauten Person bereitet sie sich vor und findet Wege der Kommunikation. „Einmal habe ich nur aus der Bibel Psalmen gelesen“, erinnert sie sich. „Ich konzentriere mich ganz auf den Menschen und stelle ihn mit seinen Bedürfnissen in den Mittelpunkt. Ich nehme ihn als Ganzes. Man darf vor Menschen keine Scheu haben“, meint sie.

Es sind viele Gespräche, die sich um Erlebtes im Leben drehen. Sorgen werden mitgeteilt und auch Befürchtungen wie, „Ich werde Weihnachten nicht erleben“, hört sie in ihren Begleitungen. Sie fühlt sich im wahrsten Sinne des Wortes als Wegbegleiterin. „Vieles lässt sich mit dem Leben klären. Unausgesprochenes wird gesagt, denn mancher will mit sich ins Reine kommen. Aber wir sind keine Therapeuten“, betont sie.

### „Ich entlaste Angehörige“

Der Umgang mit dem Tod ist oftmals für die Angehörigen kaum zu schaffen. Sterben hat etwas Endgültiges, ist nicht mehr aufzuhalten und offenbart in der Familie die kaum gekannte Form der Hilflosigkeit. In der ambulanten Hospizarbeit sieht Eva-Maria Thomas die eigentliche Chance auch für die familiäre Entlastung. „Ich habe die Distanz, weil ich keine Angehörige bin. Ich bin einfach nur da. Das letzte Wort hat immer der Sterbende.“

Auch sie muss sich mit dem Abschiednehmen während und nach einer Begleitung auseinandersetzen, denn es sind oftmals sehr persönliche Beziehungen für einen kurzen Zeitraum entstanden. Erst einige Zeit später wird sie eine neue Begleitung übernehmen.



### Treffen im Hospizcafé

Kontakt zur „übriggebliebenen“ Familie bleibt oftmals in lockerer Form bestehen. Das Hospizcafé mit seinen regelmäßigen Treffen bietet beispielsweise die Möglichkeit, sich mit anderen Menschen, die ebenfalls einen Verlust erlitten haben, auszutauschen. Auch die Hospizhelferinnen bleiben mit ihrem Erlebten nicht alleine. Der regelmäßige Austausch mit anderen Hospizhelferinnen in der Gruppe hilft und ist enorm wichtig. „In der Gruppe herrscht Offenheit und Ehrlichkeit. Ich erhalte für meine Arbeit wertvolle Impulse“, meint sie.

# „Liebling, du fehlst mir so!“

Für die Zeit der Trauer, die Zeit danach, gibt es kein Rezept, keine verlässliche Gebrauchsanleitung.

„Weder für den Trauernden noch für die Menschen in seinem Umfeld“, sagt die holländische Trauertherapeutin Anne-Marie Vermaat, die bei einer Ausstellung in Issum zu Gast war. Der Hospizverein nutzte die Chance der Kontaktaufnahme, denn Trauer- und Abschiedskultur ist eines der aktuellen Schwerpunktthemen.

## **Trauer ist individuell**

Jeder Mensch trauert anders. Mancher sucht in der Trauerverarbeitung seinen eigenen Weg, bekommt Hilfe aus der Familie oder sucht gezielt die professionelle Unterstützung. „Das Leben wird nie wieder so sein, wie es mal war“, das wissen Generationen von Menschen, die einem Verlust erfahren haben. In Deutschland zeichnen sich allmählich neue Wege in der Trauerarbeit ab. Anne-Marie Vermaat sagt: „Menschen, die trauern, brauchen Trost, liebevolle Zuwendung und die richtigen Worte.“

Heute hat sich die Art und der Umgang mit Trauer gewandelt. „Wir sollten wieder lernen, unsere Mit-



*Ulla Jockweg-Kemkes, Assistentin in Deutschland, Anne-Marie Vermaat und Bärbel Bouws in Issum*

menschen um Trost und Anteilnahme zu bitten“, meint sie und kennt auch das eigentliche Problem. Trauer muss sichtbar gemacht werden dürfen für das Umfeld, denn nur dann ist eine Verlustkommunikation möglich. Die Trauerkultur hat sich gewandelt. Trauersymbole und Rituale, wie das Tragen schwarzer Kleidung, sind Zeichen, die meist nur noch im ländlichen Raum praktiziert und respektiert werden.

