

BLANKENESER  
hospiz **AKTUELL**



## Loslassen ...

Ich erinnere mich noch ganz genau: Auf einem langen Spaziergang an der Elbe hat unsere kleine Tochter ihre heißgeliebte Puppe verloren. Sie war von mir selbst gestrickt und schon sehr ramponiert, aber eben ein ständiger Begleiter, ohne den nichts ging! Das war eine schmerzliche Erfahrung – nicht nur für das kleine Kind, wir Eltern trugen die Trauer mit!

Das Loslassen von etwas, was uns sehr ans Herz gewachsen ist, was wir gewohnt sind, was wir immer gemacht haben, ist schwer: ob es ein verlorener Gegenstand ist, an dem man sehr gehangen hat, eine bestimmte Gewohnheit, die man nicht gern lassen mochte oder auch ein Wunsch, ein Traum, der sich letztlich nicht erfüllen lässt. Auch das körperliche Empfinden, der Gesundheitszustand, der sich im Laufe des Lebens verändert – all das loszulassen fällt oftmals sehr schwer und tut

häufig sehr weh. Der plötzlich neue Umstand, dem wir uns oft unangekündigt, aber manchmal vielleicht auch schon befürchtet, ausgesetzt sehen, macht uns traurig, ängstlich oder sogar wütend. Da macht der Körper nicht mehr so mit, oder Freundschaften, die ein halbes Leben bestanden hatten, sind in die Brüche gegangen, gar eine Ehe, die viele Jahre doch Bestand hatte.

Jedoch am schlimmsten ist es vielleicht, jemanden zu verlieren, der gestorben ist und den wir sehr geliebt oder zumindest sehr geschätzt haben. Dabei ist das Loslassen eine große Herausforderung für uns alle. Aber wir können an dem schwierigen Umstand behutsam versuchen zu arbeiten: Manche Situation lässt sich nicht mehr rückgängig machen, da heißt es, diese anzuerkennen, letztlich zu akzeptieren.

▶ Bitte lesen Sie auf Seite 2 weiter

**Liebe Leserin,  
lieber Leser,**



wieder einmal steht der Herbst vor der Tür!  
Wieder einmal nehmen wir Veränderung wahr und zugleich Abschied vom Sommer, ob wir wollen oder nicht. Melancholie macht sich manchmal breit, aber die Beleuchtung der Natur durch die tiefstehende Sonne ist wohltuend. Ich liebe den Herbst, vielleicht auch weil ich einen Herbst-Geburtstag habe. Wir haben Zeit, uns auf die winterlichen Monate vorzubereiten und versuchen, die Tage des Frühherbstes entsprechend zu genießen! Lassen Sie sich auch auf die Jahreszeitenveränderung ein und nehmen Sie die schönen Seiten wahr! Alles hat zwei Seiten, denn wir wissen: nach dieser Herbst- und bevorstehenden Winterzeit kommt sicher auch wieder ein neuer wärmender Anfang – so vertrauen wir dem immer wiederkehrenden Gang der Jahreszeiten!

In diesem Sinne grüße ich Sie herzlich,

*Clarita Loeck*

Clarita Loeck,  
Vorsitzende Blankeneser Hospiz e. V.

Selbst dann ist es für manche Menschen besonders schwierig, mit der neuen Situation umzugehen, wenn man die Partnerin oder den Partner eine lange Zeit während einer schweren Erkrankung begleitet hatte und vielleicht sogar auf den Abschied schon vorbereitet war – dennoch geschieht der Tod des Sterbenden für viele Menschen unerwartet. Es hilft daraufhin dem Zurückgebliebenen kaum, die aufkommenden Gefühle zu unterdrücken oder sogar ganz zu verdrängen, sondern wir dürfen oder sollten sie bei uns selbst ganz bewusst wahrnehmen, um einen Weg aus dieser Gefühlslage langsam wagen zu können. Für viele ist auch der Blick auf alles Erlebte in der Vergangenheit hilfreich, auf die Freude, die wir in jener Zeit empfunden haben und es entsteht eine tiefe Dankbarkeit für die Erinnerung an das Vergangene vor der abrupten und absoluten Veränderung!

