

ISSUE 2021_2022



mut.macher

DAS MAGAZIN VON HAMBURG LEUCHTFEUER



ZUVERSICHT

Stell dir vor:

DEINE BANK KANN PLUS
UND MINUS. ABER AUCH
ZEICHEN SETZEN.

Wir übernehmen Verantwortung und unterstützen
gemeinnützige Organisationen in unserer Region.
Denn als Genossenschaftsbank sind wir mehr als
eine Bank. Wir sind deine Bank.

Fair. Gemeinsam. Transparent.

Sparda-Bank

Die Deine Bank.

TITELFOTO: CHRIS LAMBERTSEN FOTO: HENDRIK LÜDERS



Liebe Unterstützer*innen und Weggefährten*innen,

vor kurzer Zeit hat Kathi ihre erste eigene Wohnung bezogen. Sie ist eine der neuen Bewohner*innen von Festland. Wer die Gelegenheit hat, sie persönlich kennenzulernen, ist begeistert.

Trotz großer persönlicher Herausforderungen strahlt sie eine Zuversicht und Stärke aus, die berührt und begeistert. In diesem Magazin erzählt sie von ihrem Einzug und ihrem neuen Alltag bei Festland.

Wir haben uns mit diesem mut.macher dazu entschieden, als Schwerpunktthema „Zuversicht“ zu wählen. Denn für uns von Hamburg Leuchtfeuer ist es immer wieder ein großes Geschenk, so vielen Menschen zu begegnen, die trotz schwieriger Umstände, herausfordernden Lebenssituationen oder krisenhaften persönlichen Zeiten so viel Kraft und Zuversicht ausstrahlen. So wie Quint auf dem Cover dieses Magazins. Durch diese Begegnungen können wir viel voneinander lernen, miteinander wachsen und die Welt mit anderen Augen sehen.

Unser Anliegen von Hamburg Leuchtfeuer ist es nicht nur, Menschen mit chronischen Erkrankungen, Menschen in Trauer oder Menschen am Lebensende Unterstützung und Hilfe zu geben, sondern auch, diese Erlebnisse und Erfahrungen zu teilen. Denn dies trägt dazu bei, unser soziales Miteinander zu stärken. Und es bekräftigt uns, unseren eigenen Weg im Leben immer wieder neu zu finden, insbesondere auch dann, wenn unsere Lebensumstände sich verändern.

„Zuversicht gelingt nur gemeinsam“, resümiert die Hamburger Philosophin Dr. Ina Schmidt in ihrem beeindruckenden Beitrag über die Zuversicht am Ende des Lebens. Dass Zuversicht nur gemeinsam gelingt, erleben wir von Hamburg Leuchtfeuer auf eindrucksvolle Weise immer wieder neu. Dafür möchten wir Danke sagen! Allen Menschen, die sich mit ihrer Zeit und guten Taten, ihrem Geld, ihren Fähigkeiten oder guten Kontakten gemeinsam dafür einsetzen, Leben, Krankheit, Sterben, Tod und Trauer menschlicher oder menschenwürdiger zu gestalten.

Ihr

Ulf Bodenhagen

Geschäftsführer von Hamburg Leuchtfeuer



UNTERNEHMEN MENSCHLICHKEIT

INHALT

	3	EDITORIAL
	6	RESPEKT Lotsenhaus Louise Brown beschreibt in ihrem neuen Buch, wie die Trauerbegleitung ihre Haltung zum Leben verändert hat.
	14	HEIMAT Festland Kathi ist eine der neuen Bewohner*innen von Festland und erzählt über ihren neuen Lebensabschnitt.
	22	KRAFT Aufwind Ein Interview mit Expert*innen zeigt auf, wie sich das Leben mit HIV im Laufe der Jahre verändert hat.
	30	WÜRDE Hospiz Die Philosophin und Autorin Dr. Ina Schmidt erläutert, warum Zuversicht nur gemeinsam gelingt.
FÖRDER*INNEN	38	
SPENDEN	40	
KONTAKT	42	
	43	WIR SAGEN DANKE



RESPEKT

LOTSENHAUS



”

Habt keine Angst vor mir,
meiner Trauer, meinen Tränen.“

Gabriele

62 Jahre. Ihre Tochter war an Depressionen erkrankt
und ist im November 2020 durch Suizid gestorben.





WAS BLEIBT?

Louise Brown arbeitet als freie Trauerrednerin im Lotsenhaus von Hamburg Leuchtfeuer. Zugleich ist sie Journalistin und Podcasterin. Nun hat sie ein Buch über ihre Arbeit herausgebracht. Es ist voller Wärme und Menschlichkeit. Und gleichzeitig tröstend und befreiend. Ein Buch, das Mut macht, das Leben auf die Dinge auszurichten, die von Bedeutung sind.

TEXT LOUISE BROWN FOTOS AXEL MARTENS

Anna starb im Frühling im Heim. Sie war zerbrechlich, hatte aber bis zum Schluss unter keiner schweren Krankheit sehr gelitten. Sie schlief einfach mittags in ihrem Sessel ein, der in ihrem Zimmer mit Blick auf einen Kirschbaum stand, und wachte nicht wieder auf. An der Natur – Wiesen und Wäldern – konnte sie sich ein Leben lang erfreuen. Diese Freude ging auf ihre Kindheit zurück.

Anna wurde 1925 geboren und wuchs in Zossen in Brandenburg auf. Ihre Eltern waren Landarbeiter, ihr Vater Knecht, ihre Mutter Feldarbeiterin. Beide arbeiteten auf demselben Gut. Anna hatte zwei geliebte Schwestern. Mittags brachte sie ihrem Vater das Essen aufs Feld. Daran erinnerte sie sich bis zu ihrem Lebensende: an den Kanal, an die gelben Sumpfdotterblumen, die Gräser und den Duft der Wiesen.

Ihr Vater starb mit nur 37 Jahren an Krebs. Anna, selbst erst 14, musste arbeiten. Es war 1939. Sie wurde nach Berlin geschickt, mitten im Krieg. Dort fand sie eine Stelle als Hausangestellte. Und mehr als das: Sie hatte das Glück, von der Familie, mit der sie danach viele Jahre befreundet blieb, gut aufgenommen zu werden.

Beim Trauergespräch erzählen mir Annas Kinder, wie wichtig es für ihre Mutter gewesen sei, ihnen ein schönes Zuhause zu bieten. Wie gut sie backen konnte und immer die besten Saucen zauberte. Wie sie ihren Kindern aber auch die verhassten Steckrüben auf den Tisch stellte, wohl wissend, dass sie diese nicht mochten. Und dass es ihr manchmal schwerfiel, ihnen ihre Liebe zu zeigen. Sie ha-

ben berichtet, wie sie in ihren Sechzigern anfang, Gedichte zu schreiben und so auf ihre Vergangenheit zurückblickte. Ihre Erinnerungen an die Kindheit in Brandenburg bewahrte sie bis zum Lebensende. Sie hielt sie in den Gedichten, die sie ihrer Familie noch mit neunzig vortrug, lebendig. In Gesprächen konnte sie ihre Gefühle schwer zeigen. Für die Unterstützung, die sie im Alter seitens ihrer Familie bekam, konnte sie ihre Dankbarkeit nicht immer ausdrücken. Aber in einem Gedicht, das sie der Familie an ihrem Lebensende vorlas, schrieb sie:

„

Freut euch an jedem Tag eures Lebens, die Jahre enteilen wie im Sturmwind, wie eine aufgeblühte Rose, die morgens noch duftet und am Abend verblühet. Ich habe Brot bekommen, und man hat mir Rosen geschenkt – wie glücklich war ich, beides in meinen Händen zu halten.“



Bis heute erinnere ich mich an Annas Geschichte. Ihr Leben steht für mich stellvertretend für die Schicksale vieler Menschen, die während des Kriegs aufgewachsen sind. Die mit einem Kind auf den Arm durch die brennende Stadt laufen mussten, um sich in Sicherheit zu bringen. Oder als Teenager an die Front geschickt wurden und dann als Männer aus dem Kampf zurückkehrten. Menschen, die nach dem Krieg fliehen und alles Vertraute zurücklassen mussten, um dann in der eigenen Heimat wie Fremde behandelt zu werden.

Große Hürden überwinden

Bevor ich als Trauerrednerin zu arbeiten begann, war die Kriegszeit für mich ein Kapitel aus dem Geschichtsbuch. Heute erlebe ich die Geschichte dieses Landes an seinen Menschen und deren Lebensgeschichten. Nicht selten handeln sie von Brüchen und schweren Schicksalsschlä-

gen, aber auch von Neuanfängen, Improvisation und Glücksmomenten. Von Durchhaltevermögen und Widerstandskraft. Nicht immer handeln die Geschichten von Krieg. Ich höre von Menschen, die die unterschiedlichsten Schicksalsschläge ausgehalten haben. Die trotz übermenschlicher Hürden weitergemacht haben und nach tiefem Fall wieder aufgestanden sind. Diese Menschen haben mir Mut gemacht. Sie haben mir gezeigt, dass mancher Berg, der einem vorerst unbezwingbar erscheint, sich als Hügel entpuppen kann, den man zu meistern vermag. Sie haben mich verstehen lassen, dass wir uns manchmal ins Auge des Sturms begeben müssen, um aus ihm wieder herauszukommen. Dass gerade die Hindernisse, denen wir im Leben begegnen, und unsere Kraft, diese zu ertragen oder gar zu überwinden, uns als Menschen definieren. Vielleicht erinnern Sie sich selbst an eine schwere Lebens-



phase. Wie Sie in dieser Zeit nicht daran geglaubt haben, aus der Dunkelheit wieder herauszukommen, es aber doch geschafft haben. Wenn wir zurückschauen auf das, was wir ausgehalten und daraus gemacht haben, dann wird deutlich, dass wir in diesen Momenten, in denen wir uns schwach und zerbrechlich fühlen, genau die Kraft haben, die wir brauchen, um weiterzumachen.

Kraft, um weiterzumachen

Lange stellte der Verlust meiner Eltern für mich einen Bruch im Leben da. Ich fand es unfair, dass sie früher als andere Eltern sterben mussten. Dabei waren beide über siebzig gewesen. Sie hatten gelebt, geliebt und viel erlebt. Die Arbeit als Trauerrednerin hat mich wachgerüttelt. Sie hat mir gezeigt, was „unfair“ bedeuten kann, und wann es berechtigt ist, über die Ungerechtigkeit in dieser Welt zu klagen. Einmal saß ich im Trauergespräch zwei Teenagern gegenüber, deren Vater mit Anfang fünfzig an Krebs verstorben war. Ein anderes Mal sprach ich mit einer Frau, deren große Liebe gestorben war, als sich die beiden gemeinsam ein Leben aufbauen wollten. Es ist schon paradox, dass wir in den Nachrichten täglich mit Geschichten von Leid und Verlust konfrontiert werden, in unserem Alltag aber nie wirklich dafür gewappnet zu sein scheinen, dass ein geliebter Mensch eines Tages sterben könnte. Es hat bei mir lange gedauert, bis ich das Leid weniger als eine Störung, sondern vielmehr als einen Teil des Lebens akzeptieren konnte, eine Variation in dessen Soundtrack. Bis ich gelernt habe, Verlust und Schmerz als das zu sehen, was sie sind: Bestandteile des Lebens. 

