

Offenheit, Weinen und Lachen

Ökumenische Hospizbewegung stellt ihr neues Jahresangebot für Trauernde vor

VON VERONIKA SCHADE

Offenbach – Nach zwei Jahren Pandemie und aktuell dem Krieg in der Ukraine ist das Thema Tod und Sterben, unsere eigene Endlichkeit, mehr ins öffentliche Blickfeld gerückt. Dennoch fällt es Menschen schwer, darüber zu sprechen, ihren Gefühlen über den Verlust Ausdruck zu verleihen, sich zu öffnen. Dabei ist Trauer viel leichter zu ertragen – und zu verarbeiten –, wenn man dabei nicht allein ist.

Einen Raum, in dem die Trauer ganz selbstverständlich dabei sein darf, Austausch mit anderen Trauernden und mit ausgebildeten Trauerbegleitern – all das ermöglichen die Angebote der Ökumenischen Hospizbewegung Offenbach, die sich neben der Begleitung am Lebensende die Begleitung von Trauernden auf die Fahnen geschrieben hat. Und gerade diese kamen in der Corona-Zeit zu kurz. „Unsere offenen Angebote sind alle eingebrochen, konnten zeitweise gar nicht stattfinden“, bedauern Vorstandsmitglied Sabine Harer sowie Hospizkoordinator Andreas Schmidt. 50 Menschen nahmen sie im Jahr 2021 in Anspruch, weniger als in den Vorjahren. Doch nun soll es wieder besser werden: Die Hospizbewegung



Geben Trost, Verständnis und Rat: Die Trauerbegleiter der Hospizbewegung.

FOTO: P

hat ihren Jahresplan mit bewährten, aber auch neuen Angeboten vorgestellt.

So trifft sich die angeleitete Selbsthilfegruppe für Trauernde nach dem Suizid eines nahen Menschen wieder in den Räumen des Caritashauses an der Kaiserstraße 69. Auch die Ge(h)spräche wurden wieder aufgenommen: Einmal im Monat findet in unterschiedlichen Stadtteilen ein gemeinsamer Spaziergang von 45 bis 90 Minuten statt. „Beim Gehen lässt sich

vieles leichter aussprechen, es kommt etwas in Bewegung“, weiß Schmidt.

Diesen Effekt macht sich auch das neue Angebot „Wandern für Trauernde“ zunutze. „Wir fahren in den Spessart, wandern dort bis zu 15 Kilometer auf gut ausgeschilderten, landschaftlich sehr schönen Rundwanderwegen, nehmen uns Picknick mit und kehren zum Abschluss gemeinsam ein“, erläutert Harer. Los geht es diesen Sonntag, 27. März. Ziel ist

es, einen aktiven Tag zu verbringen bei etwas, das Freude macht, bei dem man zugleich mit seinen Gefühlen ernst genommen und verstanden wird. „Gerade die Wochenenden sind für Trauernde oft schwierig“, weiß die Trauerbegleiterin. „Sie fühlen sich einsam, wollen aber ihren Familienangehörigen nicht zur Last fallen.“

Da seien die Angebote der Hospizbewegung die ideale Möglichkeit, etwas Eigenes zu machen – und sich unter

Menschen zu wissen, denen es gerade genauso geht. „Es ist beeindruckend, wie viel Offenheit, Tränen, aber auch Lachen in einer solchen Gruppe möglich sind“, sagt Harer. Dabei müsse die Trauer nicht mal ständig thematisiert werden. Es ist dabei unerheblich, wie lange der Verlust zurückliegt.

„Begegnung auf dem Friedhof“ heißt ein weiteres neues Angebot, das am 23. April beginnen soll. Die Teilnehmer besuchen den Neuen Friedhof, betrachten die Gräber, spazieren – was genau passiert, ergibt sich aus der Situation heraus. Ab September beginnt wieder die geschlossene Jahresgruppe, bei der die Trauernden bei zehn monatlichen Treffen in einem geschützten Rahmen Vertrauen und Vertrautheit entwickeln.

Viele, die die Angebote nutzen, kamen zunächst zum Einzelgespräch, um sich mit einem Trauerbegleiter oder Trauerbegleiterin als neutraler Person, außenstehender Person auszutauschen. „Manche bevorzugen das gegenüber einer Gruppe“, sagt Schmidt. Übrigens: Alle Angebote sind kostenlos.

Infos im Internet

hospiz-offenbach.de

☎ 069 800 87 998

info@hospizoffenbach.de