## **Nur nichts Falsches sagen**

Vor Menschen, die einen Verlust erlitten haben, haben andere aus dem direkten Umfeld oft Angst. Die „verkehrte Bemerkung“, das Schweigen, die Unsicherheit im Umgang miteinander, all das bestimmt die Begegnung. Trauer ist, so Anne-Marie Vermaat, kein Prozess, der im Laufe der Zeit abnimmt. Das Verarbeiten eines Verlustes ist nicht gradlinig und nicht auf einen klar definierten, begrenzten Zeitraum beschränkt.



## Den Umgang mit Trauer neu lernen

Anne-Marie Vermaat hat all ihre Erfahrungen, die Begegnungen mit Trauernden in einem Buch zusammengetragen. „Ich möchte Menschen helfen, die tieftraurig sind und hinsichtlich ihres Trauer-

schmerzes keinen Rat mehr wissen“, sagt sie. „Ich möchte Wirkungen und Nebenwirkungen von seelischem Leid, das mit der Trauer einhergeht, transparent machen. Und ich möchte Vorstellungen darüber entwickeln, wie man darüber mit anderen, die oft unbeholfen im Umgang mit Trauer sind, dennoch sprechen kann.“

Anne-Marie Vermaat betreut seit 1997 Menschen, die einen Verlust erlitten haben und darunter leiden. Das kann der Verlust eines geliebten Menschen, eines Kollegen sein, des Arbeitsplatzes, der Gesundheit, der Heimat oder der eigenen Rituale. Sie widmet sich besonders den Menschen, die durch Trauer arbeitsunfähig wurden.

### Du fehlst mir!

Verlust kann das Leben tief beeinflussen, und es sind die kleinen Dinge des Alltags, die die Tiefe einer Beziehung und Schwere des Verlustes offenbaren. All das sind die kleinen Beobachtungen der „Übriggebliebenen“, denen sie in ihrem Buch „Liebling, Du fehlst mir so“ Raum gibt, so wie diese: „Ich kann es immer noch

nicht glauben. Er hat mich für immer verlassen. Manchmal, wenn ich ein Auto desselben Typs und in der gleichen Farbe sehe, dann denke ich: Siehst du, er kommt zurück.“ Oder im geschäftlichen Bereich folgende Momentaufnahme: „Wir waren beide Geschäftsinhaber. Beide hatten wir unsere eigenen Aufgabenbereiche. Aber ich glaube nicht, dass ich den Betrieb weiterführen werde. Ohne meinen Partner bedeutet mir das alles nichts.“

### Trauerbrosche

Anne-Marie Vermaat zeigt in ihrem Buch Wege auf, die Trauer sichtbar zu machen, sie in Gesprächen zu erleben und mit ihr richtig umzugehen. Sie muntert dazu auf, über Verlusterfahrungen zu sprechen. Sie hilft mit ihren zahlreichen Erlebnisberichten, Trost und Hilfe anzunehmen.



Trauer sichtbar machen, Trost spüren, das ist ihr Anliegen. Als sichtbares Zeichen hat sie eine Trauerbrosche entwickelt, die als Schmuck am Revers getragen wird. Der Trauernde signalisiert anderen: „Ich habe einen Verlust erlitten, ich traure und brauche Trost.“

Die Trauerbrosche mit Zertifikat (um zehn Euro) und das Buch (um 13 Euro) sind über den Hospizverein zu beziehen. Info auch bei Bärbel Bouws unter 02845/9415 76

# Orte des Abschieds

NEUKIRCHEN-VLUYN. Abschied und Trauer haben einen gesellschaftlichen Wandel erlebt. Galt früher noch schwarze Trauerkleidung als sichtbares Zeichen des Verlustes, ist Schwarz heute eher eine modische Farbe mit Symbolkraft. Farbpsychologen ordnen ihr sogar das Symbol der Macht zu, und bei genauerem Betrachten verschiedener Funktionsträger in Politik und öffentlichem Leben, scheint die Farbe Schwarz ihre moderne Botschaft nicht zu verfehlen.