Abschied

Louise Brown mit Seren Gören, einer der Bestatterinnen des Lotsenhauses. Gemeinsam bereiten sie eine Trauerfeier im Lotsenhaus vor. Es liegt beiden am Herzen, dass Abschied gut gelingt.

Louise Brown
WAS BLEIBT, WENN WIR STERBEN
 Erfahrungen einer Trauerrednerin



Nach dem Tod ihrer Eltern versucht die Journalistin Louise Brown, der Endlichkeit des Lebens etwas Sinnstiftendes abzugewinnen. Sie wird Trauerrednerin und Zeugin dessen, was von uns bleibt. Dies verändert nicht nur ihre Einstellung zum Tod, sondern auch ihre Haltung zum Leben. Louise Brown schenkt uns unvergessliche Bilder, die daran erinnern, was uns als Menschen ausmacht.

Diogenes Verlag AG
Einband: Gebunden
ISBN-13: 9783257071764
Umfang: 256 Seiten
auch unter www.leuchtfuershop.de erhältlich

TRAUERN IST NICHT DAS PROBLEM ...

... sondern die Lösung. Diese Haltung der Autorin und Trauerexpertin Chris Paul ist auch für das Team des Lotsenhauses von Hamburg Leuchfeuer maßgeblich. Mit Bildungsangeboten, Begleitungen für die Zeit des Trauerns, Vorsorgegesprächen und Bestattungen ist es seit 2007 für Menschen da, die Unterstützung brauchen.

Lotsenhaus-Team

Die vielfältigen Angebote unter einem Dach machen das Lotsenhaus von Hamburg Leuchfeuer einzigartig in Deutschland. Mit viel Wissen und Erfahrungen unterstützen Bestatter*innen, Bildungsrefent*innen und Trauerbegleiter*innen.



TEXT JOSEF REPPENHORST

Wer sich mit Themen der Endlichkeit auseinandersetzt, merkt schnell, dass es immer wieder um innere Haltung und Selbstreflexion geht. Daher ist die Fort- und Weiterbildung seit Anbeginn fester Bestandteil des Lotsenhauses. Ob Workshops, Inhouse-Schulungen oder die Qualifizierung zur Trauerbegleitung. Weit über 200 Menschen nutzen jedes Jahr dieses Angebot, um neue Perspektiven im Umgang mit Verlust und Trauer zu entwickeln und die eigene Haltung zu Sterben, Tod und Trauer zu reflektieren. Die Motivationen der Teilnehmenden sind vielfältig. Manchmal ist es der

persönliche Wunsch, Abschied und Trauer mehr Raum zu geben. Mehr und mehr werden jedoch Fort- und Weiterbildungen auch für die eigenen beruflichen Kontexte genutzt. Überraschend ist dabei, dass die Nachfrage von Jahr zu Jahr größer wird. Waren es zu Anfang in erster Linie Menschen aus dem Hospizkontext oder aus Pflegeberufen, reicht das Spektrum heute von Berater*innen, Therapeut*innen oder Personalleiter*innen bis hin zu Flugbegleiter*innen, Masseur*innen oder Mitarbeitenden im Wellness- oder Touristikbereich, die sich im Lotsenhaus weiterbilden.

FOTO: HENDRIK LÜDERS

Gut gerüstet mit Wissen und Methoden

Die Vielfalt an Interessierten zeigt, dass die Beschäftigung mit Tod und Trauer zunehmend als persönliche und berufliche Bereicherung erlebt wird. Wer im Alltag gelernt hat, sich gegenüber trauernden Menschen nicht mehr mit der Floskel „Ach, das wird schon wieder“ aus der Situation zu stehlen, sondern authentisches Interesse und Empathie entwickelt hat, kann nicht nur sicherer agieren, sondern auch hilfreicher unterstützen. Peggy Steinhauser, die Leiterin des Lotsenhauses, beschreibt es so: „Die Qualifizierung zur Trauerbegleitung besteht zu 90 Prozent aus intensiver Haltungsarbeit. Wie gehe ich mit meinem individuellen Erleben um und wie mit dem der anderen, vor allem dann, wenn es ganz anders ist als meins? Die Haltung, sich für das Erleben und die Strategien der Hilfesuchenden zu interessieren, anstatt Ratschläge zu erteilen, verändert nicht nur den Umgang mit Trauernden, sondern hat insgesamt einen positiven Einfluss auf die zwischenmenschlichen Begegnungen.“

Jeder Mensch trauert anders

Mehr als 500 Gespräche mit trauernden Menschen führt das Team im Lotsenhaus mittlerweile jährlich. Die vier ausgebildeten Trauerbegleiterinnen unterstützen die Menschen mit einem hohen Maß an Achtsamkeit und Sensibilität. Die Nachfrage steigt stetig. In der Trauer professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen ist mittlerweile kein Tabu mehr. Es bekommt zunehmend eine positive Wertung, sich gut um sich selbst zu kümmern. Trauer ist eine natürliche Reaktion, und nicht jede*r benötigt dabei Unterstützung. Es kann jedoch sein, dass man allein nicht weiterkommt oder das eigene Umfeld nicht überfordern möchte. Manchmal hilft dann schon ein einzelnes Begleitungsgespräch oder aber eine Begleitung über einen längeren Zeitraum. Einige erleben es als hilfreich, sich einer Trauergruppe anzuschließen. Für diese Entscheidungen gibt es keinen festgelegten Fahrplan. Einzig zählt, was sich für die trauernde Person stimmig anfühlt. Eine Frau, die vor kurzer Zeit eine Trauerbegleitung für sich in Anspruch genommen hat, beschreibt es so: „Die Gespräche haben mir sehr geholfen, auch wenn ich es zu Anfang nicht für möglich gehalten habe. Durch die

Impulse und die Anteilnahme habe ich gelernt, meinen Schmerz zu integrieren und mit Zuversicht in mein weiteres Leben zu blicken. Ich weiß, dass es sicherlich noch dunkle Momente geben wird, aber ich habe jetzt das Gefühl, endlich einen entscheidenden Schritt nach vorn gemacht zu haben.“

Ein guter Abschied hilft in der Trauer

Was nicht viele Menschen wissen und sicher auch für eine gemeinnützige Organisation wie Hamburg Leuchfeuer ungewöhnlich ist: Das Lotsenhaus ist auch ein Bestattungshaus. Mehr als 100 Bestattungen werden mittlerweile jährlich durchgeführt. Vor Ort gibt es einen Aufbahrungsraum, in dem An- und Zugehörige sich in Ruhe von ihren Verstorbenen verabschieden können, und im Saal des Lotsenhauses finden regelmäßig Trauerfeiern statt. Das Besondere an einer Trauerfeier im Lotsenhaus ist, dass kein Zeitdruck besteht. Und hier gibt es die Möglichkeit, die Feier so frei und individuell zu gestalten, wie es zu den Verstorbenen gepasst hätte.

Für die Mitarbeiter*innen von Hamburg Leuchfeuer war schon zum Zeitpunkt der Gründung des Lotsenhauses klar, dass ein Bestattungshaus unbedingt dazugehört. Nicht nur, weil dieses Dreiklang-Angebot von Bestattung, Bildung und Trauerbegleitung damit bundesweit einzigartig ist, sondern auch, weil ein gut gestalteter Abschied und eine achtsame Bestattung die Hinterbliebenen in ihrer Trauer unterstützt. Seren Gören ist eine der drei Bestatter*innen im Lotsenhaus. Die 26-Jährige hat sich vor über zehn Jahren für diesen Beruf entschieden. „Ein Gefühl der Geborgenheit und der Sicherheit für die Angehörigen herzustellen ist mir ein wichtiges Anliegen. So schaffen wir neben den notwendigen Formalitäten eine gemeinsame Basis für einen guten Abschied.“ Empathie und Einfühlungsvermögen sind dabei ebenso unerlässlich wie eine transparente Kostenklärung. Und ausreichend Zeit. Wie hat der Mensch, der verstorben ist, gelebt? Was war ihm wichtig? Wie hätte er sich seinen Abschied gewünscht? Und was ist für die, die bleiben, bei der Trauerfeier wichtig? All das trägt dazu bei, hinterher sagen zu können, ja es war ein guter Abschied. 



FESTLAND



”

Barrierefreiheit bedeutet mehr als abgesenkte Bordsteine. Eine Gesellschaft ohne Stufen wäre toll. Besonders stufenfreie Köpfe finde ich super. Dass Hilfe da ist, wenn ich sie brauche, ist nicht selbstverständlich. Noch besser wäre es, wenn ich nicht ständig darüber diskutieren müsste, warum ich jetzt Hilfe brauche. Schöner ist es, wenn wir gemeinsam handeln, um die Probleme zu lösen.“

Nadin

26 Jahre und an einer spastischen Lähmung aufgrund einer frühkindlichen Hirnschädigung erkrankt.



„ICH FÜHLE MICH WOHL UND GEBORGEN“

Kathi ist eine der ersten Bewohner*innen von Festland – und erzählt über ihr neues Leben, das ihr Unabhängigkeit und Fürsorge zugleich bietet.

TEXT PETER LEWANDOWSKI FOTOS PATRICK SOBOTKA

⚓ Wenn Kathi zu reden beginnt, ist es schwer, sich ihr zu entziehen. Das Leuchten ihrer Augen, das verschmitzte Lächeln, die Freude, die sie beim Erzählen mit ihrer durchdringenden Stimme zu empfinden scheint. Nach nur wenigen Minuten begegnen wir uns wie alte Bekannte, amüsieren uns über die saure Milch, die uns zum Kaffee serviert wird, und sind schnell bei einem unserer gemeinsamen Lieblingsthemen, der Philosophie. Ich empfehle ihr mein Lieblingsbuch „Der tägliche Stoiker“. Sie überrascht mich, noch nie gehört, mit Wilhelm Weischedel, einem deutschen Philosophen und seinem Werk „Die Philosophische Hintertreppe“, in dem 34 Philosophen in Alltag und Denken vorgestellt werden.

Kathi liest leidenschaftlich gern, möchte, wenn das Leben nach Corona wieder unkomplizierter ist, einen Literatursalon organisieren. In ihrem neuen Zuhause: 62 Quadratmeter, zwei Zimmer, eins zum Schlafen, eins zum Wohnen. Überwiegend weiß möbliert. Schreibtisch, Bücherregal, Esstisch, eben alles, was ein junger Mensch so braucht. Die zwei Bilder mit den großen Herzen sind ein Blickfang der Zuwendung und Liebe. Die helle Eck-Couch ist bequem und breit genug für einen zusätzlichen Schlafplatz. Wenn sich die junge Frau auf ihren kleinen Balkon im dritten Stock begibt, kann sie auf das beruhigende Fließen der Elbe schauen. Kathi ist stolz auf ihre eigenen vier Wände. Sie lebt hier im Baakenhafen, einem neuen Wohnviertel in der HafenCity, seit Januar 2021.