Das Loslassen hat immer zwei Seiten: Der Verlust ist riesengroß mit allen Konsequenzen, aber es öffnen sich meist auch neue Türen: Gespräche mit anderen Menschen entstehen, die wegweisend sind, neue Kontakte kommen auf, ver-

bunden mit ganz neuen zukunftsorientierten Gedanken! Manche gläubige Menschen vertrauen auch auf Gottes Beistand und hoffen, dass der geliebte Verstorbene sich nun in Gottes großer Geborgenheit befindet und Gott dem Verbliebenen einen neuen mit Hoffnung gesegneten Weg aufzuzeigen scheint!

In unserem Hospiz gibt es all diese Gefühle und Erlebnisse – sowohl bei unseren Gästen, als auch bei allen Angehörigen und Freunden, dort sind sie aufgehoben in einer Gemeinschaft von helfenden Pflegekräften und Ehrenamtlichen und werden in ihren unterschiedlichen Nöten wahrgenommen und unterstützt.

Als weitergehende Möglichkeit, neue Wege zu beschreiten, gibt es unser Trauercafé in Blankenese als ein Ort für diejenigen, die dem veränderten Zustand bewusst entgegentreten und an dem Menschen ihrer Liebsten mit Gleichgesinnten gedenken. Da kann das Sprechen über das Erlebte mit Menschen in ähnlicher Situation Türen öffnen. Wenn es auch mühsam ist, die neue Lebenslage anzunehmen, so gibt es hier und da Hoffnung, dass uns beim Loslassen ganz neue, bisher unbekannte Wege offenstehen.



## Unsere Veranstaltung zur Hospizwoche 2025 in Hamburg

Das Blankeneser Hospiz lädt herzlich zu einem Vortrag ein über

# Humor im Hospiz

**Lachen gehört zum Leben – Sterbende sind Lebende.**

Was hat Humor mit Sterbebegleitung zu tun? Sehr viel! Er kann trösten, verbinden, entlasten – und manchmal einfach guttun.

In diesem lebendig-leichten Vortrag mit **Prof. Dr. Dr. Berend Feddersen**, Palliativmediziner und Buchautor, erfahren Sie:

- wie Humor entsteht
- wie er sich durchs Leben entwickelt
- und wie er in schweren Zeiten Raum für Licht schaffen kann.

Ein Abend mit Tiefe, Wärme und Leichtigkeit – für alle Interessierten.

**8. Oktober 2025 um 19:00 Uhr in der Blankeneser Kirche**

**Eintritt frei – wir freuen uns über eine Spende.**



Frau Gisela Vetter-Lüchow im Gespräch

## Ich bin wie ein Stehaufmännchen

Gisela Vetter-Lüchow lernte ich im Raum der Stille bei einer Andacht kennen. Sie ist dort schon länger eine treue Besucherin, sodass wir immer wieder ins Gespräch kamen.

Weil ich sie als eine besonders interessierte ZuhörerIn wahrnahm, wurde ich neugierig und schließlich besuchte ich Gisela Vetter-Lüchow vor ein paar Tagen in ihrem Zimmer, um etwas mehr von ihrem Leben zu erfahren. In Ostfriesland geboren lebte sie später mit ihrer Familie bis zum Einzug in unser Hospiz im Juni dieses Jahres in Hamburg. Ihr Leben war nicht immer leicht, denn Ihr Mann hatte sie schon in der Schwangerschaft mit ihrem Jüngsten verlassen und sie musste ihre vier Söhne ganz allein groß ziehen. Es fehlte oft an vielem, aber immer machte sie das Beste aus der Situation. »Ich hatte ja meinen Glauben, den habe ich von früh auf in meinem Elternhaus erfahren und seither lebe ich mit ihm und das hat mir immer geholfen! Gott ist einfach für mich da«, – und sie strahlt mich an: »Ich kann alle Sorgen bei ihm loswerden und mich immer an ihn wenden.« Gisela Vetter-Lüchow hat früher als Pflegekraft gearbeitet und kennt sogar aus ihren Berufsjahren noch die eine oder andere Kraft in unserem Haus. Dort ist sie jetzt zuhause.

