

Humanes Leben Humanes Sterben



Sommer mit Aussicht

Mitglieder können sich nun mehr Hilfen erhoffen

Corona-Pandemie
**Patientenverfügung mit
Hinweis ergänzen!**
Seite 4

Kommentar
**Rechtsanwalt Wolfgang
Putz zum BVerfG-Urteil**
Seite 10

Lachen
**Wie es entspannt und
den Kopf frei macht**
Seite 12

3 Editorial

AKTUELLES

4 Corona: Patientenverfügung jetzt ergänzen!

DGHS bietet drei Varianten für die Vorsorge-Unterlagen an

Experten-Telefon: Patientenverfügung und Corona

DGHS-Mitgliederleistung „Anruf gegen unbemerktes Sterben“

DGHS-Mitgliederleistung „Bevollmächtigten-Börse“

7 Der Drang nach gesetzlicher Begrenzung der Freiheit

Echte Freiheit ist obrigkeitsdenkenden Deutschen unheimlich

10 Danke – lieber § 217 StGB!

Ein Kommentar zu den Effekten des nun abgeschafften Suizidhilfe-Verbots

SERVICE

16 Veranstaltungskalender

21 So können Sie uns erreichen / Broschüre Sterbefasten

22 Ehrenamtliche lokale Ansprechpartner/innen

31 Mitglieder werben Mitglieder

WISSEN

12 Lachen ist gesund und fördert das Wohlbefinden

Ein positiver Effekt ist ganz einfach erreicht

14 Die Lebensversicherung im Erbrecht

Gestaltungsmöglichkeiten und Risiken

26 Blick über die Grenzen

28 Blick in die Medien

29 Für Sie gesehen und gelesen

33 Hoffen auf den Neuanfang

Geschichten vom Umgang mit Abschieden und dem, was nach der Trauer kommt

VEREINSLEBEN

23 Aus den Regionen

27 Leserbrief

34 Impressum



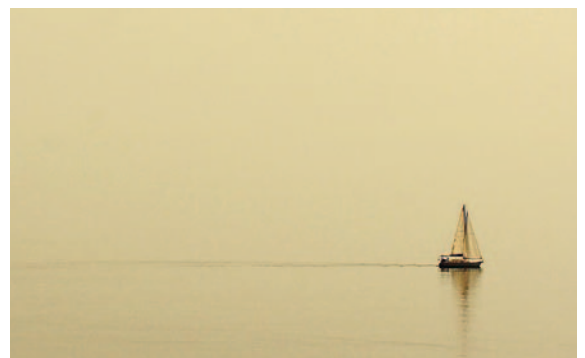
8

Frei wie ein Vogel zu sein, durch Begrenzungen nicht aufzuhalten, die Idealvorstellung vieler Menschen.



12

Lachen ist etwas Wunderbares und sehr Entspannendes. Gönnen Sie sich das Gefühl öfter.



33

Eine Träne im Ozean löst sich im Wasser auf und verschwindet spurlos.

Bitte beachten Sie auch die beiden beigegefügteten Überweisungsträger. Hinweis: Dieses Heft enthält eine Beilage von [personalshop.com](https://www.personalshop.com). Wir bitten um Beachtung.

Liebe Leserinnen und Leser,

„auf ein Sterbenswort“ – unter diesem Titel hat das Berlin Institut für Bevölkerung und Entwicklung eine Studie veröffentlicht, die Politik und Gesellschaft auf die in Zukunft zunehmende Bedeutung des Themas Tod und Sterben vorbereiten will. Angesichts der Altersstruktur unserer Gesellschaft ist absehbar, dass in den ländlichen Regionen Deutschlands demnächst auf eine Geburt vier Todesfälle kommen werden. Die Frage ist: Wer wird sich dann um die Sterbenden kümmern? Seit längerem klaffen Wunsch und Wirklichkeit des Sterbens auseinander. So ergeben Umfragen regelmäßig, dass die meisten Befragten zu Hause sterben möchten; gleichzeitig bleibt dieser Wunsch in den meisten Fällen unerfüllt. Es gibt immer mehr Single-Haushalte und Ältere ohne Nachkommen.