”

Nicht den Tod sollte man fürchten, sondern dass man nie beginnen wird zu leben.“

Marc Aurel, Philosoph und Politiker

Kathi ist 31 Jahre alt und unheilbar krank: „Mein Körper zerstört sich selbst. Hauptsächlich die Knochen, aber auch die Organe, den Kopf, die Nerven – alles. Und ich nehme sehr starke Schmerzmittel, bin leider nicht belastbar und schnell erschöpft.“ Sie spricht ruhig und sachlich über ihre Krankheit. Und nur kurz.

Sie ist nicht nur stolz auf ihr Heim, sondern liebt auch die Zuwendung und die Geborgenheit, die sie bei Festland erfährt und die ihr helfen, mit Leiden anders zu leben: „Als Kranke wirst du schnell in eine Ecke geschoben, du bist kein Mensch, sondern nur eine Nummer xy. Bei Festland ist das anders. Den Menschen hier ist es wichtig, dass es mir gut geht und dass sie mir in der Not beistehen können. Darauf habe ich so lange gewartet.“

Der Schweizer Schriftsteller Alain de Botton hat einmal gesagt: „Liebe zu empfangen bedeutet, sich selbst als Gegenstand der Besorgnis zu fühlen: Unsere Anwesenheit wird wahrgenommen, unser Name wird registriert, unsere Ansichten werden angehört, unsere Fehler werden





Angekommen

Kathi hat eine der 27 Wohnungen von Hamburg Leuchtfeuer im Baakenhafen bezogen. Ein neues Quartier, das durch soziale und nachbarschaftliche Strukturen Vielfalt in die HafenCity Hamburg bringt. Christian Kaiser-Williams ist bei Festland einer der Ansprechpartner vor Ort.



”

**Ich hab zwei Zuhause.
Das bei meinen Eltern, wo ich
immer sicher war. Und jetzt bin
hier. Hier bin ich auch sicher.“**

mit Nachsicht behandelt und unsere Bedürfnisse werden bedient. Und unter solcher Fürsorge blühen wir auf.“

Wenn Kathi über Fürsorge spricht, werden zwei Gedanken schnell zu einem. Natürlich hat sie sich danach gesehnt, eine eigene Wohnung zu finden, in der sie gut aufgehoben ist. Sosehr sie ihre Eltern und ihren sieben Jahre älteren Bruder auch liebt, so groß war auch ihre Sehnsucht nach einem selbstbestimmten Leben. Dieser erste Gedanke der Freiheit ist eng verwoben mit einem zweiten, der ihr ganz besonders wichtig ist – und sie auch motiviert hat, den Weg fort von ihren Eltern zu gehen:

„Es war ein langer Prozess. Also, wir waren immer schon realistisch und wussten: Mama wird nicht ewig können. Und mein Bruder sagt auch: Schatz, ich werd mich immer um dich kümmern. Aber er hat ja auch sein Leben, seine Familie, und deswegen war es für mich so wichtig, ein geeignetes Wohnprojekt zu finden. Weil mein Bruder auch irgendwann alt wird und nicht mehr kann.“

Der Mutter ist der Abschied von der Tochter sehr, sehr schwergefallen. Am Anfang rief sie täglich mindestens zehnmal an, Kathi aber schaffte es, sie immer wieder zu beruhigen und ihr glaubhaft zu versichern, dass es ihr gut gehe. Schließlich war dies ja ihr großes Ziel: die Freiheit in Fürsorge.

Als schwer kranker Mensch ist es wichtig, neue schützende Hände zu finden. Hände, die tragen und unterstützen. Und es ist der Konflikt, etwas Eigenes zu haben, es mit der Hilfe der Eltern gemütlich und geschmackvoll einzurichten – und sich gleichzeitig den Herausforderungen der Umgebung, den neuen Lebensumständen zu stellen. Kathi spricht ruhig und auch ein wenig vorsichtig über, wie sie selbst sagt, diese komplett neue Erfahrung:

„Wie soll ich das beschreiben? Ich hab einfach am Anfang in den Tag gelebt und hab erst mal versucht, all das Schöne, das ich erlebe, zu genießen. Aber natürlich gab es auch eine Umgewöhnung, die du dir so vorstellen musst: Auf einmal kümmern sich fremde Menschen um dich. Ja, sie ersetzen mir die Hände und alles, aber sie sind in deinem geschützten Raum. In deinem Zuhause. Und dieses Vertrauen zu denen zu entwickeln, dass du dein eigenes Leben mit ihnen führen kannst, das war eigentlich der schwerste Prozess, aber ich habe ihn gemeistert. Ich fühl mich einfach wohl und geborgen. Deswegen sag ich : Ich hab zwei Zuhause. Das bei meinen Eltern, wo ich immer sicher war, und jetzt bin ich hier. Und hier bin ich auch sicher.“

Kathi hat in den letzten Monaten gelernt, neue Verantwortungen auf sich zu nehmen und ihr Leben aktiv zu gestalten. Sie wird von sechs Assistent*innen abwechselnd rund um die Uhr versorgt, ist deren Arbeitgeberin mit allen Pflichten: Gehalt, Sozialabgaben, Dienstpläne, aber auch mal Konflikte regeln, für das Personal da sein, wie die Assistentinnen für sie da sind. Eine von ihnen auch nachts auf der bequemen Eck-Couch im Wohnzimmer. Möglich wird diese Unterstützung durch das Bundesteilhabegesetz.

Kathi braucht sehr viel Schlaf. Mindestens zwölf Stunden am Tag. Sie leidet oft unter starken Schmerzen, sie ist froh, versorgt zu werden („ich kann nicht kochen und esse eigentlich alles“) und liebt die Ge-

meinschaft und das Zusammengehörigkeitsgefühl.

Nachdem sie sich einigermaßen eingelebt hatte, kam für sie eine große Bewährungsprobe, die zu einem Lackmustest der Festland-Gemeinschaft wurde. Innerhalb kürzester Zeit starben ihre Großmutter und die 12 Jahre alte Katze: „Ich brauchte einfach jemanden zum Reden. Mal abgesehen von Mama. Und dann hab ich bei Christian geklingelt. Und Christian hat sofort alles stehen und liegen gelassen, er hat mir zugehört und mir auch einen Kontakt hergestellt zur Trauerbewältigung bei Hamburg Leuchtfeuer. Und er hat sich halt regelmäßig auch nach mir erkundigt, wie es mir geht.“

Füreinander da sein

In dem gemeinnützigen Wohnprojekt Festland ist Christian einer der zentralen Ansprechpartner für die Bewohner*innen und der einzige Mann im Festland-Team. Kathi nennt ihn daher spaßeshalber „den Herrn des Hauses“. Wenn sie über ihn spricht, spürt man ihre Liebe zur Festland-Gemeinschaft: „Wir sind immer füreinander da, machen sehr viel zusammen und haben unseren Spaß.“ Seit einigen Wochen hat sie eine Mitbewohnerin, auf die sie besonders stolz ist: ihre kleine graue Katze: „Sie ist mein Riesenbaby und ich muss gut auf sie aufpassen.“ Mit ihren Freunden hat sie am Balkon ein Netz gespannt, damit das Tier bei seinen Ausflügen nicht drei Stockwerke tief fällt. Über Leila könnte sie stundenlang erzählen – und ich zuhören. Nach eineinhalb Stunden Gespräch frage ich sie, wie sie für Festland werben würde. Ihre Antwort: „Hier hast du ein Zuhause, wo du mit deinen Wünschen und Bedürfnissen voll als Mensch gesehen wirst. Wo du Unterstützung erfährst, nicht jeder allein in seiner Wohnung sitzt, sondern man ist eine Gemeinschaft, in der man aufeinander zählen kann. Man kann hier sein Leben leben und alt werden.“



Gemeinschaft und Rückzug

Eine große Gemeinschaftsküche, die Dachterrasse und sogar einzelne Flurabschnitte bei Festland sind so konzipiert, dass Gemeinschaft und Begegnung auch spontan möglich sind. Die Wohnungen im Haus sind vollständig ausgestattet und bieten Rückzug und Privatsphäre.



Toni Ritter engagiert sich ehrenamtlich bei Festland



Max Mersmann ist neu im Team der ehrenamtlichen Hospizbegleiter



Elke Lieckfeldt arbeitet ehrenamtlich am Empfang des Hospizes



CHRISTIAN KAISER-WILLIAMS

ist der neue Koordinator für das Ehrenamt. 2001 kam er als Zivildienstleistender zu Hamburg Leuchtfeuer, arbeitete viele Jahre in der Öffentlichkeitsarbeit und widmet sich heute neben der Koordination des Ehrenamts den Bewohner*innen von Festland. Beste Voraussetzungen also, um das freiwillige Engagement weiter zu stärken und sicherzustellen, dass das Ehren- und Hauptamt bei Hamburg Leuchtfeuer auch weiterhin Hand in Hand läuft. Er weiß Bescheid, wo aktuell welche Kenntnisse und Fähigkeiten bei Hamburg Leuchtfeuer gebraucht werden. Zugleich bietet er den Menschen, die sich engagieren möchten, Orientierung und Hilfestellung, das passende Ehrenamt zu finden. Das Spektrum des Angebots ist vielfältig. Egal ob handwerkliche, kommunikative, bildende, sportliche, künstlerische oder kulinarische Fähigkeiten: Wer sich mit den Zielen von Hamburg Leuchtfeuer identifizieren kann und das eigene Spektrum erweitern möchte, ist herzlich eingeladen mitzumachen. Auch zeitliche Rahmungen für das Ehrenamt sind bei Hamburg Leuchtfeuer flexibel. So können Ehrenamtliche zum Beispiel einmal jährlich beim Teddy-Verkauf mitmachen, in unregelmäßigen Abständen Spieleabende bei Festland gestalten, am Empfang von Aufwind aushelfen oder wöchentlich das Abendbrot im Hospiz zubereiten. Sie sind interessiert, mitzumachen? Sie haben eigene Ideen? Willkommen bei Hamburg Leuchtfeuer! Aktuelle Informationen finden Sie unter www.hamburg-leuchtfeuer.de/ehrenamt

MIT ZEIT SINN STIFTEN

In Deutschland engagieren sich 31 Millionen Menschen ehrenamtlich. Mal punktuell, mal regelmäßig. Die Gesellschaft mitzugestalten und den eigenen Horizont zu erweitern sind häufig genannte Gründe für ein freiwilliges Engagement.

TEXT JOSEF REPPENHORST

 Insbesondere jüngere Menschen engagieren sich in unserer Gesellschaft neuerdings verstärkt. Der Anteil der 19- bis 49-Jährigen bildet aktuell den höchsten Anteil an Ehrenamtlichen in Deutschland. Auch Hamburg Leuchtfeuer wäre nicht Hamburg Leuchtfeuer ohne das vielfältige Engagement der freiwillig engagierten Menschen. Das Ehrenamt ist seit Anbeginn eine tragende Säule und steht beispielhaft für einen sozialen Zusammenhalt. Mehr als 80 ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gibt es aktuell, vornehmlich im Hospiz und in der Öffentlichkeitsarbeit. Nun soll diese Unterstützung auf zwei weitere Leuchtfeuer-Bereiche erweitert werden.