Inzwischen kennt man im Hospiz jetzt ihre besonders offene und zuversichtliche Art, eine Gabe, so empfindet sie selbst, mit der sie sich schon immer den Menschen in ihrem Umfeld zuwenden konnte. Das hat ihr auch geholfen, ihre Erkrankung anzunehmen. »Hier im Hospiz geht mir oft das Herz auf, denn manche Menschen, die hier jemanden verloren haben, kommen auf mich zu und ich nehme sie in die Arme!« Gisela Vetter-Lüchow kann anderen Trost spenden, sogar als Hospizgast selbst! »Letztlich kehrt Gott alles zum Besten, auch wenn ich nicht alles verstehe!« Frau Vetter-Lüchow zieht vielleicht aus ihrem Glauben eine große Überlebenskraft. Als junge Frau hat sie in einem Kursus mal sich selbst als ein Stehaufmännchen getöpft. »So ist es, ich steh tatsächlich immer wieder auf«, sagt sie, »und greife nach dem kleinsten Strohhalm!«

Zur Konfirmation bekam Frau Vetter-Lüchow eine kleine Bibel geschenkt, die sie noch heute begleitet. Stolz zieht sie das Büchlein aus der Nachttischschublade. »Ich bin dem lieben Gott so

dankbar für alles, was er mir geschenkt hat«. Dazu gehört auch, dass sie jetzt in unserem Emmaus Hospiz ihren letzten Lebensabschnitt verbringen darf. Ihre Bescheidenheit und Dankbarkeit für ihr Leben hat sie von ihrer Mutter, die bis zu ihrem Tod der Familie immer mit kleinen Geldbeträgen geholfen hat, um zu Geburtstagen oder Weihnachten das Beste zu zaubern. Frau Vetter-Lüchow hat gelernt, nicht zu hadern. Am Tag unseres Gesprächs hätte ihr Mann, der sich bis zu seinem Tod der Familie langsam wieder angenähert hatte, Geburtstag. Ein kleiner Teller mit Blüten und einer Kerze hat sie zu seinem Gedenken an ihr Bett gestellt! Ich frage Frau Vetter-Lüchow, was sie wohl für eine Botschaft für alle hat, die in ihrem Umfeld leben. »Die Menschen sollen sich nicht sorgen, sie sollen sich kümmern! – Und«, sagt sie mir zum Schluss, »die Dankbarkeit, die ist mir wichtig, wie ich sie hier empfinde für alles, was ich in diesem Haus tun und erleben darf!«

## Kurz notiert

### Ein neuer Kurs für Sterbebegleitung

Im Januar 2026 bietet das Blankeneser *Emmaus Hospiz* wieder einen neuen Kurs für zukünftige Sterbebegleiter:innen an. Der Kurs beginnt im Januar und endet im November 2026. In 100 Unterrichtsstunden erfahren die interessierten Kursteilnehmer vieles über die Sprache der Sterbenden, über die Phasen, die sie auf ihrem letzten Weg durchstehen; die Teilnehmer lernen auch viel von sich selbst, damit sie gut für die Begleitung der Gäste und deren Angehörigen gerüstet sind. Die Ausbildungsmonate verteilen sich sowohl auf Donnerstagabende von 19:00–21:30 Uhr ungefähr alle zwei Wochen, als auch auf Sonnabende mit längeren Zeiten, um dichter an den Themen zu sein und alle Kursteilnehmende besser kennenzulernen. Der Kurs findet im Souterrain des Pastorats rechts neben der Blankeneser Kirche am Markt statt. Die Ausbildung übernehmen Annika Schlichting und Diana Bahr und kostet 300,- €. Alle weiteren und ausführlicheren Infos bekommen alle Interessierten in einem Einzelgespräch bei

**Clarita Loeck**

**Telefon 040 / 86 49 29**

**mobil 0173 / 239 16 41**

### Gedenkgottesdienst

Auch in diesem Jahr gibt es am **Samstag, 8. November um 15:00 Uhr** in der **Blankeneser Kirche am Markt** einen Gedenkgottesdienst für alle Verstorbenen im Blankeneser *Emmaus Hospiz* des vergangenen Jahres.