Ziel der DGHS ist die Umsetzung des Rechts, über das eigene Lebensende selbst bestimmen zu können. Für sie ist die Lücke zwischen Wunsch und Wirklichkeit in puncto Selbstbestimmung in besonderer Weise bedeutsam. Die Mitarbeiter des Instituts haben dazu u. a. Menschen befragt, die bereits Sterbende begleitet haben. Gefragt, was sie im gegenwärtigen Sterbealltag als die am ehesten korrekturbedürftigen Missstände sehen, entfiel die häufigste Nennung – mit immerhin 68 Prozent – auf die Antwortmöglichkeit „Viele Menschen können nicht mehr selber darüber entscheiden, ob lebensverlängernde Maßnahmen getroffen werden, weil sie keine Patientenverfügung haben oder weil die Patientenverfügung nicht beachtet wird“. Dieses Ergebnis ist so plausibel wie bedauerlich. Es bestätigt, was wir über die Lücke wissen, die zwischen der Bekanntheit von Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht in der Bevölkerung und ihrer tatsächlichen Verbreitung besteht. Es gibt kaum noch Bürger, die noch nicht von der Möglichkeit einer Patientenverfügung gehört haben. Aber 2019 sagte in einer repräsentativen Umfrage nur jeder zweite der Befragten mit über 60 Jahren, dass er eine Patientenverfügung besitze. 34 % derselben Gruppe gaben an, dass sie dies vorhätten. Von diesen scheinen jedoch die meisten dieses Vorhaben vor sich herzuschieben, denn gleichzeitig zeigen Erhebungen des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, dass nur die Hälfte der Patienten, die in Deutschland auf einer Intensivstation liegen, über eine Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht verfügt.

Die zweithäufigste Antwort in derselben Umfrage war übrigens: „Viele Menschen kommen kurz vor dem Tod noch ins Krankenhaus, obwohl es aus medizinischer Sicht nicht notwendig wäre.“

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre des vorliegenden Hefts!



Prof. Dr. Dr. h. c. Dieter Birnbacher
Präsident der DGHS e. V.

Corona: Patientenverfügung jetzt ergänzen!

DGHS bietet drei Varianten für die Vorsorge-Unterlagen an

Die „Kultur des Abschieds“, Thema unseres für den 26. März 2020 vorgesehenen Kölner DGHS-Gesprächskreises. Bestattermeister Christoph Kuckelkorn sollte über dieses Thema sprechen, doch dann kam alles ganz anders: Corona-Zeit.

Mit dem 14. März 2020 wurden in den meisten Bundesländern Institutionen wie Schulen, Kindergärten, Museen und Theater geschlossen, es wurde empfohlen, auf sämtliche, auch private Veranstaltungen zu verzichten.

So entfiel auch unser Gesprächskreis und ich fragte mich, ob die auf der Homepage genannten Zielsetzungen des

Hauses Kuckelkorn zur Kultur des Abschieds in einer solchen Pandemie weiter Bestand haben würden?

„Zu unserer Kultur des Abschieds gehört es, Ihnen in einer Zeit der Verunsicherung Halt und



Christine Hucke.

Struktur zu geben – und Ihnen Wege zu zeigen, sich persönlich in die Gestaltung des Abschieds einzubringen.

Ein wichtiges Anliegen ist es uns, jedem Verstorbenen durch eine besonders achtsame Versorgung einen würdevollen letzten ‚Auftritt‘ zu schenken. Aus Respekt gegenüber dem vergangenen Leben, aber auch um es Ihnen zu ermöglichen, die Trauerfeier als letzte große Lebensfeier zu begreifen. Als gute Basis für Ihre Trauerarbeit – und für ein gesundes, zuversichtliches Weiterleben.“

Bilder von unzähligen Särgen in Italien, Menschen starben alleine, ohne Angehörige, in Krankenhäusern oder Altersheimen; Trauerfeiern konnten nicht stattfinden, am Grab durften nur wenige, engste Angehörige Abschied nehmen. Eine Kultur des Abschieds unter diesen Bedingungen zu pflegen, fast eine Unmöglichkeit! Doch trotz alledem waren Bestatter sehr darum bemüht, weil sie wissen, wie schwer es für Menschen

sein wird, mit diesen traumatisierenden Erfahrungen weiterleben zu müssen.