Eine starke Gemeinschaft

Die größte Stärke der Ehrenamtlichen ist, dass sie offen sind für das, was offen ist: Die Beziehung zu den Menschen, die Frage nach Hoffnung, das Gespräch über Ängste, Wünsche, Sehnsüchte. Im Hospiz tragen die Ehrenamtlichen dazu bei, das Lebensende zu einer menschlichen Erfahrung von Angesicht zu Angesicht

zu machen. In der Begleitung, in der Hauswirtschaft, am Empfang oder der hospizeigenen Küche. Für ein paar Stunden in der Woche in diese Welt einzutauchen und sich diesen Aufgaben zu widmen stärkt auch das persönliche Wachstum, gibt das Gefühl, gebraucht zu werden und eine Aufgabe zu haben. Und fördert zugleich die eigene Auseinandersetzung mit der Endlichkeit. Getragen werden die Ehrenamtlichen dabei von der starken Gemeinschaft im Hospiz. Zusammen mit den Bewohner*innen, Mitarbeiter*innen und Zu- und Angehörigen ist die Atmosphäre im Haus familiär, und gibt Sicherheit und Selbstvertrauen für das eigene Handeln.

Neue Formen des Engagements

Auch bei Festland und bei Aufwind gibt es nun vielseitige Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements. Die Form der Unterstützung ist hier anders als im Hospiz. Schließlich geht es bei der Begleitung chronisch kranker Menschen nicht vordergründig um Abschied, sondern um Zukunft und Lebensge-

staltung. Auch wenn die Herausforderungen chronisch kranker Menschen manchmal groß sind: Hier steht die Unterstützung im Alltag, die Gemeinschaft, Wachstum und Lebensfreude im Mittelpunkt. Diese neuen Formen des Engagements bieten damit auch jüngeren Menschen flexiblere Möglichkeiten und orientieren sich zugleich an den jeweiligen Talenten und Interessen.

Horizonte erweitern

Was junges und traditionelles Ehrenamt bei Hamburg Leuchtfeuer jedoch eint, ist die positive Wirkung. Das gilt sowohl für die Menschen, die sich engagieren, als auch für die, die Unterstützung brauchen. Viele Ehrenamtliche erfahren, dass sie viel mehr zurückbekommen, als sie investieren. In Form von Dankbarkeit und Anerkennung, wachsendem Selbstbewusstsein, Freude, Gemeinschaft und Wertschätzung. Darüber hinaus erweitert das Ehrenamt den eigenen Horizont und fördert den sozialen Zusammenhalt in unserer Gesellschaft. 

FOTOS: NICO VOGELSAENGER, PATRICK SOBOTKA



AUFWIND



”

2008 bekam das Wort ‚positiv‘ für mich eine völlig neue Bedeutung. Positiv zu sein ist jetzt für mich okay. Ich bin OKAY! Selbstbewusstsein fängt mit der Selbstakzeptanz an. Ich möchte von der Gesellschaft als lebenserfahrener und fröhlicher Mann gesehen werden. So wie ich bin! Mit offenen Armen und mit offenen Herzen dürfen wir uns alle begegnen.“

Mikel

47 Jahre – ist Lebenskünstler und Comicfan



LEBEN MIT HIV

Nach Auskunft des Robert Koch-Instituts lebten Ende 2019 mehr als 7.500 Menschen in Hamburg mit einer HIV-Diagnose. Früher kam dies einem Todesurteil gleich. Das ist heute anders, denn die Medizin hat sehr große Fortschritte gemacht. Doch manche Probleme sind bis heute geblieben.

Dr. Axel Adam

ist Hausarzt und widmet sich seit 30 Jahren dem Thema HIV. Er praktiziert im ICH Stadtmitte.



DAS GESPRÄCH FÜHRTE PETER LEWANDOWSKI FOTOS AXEL MARTENS

Aids findet in der Öffentlichkeit so gut wie gar nicht mehr statt. Welche Relevanz hat das Thema heute noch?

Axel Adam: Viele meiner Patient*innen sind seit Jahren und Jahrzehnten HIV-positiv. Aber Aids als Thema ist leider aus der Presse und Alltagsrealität verschwunden. Obwohl die Stigmatisierung HIV-Positiver auch heute noch da ist. Man kennt in unserer Gesellschaft gerade keine Menschen mehr, die ihre HIV-Infektion öffentlich machen, die erkranken oder gar an Aids sterben. Was ich an meinem Beruf jedoch sehr schätze, ist die Tatsache, dass ich Patient*innen habe, die ich schon seit Anbeginn meiner beruflichen Arbeit betreue. Da sind auch Familien dabei, deren Kinder ich schon kannte, als sie noch ganz klein waren, und heute haben sie selbst Kinder. Ich weiß, sie vertrauen mir. Vertrauen ist wichtig. Denn das kann ich aktiv nutzen, um eine optimale Versorgung sicherzustellen, die notwendig und wünschenswert ist.

Patricia Barth: Bei jungen Menschen gibt es so gut wie keine Aufklärung über Aids. Für viele ist das nach wie vor ein Schimpfwort. Ich arbeite ja mit HIV-betroffenen Familien, und in der Regel kommen die Frauen zu uns, die während

”

Die Stigmatisierung ist ja nicht weg.“

Axel Adam

Silke Germann

leitet bei Hamburg Leuchtfleur AUFWIND, ein Angebot für Menschen mit HIV



”

Über wie viel Kraft muss man verfügen, um das eigene Land zu verlassen, hierherzukommen und sich das Leben hier Stück für Stück aufzubauen?“

Silke Germann

der Schwangerschaft von ihrer HIV-Infektion erfahren haben. Viele sind völlig aufgelöst, weil sie Angst haben, nicht wissen, ob sie das Kind überhaupt bekommen dürfen. Viele verbinden das Thema HIV ja noch mit Sterben. Es ist auch moralisch nach wie vor sehr aufgeladen. Ich höre Sätze von Betroffenen wie: „Bin ich eine Rabenmutter?“ Es erschüttert mich immer wieder, wie unwissend und überlastet diese Schwangeren sind. Und wie schwer es ist, ihnen gut zuzusprechen: „Du kannst ganz normal entbinden, dein Kind muss nicht krank werden. Du kannst sogar Oma werden.“ Ich frage zum Beispiel auch nie, wie die Menschen hierhergekommen sind. Oder wie sie sich infiziert haben. Es macht an dieser Stelle keinen Sinn zurückzuschauen. Vorrangig geht es nämlich erst mal um die Zukunft. Um ein Fundament. Da sind auch gute Ärzte und Ärztinnen wichtig, die Zeit aufbringen, die Menschen anschauen und ihnen das Gefühl geben: „Ja, du darfst hier sein.“

Silke Germann: Auch wir haben in der Begleitung immer wieder junge Menschen, die sich kaum beruhigen lassen, nicht glauben wollen, dass es heute gute Medikamente gibt und sie mit der Diagnose leben können. Oft ist ihre Angst so groß, dass sie aus der Bahn kommen, Geld unkontrolliert ausgeben und den eigenen Job nicht mehr wichtig finden. Es gibt jedoch auch Menschen, die ganz klar sagen: „Ich will's wieder auf die Reihe kriegen, aber auf keinen Fall will ich geoutet werden. Weil das in unserer Gesellschaft immer noch bedeuten könnte, meinen Job zu verlieren.“ Das ist leider nach wie vor ein heißes Thema. HIV ist zwar mittlerweile eine chronische Krankheit wie andere auch, der gesellschaftliche Umgang mit HIV ist jedoch noch nicht normal.

Wie haben sich die medizinischen Möglichkeiten im Laufe der Jahre geändert?

Axel Adam: Wir prüfen bei unseren Patient*innen, übrigens nach wie vor mehr Männer als Frauen, den Status, wie stark

das Virus ist. Es ist wichtig für die entsprechende Therapie, die eine Vermehrung blockieren soll. Bei einer vorhandenen Krankenversicherung läuft die Therapie unproblematisch. Vieles hängt natürlich auch vom kulturellen Background ab. Oft ist ein Misstrauen gegenüber der Medizin da, gerade bei afrikanischen Frauen. Wir bauen Vertrauen auf, durch regelmäßige Gespräche, regelmäßige Kontrollen, und wir geben positive Impulse. Als ich damals angefangen habe zu arbeiten, vor fast 30 Jahren, da war die Situation komplett anders. Die Diagnose war wie ein Todesurteil. Deswegen hatten viele auch Angst vor dem Test und der Gewissheit. Das hat sich verändert. Heute sagen wir: Lasst euch testen, weil wir so verhindern können, dass ihr krank werdet oder andere ansteckt.

Also ein großer Fortschritt in der Medizin?

Axel Adam: Ja, wir können bei einer frühzeitigen Diagnose in der Regel verhindern, dass die Leute krank werden. Ich sehe jedoch häufig auch psychosoziale Probleme, zum Beispiel bei älteren Schwulen. Da habe ich Patienten vor Augen, die durch ihre Infektion ein geringes Wertgefühl für sich selbst haben. Die einsam sind und körperlich angeschlagen.



”

Irgendwann kommen wir an einen gemeinsamen Punkt, an dem wir sagen können: Jetzt sind wir auf einem guten Weg.“

Silke Germann

Die sich vielleicht auch nach einer Partnerschaft sehnen und mit dem Internet nicht so gut zurecht kommen. Es fehlt ihnen an Orten, wo sie sich einfach mal hinsetzen und einen Kaffee trinken können, um ein nettes Gespräch zu führen.

Silke Germann: Das erleben wir bei Aufwind auch. Im Augenblick können wir ja coronabedingt keine Treffen veranstalten, aber wir freuen uns schon darauf. Denn das ist für viele ein Anknüpfungspunkt, mal für ein, zwei Stunden etwas anderes zu sehen als die eigenen vier Wände. Viele leben ja auch allein.

Ich habe das Gefühl, dass wir als Gesellschaft damit eine Zeit lang offener umgegangen sind als heute. Gibt es die Stigmatisierung in Bezug auf die sexuelle Identität oder unterschiedliche Kulturkreise wieder verstärkt? Vielleicht auch durch die Präsenz bestimmter Parteien oder Gruppierungen?

Patricia Barth: Ja. Ich nehme da ein ziemliches Stadt-Land-Gefälle wahr. In einer Großstadt wie Hamburg habe ich schon das Gefühl, die Menschen sind aufgeklärter. Auf dem Land ist es vielleicht tendenziell noch anders. Ich erlebe das schon, dass Menschen vom Land anrufen und sagen: „Ich lebe hier in einem Dorf. Hier gibt es die Angebote nicht wie bei euch. Aber ich brauche Hilfe, wo kann ich denn hin?“

Silke Germann: Da gibt es dieses Nebulöse rund um HIV, das immer irgendwie schon da war. Ich höre das selbst aus Krankenhäusern oder Reha-Kliniken, dass da Sorgen bestehen, sich anzustecken. Das ist ja absurd.