Pastor *Frank Engelbrecht* wird diesmal den Gottesdienst mit einigen aus unserem Hospizteam und den beteiligten Ehrenamtlichen abhalten. Alle Angehörigen und Freunde sind eingeladen, um in einer feierlichen Stunde an die Verstorbenen zu erinnern. Danach können alle Gottesdienstbesucher mit einem Fackelzug an die Elbe gehen, um dort die Steine mit den Namen der Verstorbenen, die zu ihrer Hospizzeit in einem Kästchen an der Zimmertür waren, dem Elbwasser zu übergeben. Wir freuen uns auf Sie und diesen berührenden Gottesdienst.

### Straßenfest in Blankenese

Am Samstag, den 6. September 2025 feierte Blankenese ein Straßenfest. Das *Emmaus Hospiz* mit all seinen Angeboten war auch dabei. Mit Luftballons und kleinen Süßigkeitstüten, vielen Flyern über den Ambulanten Hospizdienst, das Trauercafé und die Finanzierung und Spendenmöglichkeit wurden den Besuchern angeboten. Auch Beitrittserklärungen für zukünftige Mitglieder unseres Fördervereins ermunterten manche Interessierte, sich über die Arbeit des Hospizes informieren zu lassen. Ehrenamtliche und die Stiftung wechselten sich am Stand ab. Alle freuten sich über die gute Atmosphäre und das traumhafte Spätsommerwetter. Im nächsten Jahr wird das *Emmaus Hospiz* wieder dabei sein.



Von links: *Diana Bahr, Clarita Loeck* und *Helga Schäfer* am Stand des Blankeneser Hospiz

### Impressum

Blankeneser Hospiz e. V., Willhöden 53, 22587 Hamburg

Redaktion: Clarita Loeck (V. i. S. d. P.), Iris Macke

Gestaltung: Ralf Schnarrenberger, Hamburg

Druck: Druckzentrum Neumünster

Die Rechte der Texte bei Ihren Verfassern.

Fotos: S. 1, links oben: Shutterstock/DedovStock;

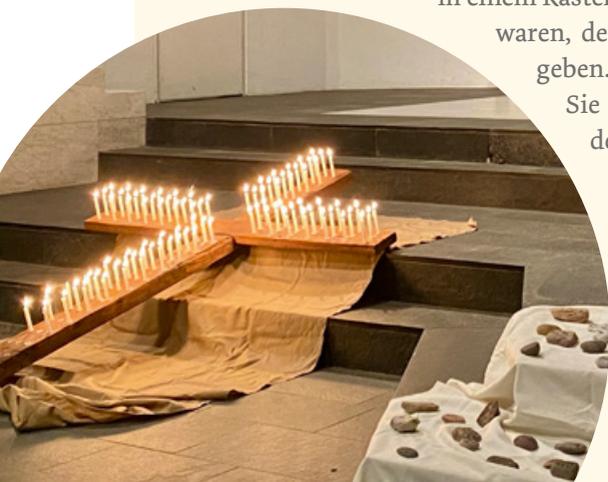
rechts: Boris Rostami; S. 5: Insel Verlag;

S. 6: Ralf Schnarrenberger; alle anderen: privat

Text S. 6: Theodor Storm: *Oktoberlied*. In: Ders.,

*Gedichte*. Berlin: Hertz 1859.