## *Tod und Erinnerung im Wandel*

Auch im Bestattungswesen gilt die Veränderung. Der anwachsende Trend zur anonymen Beerdigung ist dabei nur eine Zäsur. Sie scheint Vorteile zu bieten, sie verlangt nach keiner Grabpflege durch die Angehörigen, die möglicherweise weit entfernt wohnen. Gleichsam sind Tod und Erinnerung dem Wandel unterworfen.

Kirchen beklagen einen Verfall der Trauerkultur, andererseits ist der Tod so individuell, dass mündige Hinterbliebene eine andere Form der Trauer praktizieren, bei der Abschiedsrituale oftmals kaum oder keinen Platz finden. Trauer und Kummer werden nicht nach außen gezeigt, sind im Alltag nicht gegenwärtig. Die Frage nach dem

„Warum“ stellt sich. Nicht immer ist die stets gültige Aussage „Das Leben geht weiter“ hilfreich. Die Aufforderung aus dem Angehörigenkreis „Sei stark“ gleicht eher der Anregung „Sprich nicht drüber, zeig Deine Gefühle nicht!“ Vielleicht passen Tod und Verlust einfach nicht in die moderne, auf Leistung ausgerichtete Gesellschaft.

## *Abschiedskultur pflegen*

Der Umgang mit dem Tod gleicht bereits einer Trauervermeidungskultur. Häufig genug wünschen sich jedoch Hinterbliebene und Weggefährten des Verstorbenen Anteilnahme und Trost Dritter oder einen Ort, an dem Trauermomente bewusst gelebt werden können. „Wir möchten die Abschiedskultur etablieren, insbesondere in den Seniorenheimen“, erklärte Kornelia Kuhn bereits im letzten Jahr. „Wir als Hospizverein wollen dazu beitragen, dass der Verlust verarbeitet werden kann.“

Der Hospizverein setzt damit bewusst einen weiteren Meilenstein gegen das Vergessen. Zu erinnern ist in diesem Zusammenhang beispielsweise an das Trostkonzert im November letzten Jahres, das bei Bürgerinnen und Bürgern auf großes Interesse stieß. Einen geliebten Menschen in Erinnerung und im Gedächtnis behalten, das war die Motivation dieses Konzertes.



Elisabeth Meyer, Vorsitzende des Heimbeirates, (re) mit Betty Salla und Christel Taulien.

## Gegen das Vergessen

„In diesem Jahr bieten wir am 27. September, 11 Uhr, einen Gottesdienst in der Vluynser Dorfkirche an, der von unseren Hospizhelferinnen mitgestaltet wird“, erzählt Kornelia Kuhn. Dabei wird an die Menschen erinnert, die vom Hospizverein begleitet wurden und im letzten Jahr verstarben. Angehörige werden zu dem Gottesdienst eingeladen.

Trauer einen Raum geben, dieses Anliegen wurde in diesem Jahr konkret umgesetzt. In den Seniorenheimen in Neukirchen-Vluyn wurden mit finanzieller Unterstützung des Hospizvereins spezielle Trauer- oder Gedenkorte eingerichtet, Orte, an denen Trost empfangen und gegeben werden kann.

## Ort des Gedenkens

Das Willy-Köten-Seniorenzentrum am Fürmannsheck beispielsweise gestaltete auf der zweiten Etage einen Ort des Abschiednehmens, des Gedenkens, einen Ort des Abschied-

nehmens. „Man kann sich seinen Gedanken so ganz hingeben“, meint Elisabeth Meyer, Vorsitzende des Heimbeirates. Dieser Bereich ist nach Feng-Shui-Elementen eingerichtet. Die Wandfarben sind weich gehalten wie auch die dargestellten Motive. Auf Anhieb stellt sich eine

wohltuende wie tröstlich wirkende Atmosphäre ein.