Axel Adam: Ich kenne Kliniken auf dem Land, die verlangen jetzt von ihren Angestellten einen HIV-Test. Es gibt jedoch gar keinen Grund dafür! Dass wir heute effektive Therapien haben, das müsste sich eigentlich auch bis in das kleinste Dorf verbreitet haben.

Patricia Barth: Also, ich kann aus meiner Erfahrung sagen, dass es für HIV-betroffene Familien viele Probleme gibt. Wenn da eine HIV-Infektion eines Elternteils bekannt wird, hat dies meist auch große Auswirkungen auf das Kind. Aus diesem Grund haben die meisten HIV-positiven Mütter, die zu uns kommen, auch so große Angst davor, in ihrem Umfeld darüber zu sprechen. Ihre Angst ist, dass die Kinder ausgegrenzt werden. Leider ist dies nicht unbegründet. HIV löst immer noch so eine große Angst aus, da spielt es keine Rolle, dass die Kinder meist negativ sind, dass es im Alltag keinerlei Ansteckungsmöglichkeiten gibt. Wir erleben es immer wieder, dass mit den Kindern nicht mehr gespielt werden darf, dass die Frauen andere Kinder nicht mehr berühren dürfen und Ähnliches. Manche Familien ziehen sogar um, da die Stigmatisierung so groß ist.

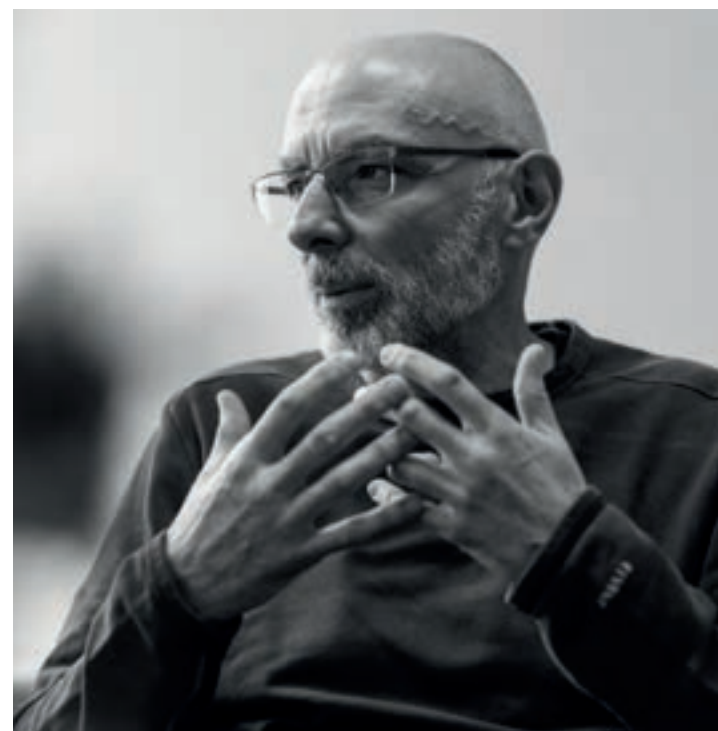
Silke Germann: Von HIV betroffene Flüchtlinge trauen häufig den Behörden nicht, weil sie in ihrer Heimat ganz andere Erfahrungen gemacht haben. In Hamburg helfen die Behörden jedoch. Von daher schaffen wir Vertrauen für dieses System. Was jedoch schwer zu vermitteln ist, sind die vielen Formalitäten und Formulare, von der Rentenversicherungsnummer bis hin zur Umsatzsteuer-Identifikationsnummer. Die Betroffenen müssen so viele Papiere beibringen, dass sie oft überfordert sind. Zuerst organisieren wir alles, damit sie existenziell gesichert sind. Das ist das, was für den ersten Moment wichtig ist. Die Wohnsituation ist oft die nächste große Herausforderung. Zum Beispiel mit vier Kindern in einem Container zu

”

Du kannst ganz normal entbinden, dein Kind muss nicht krank werden. Du kannst sogar Oma werden.“

Patricia Barth

leben ist für alle belastend. Da kommt man kaum zur Ruhe. Es ist ein großer Kraftaufwand. Irgendwann sind wir dann jedoch an einem gemeinsamen Punkt, an dem wir sagen können: „Jetzt sind wir auf einem guten Weg.“ Hinzu kommt jedoch häufig noch die Problematik, dass es in Hamburg sehr schwer ist, Therapeut*innen für die Betroffenen zu finden. Sie haben ja auch die eigene Fluchtgeschichte mit all ihren Schwierigkeiten und Verlusten. Wir arbeiten da an der Zuversicht. Was man nicht vergessen darf, ist, dass die Menschen ganz viel Ressourcen besitzen. Denn über wie viel Kraft muss man verfügen, um das eigene Land zu verlassen, hierherzukommen und sich das Leben hier Stück für Stück aufzubauen. Und da können wir schon gemeinsam eine Menge bewegen.



”

Vertrauen ist wichtig, um eine optimale Versorgung sicherzustellen.“

Axel Adam

Axel Adam: Und das geht aber nur im Team. Wir arbeiten alle in Hamburg, wir kennen uns, wir wissen, wo man sich hinwenden kann, wenn jemand Unterstützung braucht. Das ist extrem hilfreich. Wir haben hier Institutionen, die sich wirklich intensiv um Menschen kümmern, die Hilfe brauchen.

Das heißt, ihr ergänzt euch und nicht jeder arbeitet für sich?

Silke Germann: Das war schon immer die Stärke von Hamburg. Da werden wir sehr beneidet, zu Recht, finde ich. 



Patricia Barth von „VHIVA KIDS-Familienleben mit HIV“ der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz Hamburg e.V.

„DIE UNTERSTÜTZUNG IST SO WERTVOLL FÜR MICH.“

Theresa lebt seit 23 Jahren mit HIV. Dass sie heute ein einigermaßen geregeltes und gesundes Leben führen kann, verdankt sie neben dem medizinischen Fortschritt auch und vor allem dem Team von Aufwind. Dort ist sie seit fünf Jahren Klientin und steht damit auch für die über die Jahre stattgefundene Veränderung in der Arbeit von Aufwind.

TEXT PHILIPP STRUNK

 An ihre ersten Monate in Deutschland kann sich Theresa noch genau erinnern. Im Dezember 1997 kam sie, allein und schwanger, aus ihrem westafrikanischen Heimatland nach Hamburg. Als sich Theresa im Frühjahr 1998 einer Routineuntersuchung im Zuge der anstehenden Geburt unterzog, erhielt sie die Diagnose der Infektion mit dem für sie zu diesem Zeitpunkt noch unbekannten HI-Virus. „Damals wusste ich nur, was Aids ist. Die Ärztin musste mir erst erklären, dass Aids überhaupt erst durch das HI-Virus ausgelöst wird. Das hat mich total schockiert, denn in meinem Herkunftsland sterben viele Menschen an Aids, und die Betroffenen werden stark ausgegrenzt.“ Therasas Frauenärztin schickte sie zu einem Sozialarbeiter, der aus dem gleichen Land wie sie stammt. So konnte er sie in ihrer Muttersprache über ihre HIV-Diagnose aufklären und viele Ängste vor einer schweren Erkrankung und einem frühen Tod nehmen. Denn schon damals gab es dank der medizinischen Fortschritte wesentlich bessere Behandlungsmöglichkeiten als noch wenige Jahre zuvor.

Angst um das Baby

Trotz dieser Aufklärung bestand weiterhin die quälende Sorge um ihr ungeborenes Kind, denn ohne Papiere und mit einem eventuell HIV-positiven Kind würde eine Behandlung schwierig werden. Doch ein Schwangerschaftsabbruch kam für sie nicht infrage,

und gemeinsam mit ihren Ärzt*innen brachte Theresa ihr Kind schlussendlich gesund zur Welt – eine große Erleichterung

Trost und Unterstützung

Über die Jahre musste Theresa jedoch mehrere Schicksalsschläge verkraften: Ihr Mann starb unerwartet, es gab Schwierigkeiten in der Familie und sie hatte immer wieder finanzielle Probleme. Durch diese psychischen Belastungen wurde Theresa zeitweise depressiv. In dieser Zeit fand sie unter anderem Unterstützung bei VHIVA KIDS, einer auf das Familienleben mit HIV spezialisierten Beratungsstelle. Die VHIVA KIDS ist seit vielen Jahren Teil des breiten Netzwerks von Aufwind, schon lange steht man bei Bedarf im engen Austausch, um Klient*innen gemeinsam zu helfen. Als die Probleme ihr über den Kopf zu wachsen drohten, wurde Theresa von VHIVA an Hamburg Leuchtf Feuer Aufwind vermittelt. Hier fand sie die passenden Ansprechpartner*innen für ihre vielfältigen Probleme: „Das Team hilft mir beim komplizierten Umgang mit den Behörden oder wenn ich mal finanzielle Schwierigkeiten habe und mir kein Essen oder nötige Alltagsgegenstände leisten kann.“ Auch für ihre depressiven Phasen findet Theresa hier kompetente und zupackende Hilfe und Unterstützung.

Für ihre Aufwind-Ansprechpartnerin Nicola Le Mouillour ist Theresa auch ein Beispiel für den Wan-

FOTO: PHILIPP STRUNK



„

Das Team hilft mir beim komplizierten Umgang mit den Behörden oder wenn ich mal finanzielle Schwierigkeiten habe und mir kein Essen oder nötige Alltagsgegenstände leisten kann.“

del, den Aufwind seit der Gründung vor über 25 Jahren erlebt hat: „Wir sind von einer Begleitung am Lebensende für Menschen mit Aids zu einer Alltags- und Lebensbegleitung geworden.“ Daraus ergibt sich ein vielfältiger Arbeitsalltag für das neunköpfige Team von Aufwind: „Wir sind in allen Lebens- und Problemlagen an der Seite unserer Klient*innen: Wenn sie Schwierigkeiten mit einer Behörde haben, vermitteln wir; wenn sie Geldprobleme haben, kümmern wir uns darum, dass sie das Nötigste kriegen und versorgt sind. Und wenn es ihnen psychisch schlecht geht, nehmen wir sie an die Hand, trösten sie und sorgen dafür, dass sie mal wieder rauskommen.“ Der Anteil an Menschen mit Migrationshintergrund von über 50 Prozent hat ebenfalls eine neue Ebene in die Arbeit gebracht. Die Arbeitssprache ist häufig Englisch, die Einarbeitung in ausländerrechtliche Angelegenheiten ist Bestandteil der psychosozialen Begleitung geworden. „Die Arbeit ist dadurch vielschichtiger und komplexer geworden. Das sorgt natürlich für höhere fachliche Anforderungen an uns im Team“, so Nicola Le Mouillour.