[www.blankeneser-hospiz.de](http://www.blankeneser-hospiz.de)





Buchempfehlung:

## Den Tod überleben

Der Autor, ein Lebensphilosoph, beschreibt auf einfühlsame Weise seinen Weg der Trauer nach dem schmerzlichen Tod seiner Frau. Er beschäftigt sich mit der Frage, was von einem Menschen zurückbleibt, wenn er verstorben ist. Sind es nur die Erinnerungen, die das Leben mit der Ehefrau dem Zurückgelassenen bleiben oder was kann dem Überlebenden sonst noch helfen, die Trauer zu überwinden und Trost zu erfahren? Schmid schreibt über das komplexe Thema „was bleibt zurück“ mit großem Einfühlungsvermögen und so manchen gewagten Ansätzen der Naturwissenschaft. Er kommt letztlich zu der Erkenntnis, dass die Erinnerung lebendig im weiterlebenden Partner bleibt und er sich gedanklich dem Verstorbenen liebend zuwenden kann. Anrührend beschreibt er, dass er aus den inneren Begegnungen nicht nur Halt, Stütze und Trost bekommen kann, sondern er schöpft daraus die entscheidende Kraft zum Weiterleben und erfährt die geistige Unsterblichkeit eines im Leben so nahen Menschen. Es ist der Versuch, sich dem zu nähern, was verloren ist, jedoch fehlt dem gläubigen Leser die Betrachtung des Autors, dass der geliebte Mensch nach christlichem Verständnis nach seinem Tod in einer gütigen Geborgenheit Gottes aufgehoben ist, wo es keinen Schmerz und kein Leid mehr gibt, woraus auch der Hinterbliebene eine neue, trostspendende Lebensstärke gewinnen kann.

Das kleine Büchlein *Den Tod überleben* von *Wilhelm Schmid* ist im *Insel Verlag* erschienen.

## Sind **SIE** unser neues Mitglied im Förderverein?

Wir brauchen **SIE** für unsere feste Säule, die unseren Verein verlässlich stützt! Für einen Mindestbeitrag von 70,- € im Jahr wissen Sie als Mitglied mehr und schneller als andere, was wir so tun! Einmal im Jahr sind Sie zu unserer Mitgliederversammlung eingeladen, um über Projekte und das Geschehen rund um unser Hospiz etwas zu erfahren! Wir freuen uns auf Ihr Interesse und vielleicht Ihre zukünftige Mitarbeit. Melden Sie sich gern per mail oder Telefon unter:

[hospiz@blankenese.de](mailto:hospiz@blankenese.de)

Telefon 0 40 / 86 49 29

mobil 01 73 / 239 16 41



Förderverein  
Blankeneser Hospiz e.V.



BLANKENESER  
hospiz

#### KONTAKT UND INFORMATIONEN

Stiftung Emmaus Hospiz	Emmaus Hospiz gGmbH
Clarita Loeck	Julia Behnk
Willhöden 53	Godeffroystraße 29a
22587 Hamburg	22587 Hamburg
Telefon 0 40 / 86 49 29	Telefon 0 40 / 780 69 20-0
hospiz@blankenese.de	behnk@pflagediakonie.de

Ein Unternehmen der



Pflegediakonie

Über eine Spende zur Unterstützung  
unserer Arbeit freuen wir uns sehr  
Spendenkonto: Stiftung Emmaus Hospiz  
IBAN DE 93 2004 0000 0337 8460 00  
Commerzbank Hamburg

[www.blankeneser-hospiz.de](http://www.blankeneser-hospiz.de)

## Oktoberlied

Der Nebel steigt, es fällt das Laub;  
Schenk ein den Wein, den holden!  
Wir wollen uns den grauen Tag  
Vergolden, ja vergolden!

Und geht es draußen noch so toll,  
Unchristlich oder christlich,  
Ist doch die Welt, die schöne Welt,  
So gänzlich unverwüstlich!

Und wimmert auch einmal das Herz –  
Stoß an und lass es klingen!  
Wir wissen's doch, ein rechtes Herz  
Ist gar nicht umzubringen.

Der Nebel steigt, es fällt das Laub;  
Schenk ein den Wein, den holden!  
Wir wollen uns den grauen Tag  
Vergolden, ja vergolden!

Theodor Storm