„Von der Spende des Hospizvereins konnten wir Gegenstände wie Sessel, Lampen und Gardinen anschaffen“, meint Marina Weitzel-Ghaouari, Leiterin des Seniorenzentrums. Ein Bild mit Engelmotiven, das Helga Grotepaß malte und dem Hospizverein schenkte, komplettiert den Ort. Els Voget Overeem, Bärbel Bouws und Dr. Matthias Conrad, vom Vorstand des Hospizvereins, erlebten die Einweihungszeremonie mit. Als Pfarrer segnete Dr. Conrad den Ort des Gedenkens, wie er nun offiziell heißt. „Bewusst haben wir die ruhig gelegene Etage gewählt als den offen gestalteten Eingangsbereich, in dem sehr viel Bewegung ist“, erläutert Marina Weitzel-Ghaouari. „Der Ort des Gedenkens bietet Bewohnern, Angehörigen, Gästen und Mitarbeitern die Möglichkeit sich zurückzuziehen.“ Ähnliche Resonanzen auf die Ausstattung von Abschiedsräumlichkeiten erhielt der Hospizverein von den anderen Senioreneinrichtungen am Ort.

# Vielfältiges Angebot bei der ersten Seniorenmesse

NEUKIRCHEN. Der Rückblick auf die diversen Aktivitäten, bei denen sich der Hospizverein beteiligt hat, ist umfangreich.

Erstmals fand in Neukirchen-Vluyn eine Seniorenmesse statt. „Die Resonanz war enorm, das Interesse an den verschiedenen Themen deutlich spürbar“, stellten die Mitwirkenden des Hospizvereins an ihrem Info-Stand fest.

## *Breites Themenfeld*

Bereits vor anderthalb Jahren hatte in Neukirchen-Vluyn eine Ausstellung zum Thema Leben und Wohnen im Alter stattgefunden. Angeboten wurde sie vom Arbeitskreis der Lokalen Agenda 21 mit begleitenden Fachvorträgen und der Vorstellung aktueller Bauvorhaben. Das Interesse war groß. „Viele Besucher hatten Fragen und wollten eine Antwort darauf, wie bei uns vor Ort Lösungsmöglichkeiten aussehen“, erzählt Agendabeauftragte Marion May-Hacker.

## *Im Mittelpunkt stand der Austausch*

Bei der ersten lokalen Seniorenmesse, die dann geplant wurde, stand die Information um das Thema

Wohnen, Leben und Gesundheit im Alter im Mittelpunkt. Die Messe in Neukirchen-Vluyn hatte samt Vortragsangebot punktgenau das Interesse der 50+ Generation getroffen. Über 40, meist örtliche Aussteller stellten sich im barrierefreien Klinikgeruf den verschiedenen Fragen der Besucher. Dabei stand bei dieser Begegnung nicht der Verkauf von Produkten im Vordergrund, sondern der Austausch.

## *Gewusst wo*

Das lokale Angebot kam an, sei es Beratung oder Information der Handwerksbetriebe über barrierefreie Wohnungs- und Bäderumgestaltung bis hin zum stolperfreien Garten und häuslicher wie stationärer Pflege. „Die Besucher wollen wissen, wo Beratungsstellen und Hilfe in der Nähe zu finden sind oder wo es auch für Angehörige Entlastungsangebote gibt“, war an den Ständen zu hören.

## *In vertrauter Umgebung*

Generell äußerte das Publikum den Wunsch: „Wir wollen in unserer vertrauten Umgebung mit all den sozialen Kontakten so lange wie möglich bleiben“. Dass in dieser Lebensphase auch andere Gedan-



ken bewegen und zunehmend Platz finden, erlebte das Team am Info-stand des Hospizvereins. „Auch der Tod gehört zum Leben. Wir konnten unsere ambulante Arbeit in der Sterbegleitung vorstellen“, meint Bärbel Bouws, die mit den Hospizhelferinnen regen Zuspruch fand.