Zuversicht und Selbstvertrauen

Einmal die Woche kommt Theresa mittlerweile in die neuen Räumlichkeiten von Aufwind im Quartier Baakenhafen. Für Theresa ist diese Hilfe ein wichtiger Bestandteil ihres Alltags – und dafür ist sie dem Team sehr dankbar: „Die Unterstützung hier ist so wertvoll

für mich. Wenn ich ein Problem habe, tun sie immer ihr Bestes, um mein Problem zu lösen. Und sie sorgen dafür, dass ich auch mal schöne Momente erlebe: Sie nehmen mich mit zu Ausflügen in Hamburg oder an die See oder zum Grillen. Außerdem feiern sie Weihnachten mit uns Klient*innen, was ganz besonders toll ist. Für diese Hilfe und Begleitung kann ich mich wirklich nur von Herzen bedanken.“

Nach mehr als 23 Jahren mit ihrer Diagnose hat Theresa heute vor allem eine Botschaft an ihre Mitmenschen, die an HIV erkrankt sind: dass man angemessen, aber ohne Angst und Panik mit der Krankheit umgeht. HIV sollte aus ihrer Sicht kein Tabuthema sein – weder in der breiten Gesellschaft noch in ihrer eigenen, afrikanisch geprägten Community. Daher wünscht sie sich, dass Betroffene das dichte Hilfenetzwerk in Hamburg in Anspruch nehmen. Dabei spricht sie auch aus eigener Erfahrung: „Auch wenn es nicht immer einfach ist, hat die heute verfügbare Medizin mir doch sehr geholfen, mich sicher und wohlfühlen. Man kann heute trotz aller Einschränkungen auch mit HIV lange leben und alt werden, also habt Selbstvertrauen, kommt über den Schock hinweg, esst gut und lebt gesund.“ Nach diesem Maßstab lebt auch Theresa – gemeinsam mit ihren mittlerweile drei gesunden Kindern.

www.hamburg-leuchtf Feuer.de/aufwind/blog





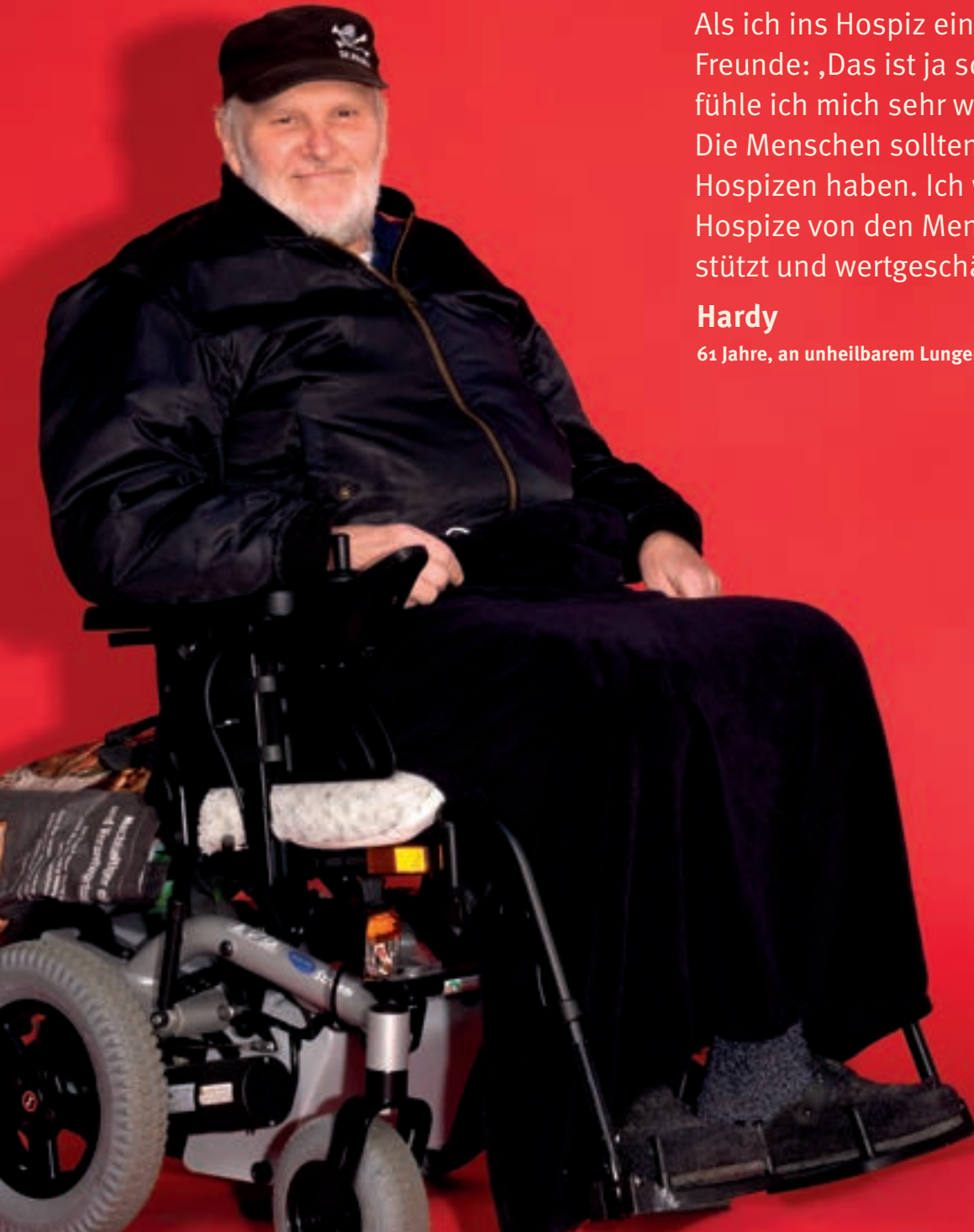
HOSPIZ

„

Als ich ins Hospiz einzog, sagten meine Freunde: „Das ist ja schlimm!, Aber hier fühle ich mich sehr wohl und sicher. Die Menschen sollten weniger Angst vor Hospizen haben. Ich wünsche mir, dass Hospize von den Menschen mehr unterstützt und wertgeschätzt werden.“

Hardy

61 Jahre, an unheilbarem Lungenkrebs erkrankt.



FOTOS: CHRIS LAMBERTSEN





ZUVERSICHT IM ANGESICHT DES TODES

Wie wäre es, dem Gedanken an die eigene Sterblichkeit nicht auszuweichen, sondern genau darin Trost zu finden? Die Hamburger Philosophin und Publizistin Dr. Ina Schmidt ist Gründerin der „denkraeume“. Ihr Anliegen ist es, Philosophie als eine Form der Lebenspraxis zu vermitteln.

FOTO INA SCHMIDT: PRIVAT



TEXT DR. INA SCHMIDT FOTOS AXEL MARTENS

L Jedes Leben lebt auf sein eigenes Ende zu. Wir alle wissen das, und doch ist es alles andere als leicht, mit diesem Wissen zu leben – und zu sterben. Und doch ist Vergänglichkeit ein Teil dessen, was Leben bedeutet, es besteht daraus. Pflanzliches und tierisches Leben vergeht, wenn seine Zeit gekommen ist, und wir erleben diese Prozesse der Vergänglichkeit aus einer menschlichen Perspektive als Kreisläufe der Natur, als Jahreszeiten oder wiederkehrende Prozesse, in denen das Alte von etwas Neuem abgelöst wird. Jeder von uns ist Teil dieses großen Zusammenhangs, und wie wir uns darin einrichten, macht einen entscheidenden Unterschied für unser Leben und vielleicht auch unser Sterben.

Wir wissen um das eigene Ende

Dabei geht es nicht um eine plötzliche und überraschende Erkenntnis, sondern darum, den Mut aufzubringen, sich wahrhaftig zu fragen, wie wir mit diesem uns innewohnenden Wissen leben, leben wollen und können. Wir Menschen sind wahrscheinlich die einzigen Lebewesen, die sich ihrer Endlichkeit bewusst sind, und sobald wir auf die Erde kommen, mit dem Moment unserer Geburt, leben wir auf dieses Ende zu. Der Philosoph Martin Heidegger hat das menschliche Dasein als ein „Sein zum Tode“ beschrieben, eine Lebensform, in der Leben und Tod einen eigenen und kostba-

ren Zusammenhang bilden – egal zu welchem Zeitpunkt, egal, ob wir alt oder jung, krank oder gesund, lebensfroh oder tieftraurig sind. Entscheidend, so Heidegger, sei die Entschlossenheit, in und mit dieser Einsicht zu leben. Darüber gehen die Meinungen auseinander, auch unter Philosophen. Schon in der griechischen Antike gab es durchaus die Ansicht, dass wir unser Leben leben und genießen sollten, solange es währt, ohne uns allzu viele Gedanken über den Tod zu machen. Schließlich finde das Leben nur in Abwesenheit des Todes statt und umgekehrt. Wozu sich also allzu viele Gedanken machen? Nun, ganz so leicht scheint es nicht zu sein.

Denn das Wissen um unsere eigene Endlichkeit und die Erfahrungen, die die meisten von uns zu Lebzeiten mit dem Tod machen, verändern uns, werfen Fragen auf und lassen sich nicht mit einem nachvollziehbaren Gedanken vom Tisch wischen. So gibt es Gegenstimmen, die wie der Philosoph Michel de Montaigne zu Zeiten der Renaissance dazu einladen, die Beschäftigung mit dem Tod zu einer Gewohnheit zu machen, sodass wir ihn zu uns einladen können, ihn aber ebenso aus unseren Gedanken wieder vertreiben können, sollte seine Zeit noch nicht gekommen sein. Die Möglichkeit, dass wir ihn am Ende eines Lebens dann anders annehmen können, ist zumindest gegeben – wenn auch nicht gewiss.

Links

Hospiz bedeutet auch, dass Sterben ein Teil des Lebens ist. Diese Haltung prägt die unterstützende Begleitung der Menschen an ihrem Lebensende.

Unten

Ina Schmidt verbindet die Philosophie mit Fragen der Gegenwart. „Diese Fragen brauchen manchmal eine Auszeit von gewohnten Überzeugungen.“

**Gelebte Zuversicht:**

Frau Fabianke wohnt im Hospiz, ihr Bruder besucht sie häufig. Die Zeit nach ihrer Diagnose war eine anstrengende Tortur für sie. Jetzt fühlt sie sich sicher, schätzt das gute Essen, die Gemeinschaft und die Betreuung im Hospiz.