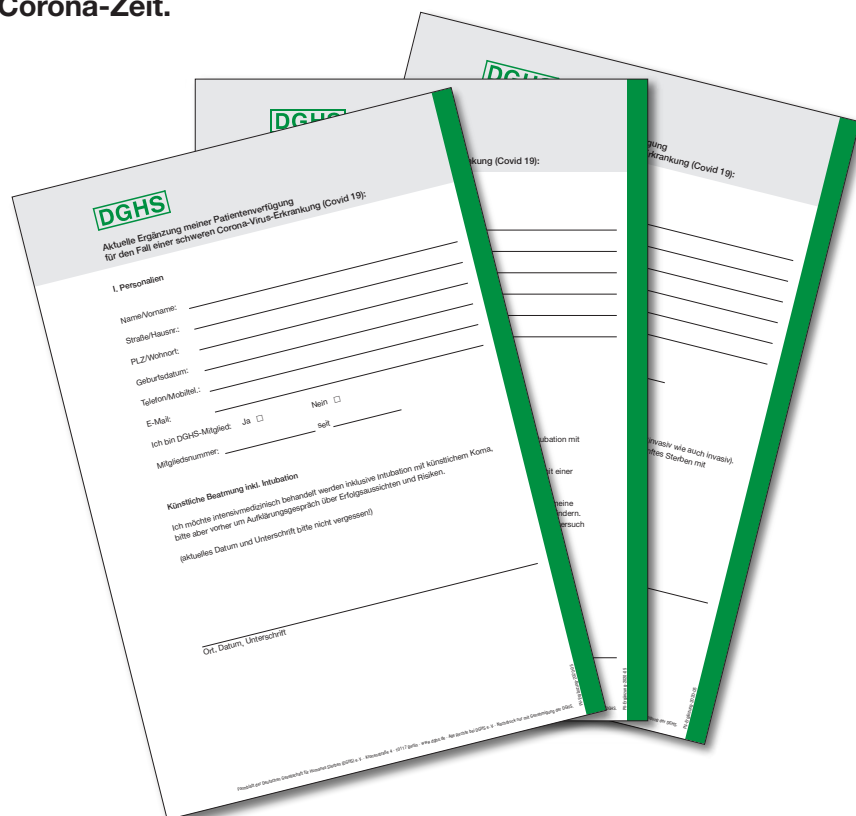
Die Zahl der an Covid-19 erkrankten Menschen stieg, die Zahl der Verstorbenen in unserem Land auch, Mitte Juni waren es mehr als 8 800! Besonders für ältere Menschen – die in Altersheimen Lebenden, die Gefährdeten – gelangten Sterben und Tod zunehmend in den Fokus der Aufmerksamkeit.

Für ein selbstbestimmtes Sterben, für ein würdevolles Ende setzt sich die DGHS ein, auch in Corona-Zeiten.

Mitte April gab Palliativmediziner Matthias Thöns aus Witten im Deutschlandfunk ein Interview, das aufhorchen

lässt. Er gehört mit zu den Fachleuten, die die „sehr einseitige Ausrichtung der Politik auf die Intensivbehandlung“ von Patienten in der Corona-Krise kritisch sehen und die vor ethischen Problemen warnen.