### *Wiederholung gewünscht*

Die Besucher der Seniorenmesse lobten die Auswahl und das breit gesteckte Informationsangebot. „Wir wollen uns vorsorglich informieren“, meinten sie. „Solche Veranstaltungen müssen regelmäßig stattfinden. Wir erleben auch im persönlichen Bereich, dass Entwicklungen sehr rasch verlaufen können“, war zu hören.

Die Teilnahme an der Seniorenmesse war nur eine der verschiedenen Aktivitäten des Hospizvereins vor Ort.

Hinzu kommen Vorträge bei verschiedenen Veranstaltungen oder Besuche in Schulen oder bei Jugendgruppen.

### **INFO**

Bei Interesse an Vorträgen, zu Fragen des Hospizvereins und zu Begleitungen erreichen Sie den Hospizverein unter **02845/941576**.

# Hospizcafé lädt ein

Der Verlust eines Menschen und die Zeit der Trauer – das ist oft der Abschnitt im Leben, in dem der Austausch mit anderen mit ähnlichem Schicksal wichtig ist. Trost suchen, Trost erfahren, Anteilnahme und gegenseitiges Verständnis erleben, das steht beim Hospizcafé im Mittelpunkt.

Die Treffen im Hospizcafé haben sich in der Zwischenzeit etabliert. Regelmäßig laden die Hospizhelferinnen Menschen ein, die einen Angehörigen oder Freund verloren haben. Menschen, die sich über das Erlebte, den Verlust oder die Trauer austauschen wollen, treffen sich.

## *Neue Treffen*

Meist hat sich über die Zeit der Sterbebegleitung ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen den Hospizhelferinnen und den Angehörigen aufgebaut. Die Gespräche oder auch nur das Zusammensein mit anderen helfen, den Alltag „danach“ zu meistern. Vielleicht haben

Sie auch den Wunsch, an einem solchen Treffen des Hospizcafés teilzunehmen? Sie sind herzlich eingeladen. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

## Termine

### INFO

Die nächsten Treffen im Hospiz-Café finden statt jeweils montags am  
**15. Juni,**  
**24. August,**  
**14. September,**  
**26. Oktober,**  
**16. November**  
**und 14. Dezember,**  
 von 15 bis 17 Uhr  
 im Karl-Immer-Haus,  
 in Neukirchen,  
 Herkweg 8.

Telefonische Auskunft  
 unter **02845/941576**.

# Trauer ist Liebe

## *Fritz Roth referiert*

Der Hospizverein Neukirchen-Vluyn e.V. lädt zu seiner alljährlichen Mitgliederversammlung am Donnerstag, 4. Juni, 18.30 Uhr ein.

Treffpunkt ist in Neukirchen der Mehrzweckraum der Sparkasse am Niederrhein, Poststraße. Zu Beginn findet eine allgemeine Informationsveranstaltung mit Referat und anschließender Diskussion mit dem Bestatter Fritz Roth statt, zu der Interessierte herzlich willkommen sind. Gegen 20 Uhr beginnt die Mitgliederversammlung.

Fritz Roth ist Trauerbegleiter und Begründer der privaten Trauerakademie in Bergisch Gladbach. „Trauer ist Liebe“, sagt Roth und titelt seinen Vortrag so, der bei der Mitgliederversammlung im Mittelpunkt steht. Roth gibt dabei Einblicke in seine Tätigkeit. Trauer setzt stets eine Beziehung voraus, Beziehung mit ihren schlechten und mit ihren guten Erfahrungen. Und wie in der Liebe und in der Beziehung üblich sollten diese Gefühle auch in der Trauer von dem, der damit leben muss, selber ausgedrückt werden. Dieses sich „selber Ausdrücken“ besser noch „Begreifen“ kann vielleicht Ungelöstes lösen und schmerzlich Vermisstes neu verbinden. Denn wie heißt es so Mut machend in dem „Hohen Lied der Liebe“ an Paulus: Aber die Liebe hört nimmer auf.