**Wissen**

um unsere eigene Endlichkeit und die Erfahrungen, die die meisten von uns zu Lebzeiten mit dem Tod machen, verändern uns, werfen Fragen auf und lassen sich nicht mit einem nachvollziehbaren Gedanken vom Tisch wischen.“



Aber reicht eine solche Möglichkeit, um im Angesicht des Todes von Zuversicht zu sprechen? Es kommt darauf an, wie wir zuversichtlich sein wollen, was wir damit meinen. Sich in diesen Fragen auf den Weg zu machen, einen Anfang zu wagen, um die eigenen Antworten und Möglichkeiten für sich und andere drehen und wenden zu lernen und darin auch die eigenen Ängste und Sorgen ernst zu nehmen, schafft einen Raum, in dem wir dem eigenen Ende entgegensehen. Aber warum sollten

wir das tun? Ganz sicher gelingt es auch auf diese Weise nicht, der vielleicht größten menschlichen Aufgabe, die wir uns selbst geben können, eine positive Seite abzugewinnen, die uns vor Leid und Schmerz, Trauer und Verzweiflung bewahren kann. Aber möglicherweise gelingt der Versuch, all dem etwas zur Seite zu stellen, was uns dabei helfen kann, auszuhalten, was nicht zu ändern ist. Und auch darauf kann sich eine Zuversicht richten, die weniger darauf angewiesen ist, eine letzte Antwort zu sein, sondern sich auf eine Weisheit des Nichtwissens bezieht, die uns etwas zutraut, was wir nicht auszuhalten glauben. Der Tod gilt als eine der größten Kränkungen des menschlichen Bewusstseins, und daran werden wir nichts ändern können, aber er ist nur in der Lage, uns beständig zu kränken, wenn wir in der Vorstellung leben wollen, ihn aus dem Leben verbannen zu können. An diesem Vorhaben können wir wohl nur scheitern. Wie also gelingt es, sich im Angesicht des Todes in einem Leben einzurichten, dem wir uns zuversichtlich zuwenden mögen?

Zuversicht gelingt nur gemeinsam

Zuversichtlich zu sein bedeutet nicht, daran zu glauben, dass alles wieder gut wird, dass sich die eigenen Ängste und Sorgen verabschieden werden, wenn wir nur alles richtig machen. Es beschreibt vielmehr eine Art, die Dinge sehen zu lernen, wie sie sind, und da-

**Zuversicht**

heißt, sich einen Überblick zu verschaffen, der uns selbst im Angesicht des Todes die Möglichkeit gibt, ein Teil der Welt zu sein.“

rauf zu vertrauen, dass darin etwas liegen kann, was auch dann gut ist, wenn es in meiner Abwesenheit gelingen oder eine schmerzliche Lücke in das eigene Leben einbinden muss. Zuversicht heißt, sich einen Überblick zu verschaffen, der uns selbst im Angesicht des Todes die Möglichkeit gibt, ein Teil der Welt zu sein. Dazu gehören Mut und Entschlossenheit sowie die Bereitschaft, der eigenen schwindenden Zukunft ins Auge zu sehen – schon lange bevor der Tod darin eine sichtbare Rolle beansprucht. All das braucht Kraft, die aufzubringen wir nicht immer in der Lage sind, bei der wir auf die Hilfe anderer angewiesen sind, die uns Halt und Trost zusprechen.

In dieser Verbindung eines gemeinsamen Umgangs mit der menschlichen Einsicht in die eigene Vergänglichkeit entsteht etwas Eigenes, etwas Neues, das uns in unserer Verletzlichkeit aufeinander verweist und zeigt, wie sehr wir im Zusammenspiel von Leben und Tod verwurzelt sind. Und diese Sicht „auf etwas zu“ ist ein erster Schritt, um die Kraft eines vorausschauenden Vertrauens in etwas zu üben, das uns alle betrifft. Jedes Leben lebt auf sein eigenes Ende zu – mit diesem Wissen müssen wir leben. Aber wir sind darin nicht allein, weder am Anfang noch am Ende. Ein Gedanke, der zuversichtlich stimmen kann – vielleicht sogar im Angesicht des Todes.

www.denkraeume.net

**Ina Schmidt****ÜBER DIE VERGÄNGLICHKEIT**

Eine Philosophie des Abschieds



Alles, was wir anfangen, geht seinem Ende entgegen; vom Moment der Geburt an ist der Mensch Abschieden ausgesetzt. Ein souveräner Umgang mit dieser existenziellen Erfahrung kann uns helfen, Vergänglichkeit als Teil des Lebens anzuerkennen. Ina Schmidts Philosophie des Abschieds inspiriert zu einer ebenso wichtigen wie tröstlichen Gedankenarbeit.

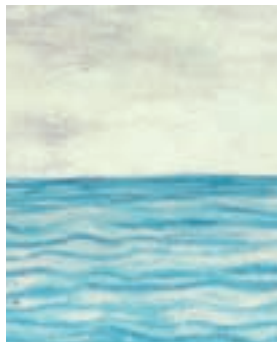
Edition Körber

Gebunden mit Schutzumschlag

ISBN-978-3-89684-274-9

280 Seiten / 20 Euro

www.koerber-stiftung.de/publikationen



Seelen-Bilder

Beim Malen erfahren die Bewohner*innen oft, wie erleichternd der Umgang mit Farben und Pinsel sein kann, und kreieren wunderschöne, ergreifende Spiegel ihres Inneren



HALT, TRAUER, ENTSPANNUNG

Das Angebot der Kunsttherapie hilft vielen Bewohner*innen dabei, ihr Inneres zu sortieren, um sich über ihr Leben klar zu werden. Dabei sehnen sich viele nach Entspannung, um in Frieden gehen zu können.

TEXT PETER LEWANDOWSKI

Das Wort „Dienette“ mag etwas aus der Zeit gefallen klingen. Es kommt aus dem Französischen und erinnert ein wenig an die vermeintliche gute Zeit, als alles schön und sicher, eben nett war. „Dienette“ ist unter anderem die Bezeichnung für den klassischen Servierwagen, auf dem für entspannte Momente des Lebens allerlei Köstlichkeiten bereitstehen, die natürlich auch Balsam für die Seele sein können. Im Hospiz von Leuchtfeuer ist so ein Servierwa-

gen mittlerweile mobiler Bestandteil des Inventars. Statt Kekse, Kuchen oder köstliche Getränke beherbergt er allerdings andere Arten von Angeboten, durch die das Innere der Bewohner*innen auch aufblühen oder zur Ruhe kommen kann: Farben, Pinsel, Kreide Knetmasse, Papiere und andere Kunstutensilien. Alles fein säuberlich geordnet auf zwei Ebenen.

Doris Grahl bietet ihr Angebot einmal die Woche an. Die Grafikdesignerin und Mutter

FOTO: DORIS GRAHL



Plötzlich wurde die Unruhe und die Aufregung im Kopf immer weniger – und ein Wunsch erfüllte sich langsam.“

von zwei Kindern ist ausgebildete Kunsttherapeutin. Sie weiß, wie gut das Arbeiten mit Ton, Wasserfarben oder Stiften unserem Inneren tun kann, wenn wir uns unbewusst, im wahrsten Sinn des Wortes, auch neue Welten ausmalen können.

Am liebsten im großen Saal des Hospizes, in den sie die Bewohner*innen einlädt. Nicht jede(r) nimmt an, aber die, die kommen, gehen auf ihre eigene Entdeckungsreise. Oft geht es um die Themen **Freude, Wut, Angst, Kraft, Schmerz, Liebe, Hoffnung, Vertrauen, Abschied, Halt, Trauer, Entspannung.**

Bilder und Formen spiegeln den Zustand sehr schnell wider. Was uns im Bild wie zwei Gehirnhälften erscheint, war für die Bewohnerin ihr innerer Zustand: „Es ist so viel in meinem Kopf, ich kann es alles nicht ordnen.“ Im Lauf der Wochen malte die Frau plötzlich farbflächiger und ruhiger. Die Fülle im Kopf wurde immer weniger.

Sehnsucht nach Entspannung

Eine andere Frau versuchte die letzten Wochen ihres Lebens möglichst aktiv zu gestalten. Sie hatte oft Besuch, war viel unterwegs und liebte die Ablenkung der Welt. Während des Malens entdeckte sie jedoch eine ganz andere große Sehnsucht in sich. Sie malte mit Wasserfarben und Buntstiften eine türkisfarbene Wasserfläche – das Meer, ihr Meer, darüber einen leicht blauen Himmel. Dieses Bild nahm sie mit auf ihr Zimmer, hängte es über ihr Bett. Es erinnerte sie von nun an an ihr Bedürfnis nach Entspannung und Ruhe, an die Notwendigkeit, auch mal ganz bei sich zu sein, um gehen zu können.

FOTO: AXEL MARTENS

DIE PFLEGE IM HOSPIZ

Zukunft gestalten: Ein Beispiel zeigt, wie der ganzheitliche Pflegeansatz auch an junge Pflegefachkräfte vermittelt werden kann.

TEXT JOSEF REPPENHORST

Die Zukunft der Pflege in Deutschland befindet sich in einem echten Notstand. Gründe dafür sind nicht nur die steigende Lebenserwartung und die damit verbundene mögliche gesundheitliche Beeinträchtigung im Alter. Es fehlt vor allem auch an qualifiziertem Nachwuchs. Überlastung, Zeitdruck, größer werdende Technisierung und die zunehmende Privatisierung des Gesundheitssystems und damit verbundene Profitorientierung erschweren die Arbeitsbedingungen für Pflegekräfte.

Dem stellt die Hospizbewegung das Konzept einer werte- und menschenorientierten Pflege entgegen – so auch im Hamburg Leuchtfeuer Hospiz. Seit vielen Jahren bietet Hamburg Leuchtfeuer daher in Ausbildung befindlichen Pflegefachkräften die Möglichkeit, ein Praktikum im Hospiz zu absolvieren. Hier ist der Ansatz der Pflege nicht auf Heilung, sondern auf Linderung ausgerichtet. Die palliative Pflege orientiert sich an den Bedürfnissen der Betroffenen: Was tut den Hospizbewohner*innen gut, was ist aus pflegerischer

Sicht hilfreich und unterstützend für sie? Die Mitarbeiter*innen der Pflege integrieren im Hospiz gemeinsam mit der Sozialarbeiterin und dem gesamten Hospizteam auch die psychischen und spirituellen Aspekte. Gemeinsam stehen sie den Angehörigen und Freunden bei der Verarbeitung seelischer und sozialer Probleme während des Krankheitsverlaufs bis zum Tod zur Seite.