Eine Intensivtherapie sei leidvoll und das Verhältnis zwischen Nutzen und Schaden stimme kaum. Meistens handle es sich „um hochaltrige, vielfach erkrankte Menschen, 40% von denen kommen schwerstpflegebedürftig aus Pflegeheimen“. Es ist also eine Gruppe, die üblicherweise palliativmedizinisch behandelt würde und nun wird eine neue Erkrankung diagnostiziert und da macht



Die Ergänzungen zur Patientenverfügung für den Fall einer Covid-19-Erkrankung liegen in drei Varianten, und neben deutsch in vier weiteren Sprachen vor.

man aus diesen Patienten Intensivpatienten.

Circa 50% dieser Menschen überleben die künstliche Beatmung, verbunden mit dem künstlichen Koma nicht, circa 12% überstehen diese Prozedur ohne Schäden und kehren in ihr altes Leben zurück, während die weiteren Menschen nach zwei bis drei Wochen künstlicher Beatmung schwerbehindert bleiben. Solche Eingriffe, die mit einem hohen Risiko einer bleibenden Schwerbehinderung einhergehen, lehnen laut einer Studie 91% der älteren Menschen ab.

„Wir müssen dringend mit den Leuten sprechen, was sie denn wollen“, fordert Matthias Thöns. „Ja, man sollte die Patienten tatsächlich ehrlich aufklären, dass Intensivmedizin nur mit minimalen Rettungschancen bei hoher Leidenslast durch die Intensivmedizin einhergeht, und fragen, möchten Sie das so, möchten Sie isoliert, von Ihrer Familie getrennt, die nicht mehr sehen, am Lebensende beatmet auf einer Intensivstation liegen, oder möchten Sie vielleicht doch lieber mit dem Risiko, dass Sie das nicht überleben, zu Hause bleiben, gut leidensgeleindert? Und ich sage Ihnen, die meisten alten Menschen werden diesen zweiten Weg gehen, wenn man denen das ehrlich sagt“, wenn man für diesen Fall eine um-



Christoph Kuckelkorn: Der Tod ist dein letzter großer Termin – Ein Bestatter erzählt vom Leben. Fischer Verlag, Frankfurt/M. 2020, ISBN 978-3-651-00081-0, € 16,00.

fassende palliative Versorgung, ohne die Angst zu ersticken, zusichert.

Eine Patientenverfügung, die jedoch nur 30% aller Pflegeheimbewohner haben, sollte die Grundlage für ein solches Gespräch sein, wie im Falle einer Covid-19-Erkrankung verfahren werden sollte.

Viele Menschen haben während der Pandemie erstmals eine Patientenverfügung erstellt, um selbstbestimmt sterben zu können, die Anfragen bei der

DGHS haben deutlich zugenommen. Andere fragten nach, ob die normale Patientenverfügung genüge oder ob es sinnvoll sei, speziell für Covid-19-Erkrankungen die Patientenverfügung (PV) durch Zusätze zu ergänzen.

Ergänzungen zur PV

Das Präsidium der DGHS hat frühzeitig auf diese Anfragen reagiert und eine aktuelle Ergänzung zur DGHS Patientenverfügung in drei Varianten bei einer schweren Covid-19-Erkrankung verfasst:

1. Die Ablehnung der künstlichen Beatmung
2. Zulassen der künstlichen Beatmung unter bestimmten Voraussetzungen (bei Sauerstoffmangel Sauerstoffzufuhr über Maske, Nasenbrille oder Haube)
3. Zulassen der künstlichen Beatmung inklusive Intubation

Diese drei Varianten als Ergänzung zur Patientenverfügung können auf der Homepage der DGHS heruntergeladen und ausgedruckt werden, sie können auch über die DGHS-Geschäftsstelle in Berlin und die ehrenamtlichen Ansprechpartner/innen vor Ort angefordert werden. Sie liegen, ebenso wie Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht zur Gesundheitsfürsorge, auch in