Fritz Roth, Jahrgang 1949, ist im Bergischen Land geboren und ging dort zur Schule. Nach dem Besuch des Gymnasiums der Styler Missionare folgte Anfang der 70er-Jahre das Studium der Betriebswissenschaften an der Universität Köln mit dem Abschluss als Diplom-Kaufmann. Nach der zehnjährigen Tätigkeit als Unternehmensberater übernahm Fritz Roth 1983 das Bestattungshaus Pütz in Bergisch Gladbach. In den folgenden Jahren machte er eine Ausbildung zum Trauerpädagogen. 1993 gründete er das „Haus der menschlichen Begleitung“ und die „Private Trauerakademie“, eröffnete 2005 das Haus für trauernde Kinder, die Villa Trauerbunt. Hinzu kommt der Meditationsgang Zyklen der Stille – ein Pfad der Sehnsucht. 2006 folgte dann die Gründung und Eröffnung des ersten privaten Friedhofs für Urnen Deutschlands, die so genannten Gärten der Bestattung.

Fritz Roth ist bekannt über die Medien und Gast bei nationalen und internationalen Kongressen. Über seine Arbeit hat er Bücher geschrieben. Er ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder.

# Buchtipps

## *Rudern ohne Ruder*

Die beliebte schwedische Nachrichtenmoderatorin Ulla-Carin Lindquist erhielt an ihrem 50. Geburtstag eine furchtbare ärztliche Diagnose: ALS (Amyotrophe Lateralsklerose), eine neurologisch bedingte Muskelkrankheit, die in kurzer Zeit zum Schwund aller Muskeln und damit unweigerlich zum Tod führt. Ohne Melodramatik und damit umso eindrucksvoller dokumentiert die Autorin ihr letztes Lebensjahr. Sie berichtet von ihrem körperlichen Verfall, den Gesprächen mit ihren Kindern, ihrer Verwundbarkeit, von der zunehmenden Hilflosigkeit, Trauer, Verzweiflung und Akzeptanz. Offen spricht sie über ihre Angst vor dem Tod. Und doch kommt bei Lindquist nie Selbstmitleid auf, sondern Zuversicht. Ein Buch voll dramatischer Intensität und bittersüßer Liebe zum Leben angesichts des nahenden Todes.

Von Ulla-Carin Lindquist, erschienen im Goldmann Verlag, 190 Seiten, ISBN 978-3-442-21796-0, Preis 7,95 Euro



## *Nur drei Tage*

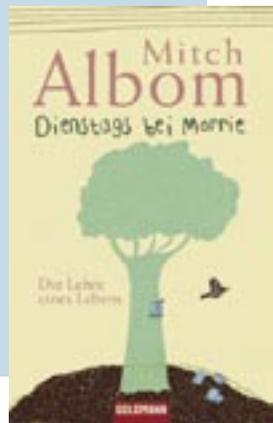
Zwischen Tod und Bestattung Leitfaden für Hinterbliebene und Menschen, die Vorsorge treffen wollen.

Von Friedrich Eras, erschienen im Claudius Verlag, 56 Seiten, ISBN 3-532-62302-1, 4,90 Euro

## *Dienstags bei Morrie*

Als er erfährt, dass sein ehemaliger Professor Morrie Schwartz schwer erkrankt ist und bald sterben wird, beginnt der Journalist Mitch Albom seinen Lehrer regelmäßig jede Woche zu besuchen. Und er, der meinte, dem Sterbenden Kraft und Trost spenden zu müssen, lernt stattdessen dienstags bei Morrie das Leben neu zu betrachten und zu verstehen.