Ronja hat vor Kurzem solch ein Praktikum absolviert. Begleitet wurde sie von Thomas, der als Pfleger im Hospiz arbeitet. Für sie war es eine besondere Zeit: „In meinen Augen stellt die Arbeit im Hospiz das Idealbild der Pflege dar. Denn die Pflegekräfte haben die Möglichkeit, auf die Bedürfnisse und Wünsche der Bewohner*innen einzugehen. Sich am Menschen und nicht am Profit zu orientieren führte dazu, dass ich am Ende meiner Schicht mit einem zufriedenen Gefühl nach Hause fahren konnte. Diese Arbeitszufriedenheit hat mir die Kraft gegeben, jeden Tag mein Bestes für die Bewohner*innen zu geben.“

www.hamburg-leuchtfeuer/mitarbeit



Orientierung am Menschen und nicht am Profit: Thomas und Ronja vom Pflegeteam

TU ANDEREN GUTES DANN TUST DU DIR DAS BESTE

850.000 Euro Spenden sind jährlich für Hamburg Leuchtf Feuer notwendig, um die professionelle Begleitung von chronisch Kranken, Trauernden und Menschen am Lebensende finanziell abzusichern. Übernehmen Sie zusammen mit uns Verantwortung, denn Ihre Hilfe zählt! Spendenkonto Hamburg Leuchtf Feuer IBAN DE38 2008 0000 0900 100 100

”

Der Gedanke, das Hospiz aktiv zu unterstützen, kam mir schon vor langen Jahren. Dabei dachte ich vorsorglich an meine geliebte Mutter. Überraschend musste ich dann eine viel jüngere Mitarbeiterin auf ihren Wunsch hin vom UKE in das Hospiz begleiten. Zu erleben, wie ein todkrank, trauriger Mensch in diesem Haus noch einmal aufblüht und Glücksgefühle entwickelt, ist ein unbeschreiblich schönes Erlebnis. Bei meiner Mutter durfte ich genau dasselbe ein zweites Mal erleben. Sie schwärmte besonders von den fürsorglichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.“

Christa Kubsch



”

Wir, der Lions Club Finkenwerder, sind eine bunt gemischte Gruppe unterschiedlichen Alters, Berufs, Interessen und Fähigkeiten. Mit Hamburg Leuchtf Feuer verbindet uns seit zwölf Jahren eine innige Freundschaft, die wir mit unserem jährlichen Benefiz-Golfturnier in Buxtehude untermauern. Gerade in diesen Corona-Zeiten, die für uns alle nicht leicht sind, setzen wir unseren Lions-Gedanken „Freundschaft hilft“ mit viel Engagement und Zuversicht um. Dabei gehen wir auch neue Wege, um dort zu unterstützen, wo Hilfe notwendig ist.“

Claudia Fischer, Barbara Külper und Maren Otto vom Lions Club Finkenwerder

FOTOS: UNTEN RECHTS NICO VOGELSÄNGER, ALLE ANDEREN: PRIVAT

”

Ein Leuchtf Feuer spendet Licht und geleitet Menschen sicher durch die Finsternis – so auch Hamburg Leuchtf Feuer. Ich freue mich sehr, dass meine Firma und ich Hamburg Leuchtf Feuer dabei mit Tatkraft und finanziellen Mitteln unterstützen können. Zudem stehen tolle gemeinsame Projekte mit meinem neu gegründeten Rotary Club Hamburg Maritime Motion in den Startlöchern. Aus einer zufälligen Begegnung vor vielen Jahren ist eine so innige Verbundenheit und Freundschaft geworden, dass ich sie nicht mehr missen möchte.“

**Alexander Müller
Bone Crusher Pomade**



”

Mein Mann durfte im Hospiz Hamburg Leuchtf Feuer Gast sein und konnte dort dank der liebevollen Betreuung und dem ganz besonderen Umgang mit dem Sterben in Würde seine letzten Lebenstage verbringen. Dafür bin ich unendlich dankbar und fühle mich Hamburg Leuchtf Feuer zutiefst verbunden. Diese wertvolle Arbeit finanziell zu unterstützen ist mir ein Herzensanliegen.“

Susan Groß

SPENDEN MACHT GLÜCKLICH

Eine neue Studie besagt, dass Geben nachhaltig glücklich macht. Dass man mit guten Ideen und tollen Benefiz-Produkten dieses Glück noch steigern kann, beweisen die Förder*innen von Hamburg Leuchtfeuer immer wieder auf schönste Weise neu.

FOTOS: MIGUEL FERRAZ ARAÚJO, NICO VOGELSAENGER



Links

Svenja Weil von „Der Hafen Hilft“, Michael Kutz und Hauptpastor Alexander Röder von der Hauptkirche St. Michaelis sowie Josef Reppenhorst von Hamburg Leuchtfeuer, bei der Pressekonferenz anlässlich des Starts der ersten Online-Benefiz-Auktion.

unten

Von unabsehbaren Lieferschwierigkeiten betroffen: Der Leuchtfeuer Teddy 2021 wird zum Teddy für 2022. Alternativen gibt es unter www.leuchtfeuershop.de



Nun ist es offiziell, was wir und vielleicht ja auch Sie schon wussten: Spenden macht glücklicher als Shoppen! Bei der repräsentativen Umfrage des Marktforschungsinstituts Kantar kam heraus: 78,7 Prozent der Befragten in Deutschland gaben an, dass es sie glücklich mache, eine Spende zu leisten. 17,1 Prozent sagten sogar, es mache sie sehr glücklich. Demgegenüber sagen nur 56,1 Prozent der befragten Menschen, dass eine Einkaufstour mit vielen Schnäppchen sie glücklich mache. Natürlich können Sie bei Hamburg Leuchtfeuer auch beides miteinander kombinieren. Shoppen und dabei Spenden: www.leuchtfeuershop.de oder ab dem 15. November im Leuchtfeuer Shop im Levantehaus.

„Hamburg in A(u)ktion“

Die erste große Benefiz-Online-Auktion von Hamburg Leuchtfeuer lief erfolgreich! 16.540 Euro kamen zugunsten des Hospizes zusammen. Ersteigert werden konnten einmalige und eigentlich unbezahlbare Highlights: So gab es unter anderem eine Komparsenrolle beim Tatort, eine Rolex, ein Kleid von Barbara Schöneberger und das Segelshirt von Boris Herrmann. Außerdem einen von Rod Stewart signierten FC-St.-Pauli-Fußball und das originale Grillbesteck aus der „Heißen Ecke“ des Schmidt Tivoli. „Hamburg in A(u)ktion“ fand ge-

meinsam mit der Hauptkirche St. Michaelis und dem gemeinnützigen Verein „Der Hafen Hilft“ statt. Aufgrund des großen Erfolgs arbeiten wir schon jetzt an einer Fortsetzung dieses Auktionsformats für den guten Zweck.

Verschoben um ein Jahr

Der Verkauf des beliebten Leuchtfeuer-Teddys fällt 2021 wegen Lieferschwierigkeiten aus. Er wird daher zum Teddy 2022. Um fehlende Erlöse zu kompensieren, bitten wir um Spenden: **Stichwort „Teddy-Hilfe“**.

Fotoausstellung von Chris Lambertsen

Wie können wir das soziale Miteinander für eine bessere Gesellschaft stärken? Was wünschen sich Menschen in Trauer, mit chronischen Erkrankungen oder Menschen am Lebensende von der Gesellschaft? Diese Frage stellten wir von Hamburg Leuchtfeuer den Bewohner*innen von Festland und dem Hospiz sowie den Klient*innen von Aufwind und dem Lotsenhaus.

Die Antworten der Menschen überraschen, berühren, suchen nach Gemeinschaft, stärken das Miteinander und geben Handreichungen. Eine Auswahl der Arbeiten von Chris Lambertsen finden Sie in diesem Magazin. www.hamburg-leuchtfeuer.de/chrislambertsen



HAMBURG LEUCHTFEUER

besteht aus aktuell vier gemeinnützigen Projekten

AUFWIND

Menschen mit HIV zu unterstützen, mit ihnen eine Perspektive zu entwickeln und ihnen Mut zu machen, das ist seit mehr als 20 Jahren die Aufgabe des Teams von Aufwind, das aus neun Sozialpädagog*innen besteht.

HOSPIZ

Das Hospiz auf St. Pauli bietet Menschen mit schweren Erkrankungen den Raum für ein würdevolles Leben mit ihrer Krankheit und für ein würdevolles Abschiednehmen von ihrem Leben.

LOTSENHAUS

Mit seinem Dreiklang-Angebot aus Bestattung, Bildung und Trauerbegleitung ist das Lotsenhaus bundesweit einmalig. Das 2007 im Stadtteil Altona eröffnete Haus bietet dieses besondere Konzept unter einem Dach an.

FESTLAND

Mit Krankheit leben und in Gemeinschaft wohnen. Darum geht es bei Festland. Es ist ein Haus mit 27 Wohnungen für junge chronisch kranke Menschen, das Ende 2020 im Quartier Baakenhafen der HafenCity Hamburg eröffnet wurde.

KONTAKT

Hamburg Leuchtf Feuer

Talstraße 64
20359 Hamburg
Telefon 040-38 73 80
info@hamburg-leuchtf Feuer.de
www.hamburg-leuchtf Feuer.de
www.leuchtf Feuershop.de

Aufwind

Baakenallee 60
20457 Hamburg
Telefon 040-38 61 10 55
aufwind@hamburg-leuchtf Feuer.de

Hospiz

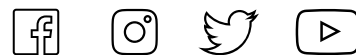
Betty-Heine-Stieg 4
20359 Hamburg
Telefon 040-31 77 80-0
hospiz@hamburg-leuchtf Feuer.de

Lotsenhaus

Museumstraße 31
22765 Hamburg
Telefon 040-398 06 74-0
lotsenhaus@hamburg-leuchtf Feuer.de

Festland

Baakenallee 58
20457 Hamburg
Telefon 040-38 73 80
festland@hamburg-leuchtf Feuer.de



SPENDEN

Hamburg Leuchtf Feuer

Commerzbank AG
IBAN DE38 2008 0000 0900 1001 00
BIC DRESDEFF200

IMPRESSUM

Herausgeber:

Hamburg Leuchtf Feuer

Talstraße 64
20359 Hamburg
Geschäftsführung:
Ulf Bodenhagen (V.i.S.d.P.)
www.hamburg-leuchtf Feuer.de

Projektleitung:

Josef Reppenhorst,
Fundraising und
Benefiz-Aktivitäten
info@hamburg-leuchtf Feuer.de

Konzeption und Idee:

Gesellschaft für Menschen (GFM)

Redaktion: Peter Lewandowski
pl@gfm-media.org
Artdirektion: Christine Plöber
cp@gfm-media.org
www.gfm-media.org

Lektorat:

Stefan Moos

Druck:

Lehmann OFFSETDRUCK
und Verlag GmbH
www.lehmann-offsetdruck.de

WIR SAGEN DANKE!
WIR SAGEN DANKE!
WIR SAGEN DANKE!

Gesellschaft für Menschen (Christine Plöber – Artdirektion –

und Peter Lewandowski – Redaktion) für die Pro-bono-Realisierung dieses Magazins; Louise Brown, Ragna Fendrich, Miguel Ferraz Araújo, Doris Grahl, Chris Lambertsen, Axel Martens, Hendrik Lüders, Stefan Moos, Sybille Röhl, Dr. Ina Schmidt, Patrick Sobottka, Nico Vogelsaenger, Hanne von Barga, Chris Zander für ihre wunderbaren, kreativen Beiträge, die uns unentgeltlich zur Verfügung gestellt wurden.

Körper-Stiftung und **Sparda-Bank Hamburg** für die Anzeigenschaltung und die Finanzierung des Magazins;

Lehmann OFFSETDRUCK und **Inapa Deutschland** für die Sonderkonditionen für Papier und Produktion.

Gemeinsam über ein gutes Leben nachdenken.



272 Seiten | € 20,- (D)
ISBN: 978-3-89684-285-5



280 Seiten | € 20,- (D)
ISBN: 978-3-89684-274-9

Erhältlich in jeder Buchhandlung.

www.edition-koerber.de

Folgen Sie uns auf Instagram @editionkoerber

 **Edition
Körber**