Von Mitch Albom, erschienen im Goldmann Verlag, 217 Seiten, ISBN 978-3-442-45175-3, Preis 8,50 Euro



## Meine Trauer wird dich finden



Meine Trauer  
wird dich finden

Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit

Roland Kachler

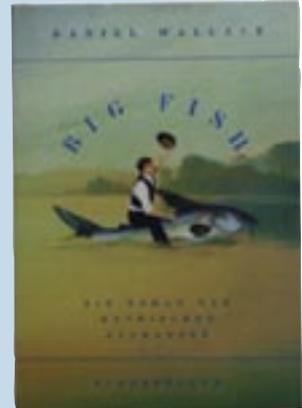
Der Autor Roland Kachler, selbst Psychotherapeut mit Erfahrung in der Trauerbegleitung, spürte nach dem Unfalltod seines 16-jährigen Sohnes, dass die gängige Methode vom „Loslassen“ des Verstorbenen, zu der er selbst seinen Klienten

geraten hatte, ihm nicht helfen konnte, seinen Schmerz zu überwinden. Deshalb hat er einen neuen Weg der Trauerbewältigung gesucht und gefunden: Statt den Verstorbenen „loszulassen“, wie die einschlägige Literatur zum Thema Trauern empfiehlt, zielt der Ansatz des Autors darauf, dass der Tote in einer anderen Weise bei den Lebenden bleiben kann. Die Trauerarbeit wird dabei als kreativer Beziehungsprozess verstanden, der zu einer inneren Beziehung zum Verstorbenen führt. Die praktischen Übungen und Tipps am Ende jedes Kapitels helfen dem Leser, diesen neuen Weg zu gehen.

Von Roland Kachler, erschienen im Kreuz Verlag, 178 Seiten  
ISBN 978-3-7831-2585-6,  
Preis 14,95 Euro

## BIG FISH

Edward Bloom war ein außergewöhnlicher Mann. Zumindest in den Geschichten, die er seinem Sohn William erzählte. Nun stirbt Edward, und William möchte wissen, wer sein Vater wirklich ist. Er beginnt, mit wunderbarer Gewandtheit das Leben seines Vaters in mystischen Ausmaßen zu gestalten.



Von Daniel Wallace,  
erschienen im Schneekluth Verlag, 222 Seiten,  
ISBN 3-7951-1708-9,  
Preis 8,95 Euro

Alle Bücher sind im Buchhandel erschienen, können teilweise in der Stadtbücherei Neukirchen-Vluyn oder bei Bärbel Bouws ausgeliehen werden.

# „Eine gute Sache“



RAYEN. Johannes Tersteegen gehört zu den Menschen, die den Hospizverein unterstützen. Er spendet regelmäßig. Seine Hilfe wird in die Aus- und Weiterbildung investiert. Stellvertretend für andere stellt der Wegbegleiter diesen Mann vor. „Der Hospizverein ist ein Verein am Ort. Das ist für mich wichtig. Ich bin selbst in einem Alter, wo man ans Abschiednehmen denkt. Ich wünsche mir zu meinem Lebensende eine solche Begleitung. Man ist dann nicht alleine. Ich denke der Hospizverein und seine ehrenamtliche Arbeit, das ist eine gute Sache“, erzählt der 72-Jährige.

## Interessiert

Die Entwicklung des Hospizvereins verfolgt er mit Interesse und besucht auch regelmäßig die Mitgliederversammlungen und zusätzlichen Infor-

mationsveranstaltungen. Der Vorsitzende und Vereinsbegründer der Rayener Dorrfestgemeinschaft hat eine eigene Sicht der Dinge. „Man denkt nicht gerne an das Ende, aber die Auseinandersetzung mit dem Tod gehört zum Leben dazu. Es gibt im Vorfeld viele Dinge zu regeln.“

Von der täglichen Arbeit im Einrichtungshaus Tersteegen, das mit dem Slogan

„für ein schönes Zuhause“ wirbt, kann und will er nicht lassen. Der täglichen Herausforderung stellt er sich gerne. „Im Leben und im Alter muss man Aufgaben haben. Die Arbeit macht Spaß, und solange es geht arbeite ich“, meint er lachend. Der Vorstand dankt auf diesem Weg Johannes Tersteegen und allen anderen für die Hilfsbereitschaft.

## Spendenbescheinigung

Spendenbescheinigung darf der Hospizverein ausstellen. Oftmals akzeptiert das zuständige Finanzamt auch den Bankbeleg bis 200 Euro. Für Spenden, die nach Geburtstag, Ehejubiläum oder nach einer Begleitung dem Hospizverein zu Gute kommen sollen, richten die jeweiligen Bankinstitute nach Absprache auch Sonderkonten mit einem Kennwort ein.

Bernhard Uppenkamp begleitet von Anfang an die Arbeit des Hospizvereins Neukirchen-Vluyn und ist Schatzmeister.

## Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer des Hospizvereins!

Seit nun mehr acht Jahren, die jetzt der Hospizverein vor Ort tätig ist, leisten die Hospizhelferinnen wertvolle ambulante Arbeit. Ihre Tätigkeit in den Familien ist ehrenamtlich. Sie engagieren sich für die Angehörigen, ihre Schwerstkranken und Sterbenden, helfen den Alltag in schweren Situationen zu meistern. Die Hospizhelferinnen entlasten in Absprache mit den Familien, wo immer es gewünscht ist.



Die Kosten für eine qualifizierte Ausbildung zur Hospizhelferin übernimmt der Hospizverein sowie Fortbildungsmaßnahmen im Bereich der professionellen Sterbebegleitung. Für die Familien, die die Hilfe des Hospizvereins in Anspruch nehmen, entstehen keine Kosten. Sterben gehört zum Leben, wie der Tod zum Leben gehört. Mit unserer Hospizarbeit stehen wir jedoch erst am Anfang. Wir wollen den Hospizgedanken fest in unserer Stadt verankern und ermöglichen, dass ein würdevolles Lebensende zu Hause möglich ist. Ich darf in diesem Zusammenhang an Frau Mattler erinnern, die am Lebensende den Hospizverein in ihr Leben ließ. Wir durften sie ein Stück ihres Weges begleiten.

Wir verstehen unsere unabhängige Arbeit als eine gemeinschaftliche Aufgabe nach ökumenischen Motiven, die den Menschen und Familien um Neukirchen-Vluyn zu Gute

kommt. Für unsere ehrenamtliche Arbeit sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen. Die Kosten für die Aus- und Fortbildung des Hospizvereins wird ausschließlich aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden finanziert. Deshalb ist Ihre Unterstützung auch so wichtig.

Bitte helfen Sie uns, dass unsere Arbeit Fortbestand hat. Der Hospizverein ist als gemeinnützig anerkannt, entsprechende Spendenbescheinigungen, die zu steuerlichen Vorteilen bei der Einkommens- und Kirchensteuer oder der Körperschaftsteuer führen, dürfen wir Ihnen ausstellen. Alle Spendengelder kommen in voller Höhe dem Hospizverein zu Gute.

Auf diesem Wege danken wir den Familien, ihren Angehörigen und Freunden, die den Hospizverein mit einer Spende bedacht haben.

Ich danke Ihnen sehr herzlich.

Bernhard Uppenkamp  
Schatzmeister

Bankverbindungen:

Sparkasse am Niederrhein,  
Konto 1420 265 504, BLZ 354 500 00

Volksbank Niederrhein eG,  
Konto 80 130 230 19, BLZ 354 611 06

# *An den Tod*

Komm, alter Freund,  
Laß Deine Waffen ruhen.  
Die Zeit des Kämpfens ist vorbei.  
Hab lang genug Dir widerstanden.

Schärf Deine Waffen neu  
Für andere Fehden.  
Ich bin besiegt.  
Das Schlachtfeld ist bestellt.

Mein Heil liegt  
Nur in GOTTES Hand.  
Will nicht mehr fürchten Dich.  
Laß mich in Frieden sein.

*Ingeborg Nimwegen  
ist Lyrikerin und lebt  
mit ihrer Familie  
in Neukirchen-Vluyn.  
1993 gründete sie  
den Autorenkreis.*

*Ihre Lyrik und Prosa  
sind in verschiedenen  
Anthologien  
nachzulesen.*