mit:
**Claudia Wiedenmann M. A.,
Geschäftsführerin der DGHS**

**Thema:
Patientenverfügung und
Corona**

**Mittwoch, 15. Juli 2020
14 bis 16 Uhr
Telefon: 0 30/21 22 23 37-23**



Um das Stichwort Corona dreht sich auch das nächste Experten-Telefon der DGHS. Viele Mitglieder hatten sich in den zurückliegenden Wochen in der Geschäftsstelle und bei den lokalen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern gemeldet, weil sie von den Medienberichten in der Corona-Krise verunsichert waren. Die DGHS hat umgehend reagiert und bereits im März auf ihrer Website barrierefrei Formulierungshilfen angeboten, mit denen Patientenverfügungen für den Fall

einer Corona-Infektion und evtl. Beatmung präzisiert werden können. Geschäftsführerin Claudia Wiedenmann M. A. steht für ergänzende Fragen zur Patientenverfügung bereit.

Als DGHS-Mitglied können Sie gerne das Experten-Telefon nutzen. Einmal pro Quartal steht ein Experte/eine Expertin für den Zeitraum von zwei Stunden telefonisch zur Verfügung. Dieser Service ist für Sie als DGHS-Mitglied kostenlos!

Bitte halten Sie bei Ihrem Anruf Ihre Mitglieds-Nummer bereit. Jedem/r Anrufer/in stehen maximal zehn Minuten zur Verfügung, damit möglichst viele Mitglieder den/die Experten/in erreichen können.

Übersetzungen vor (Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch).

Für ein selbstbestimmtes Sterben, für ein würdevolles Ende setzt sich die DGHS ein, besonders auch in Corona-Zeiten! Das setzt voraus, sich eine Meinung zu bilden und diese schriftlich zu dokumentieren, wie im Fall einer Covid-19-Erkrankung gehandelt werden

sollte oder auch nicht. Wichtig ist, dies auch zu kommunizieren in der Familie, der Alten- und Pflegeeinrichtung und im Krankenhaus. Es ist für alle Beteiligten eine Hilfe, wenn der Wunsch für die Behandlung oder Nichtbehandlung schriftlich festgelegt ist.

Mögen alle gesund bleiben! Doch sollte es anders kommen, ist es hilfreich,

die Kultur des Abschieds mit seinen Ritualen, so weit wie es den Umständen entsprechend möglich ist, zu praktizieren, als Basis für eine gute Trauerarbeit und ein zuversichtliches Weiterleben.

Wer zu diesem Thema weiterlesen möchte, dem empfehle ich das gerade erschienene Buch von Christoph Kuckelkorn.
Christine Hucke

DGHS-Mitgliederleistung „Anruf gegen unbemerktes Sterben“

„Guten Tag!“ – „Danke, das wünsche ich Ihnen auch!“ Die Telefonate sind mitunter sehr kurz. Mehr gibt es nicht zu sagen als: „Ich will mich melden.“ Oder: „Ich wünsche Ihnen allen einen schönen Tag.“ Es ist wieder einmal Dienstag. An diesem Wochentag rufen Mitglieder an, die am Telefonservice gegen unbemerktes Sterben teilnehmen. Eine der Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle hat einen Stapel Karteikarten vor sich hingelegt und hakt ab. Am frühen Nachmittag eine erste Zwischenbilanz. „Es haben alle angerufen“, oder „Frau X./Herr Y. fehlt noch.“ Wenn bis kurz vor Büroschluss, 16 Uhr, kein Anruf erfolgt ist, greift die DGHS-Angestellte selbst zum Hörer. Erreicht sie das fehlende Mitglied nicht, wird die hinterlegte Telefonnummer der entsprechenden Vertrauensperson angeklingelt. „Es gibt Mitglieder, die vergessen es regelmäßig, den Anruf zu tätigen oder sie sind verreist“, sagt die Mitarbeiterin. Wenige

verabschieden sich aus diesem kostenfreien Service der DGHS, für den ein Anruf pro Woche oder einer pro Monat, immer am Ersten, verabredet wird. Manchmal passt es nicht in den Alltag. Viele sind aber schon seit Jahren dabei. Es beruhigt einfach. So manche regelmäßige Anruferin ist der Belegschaft über die Zeit bereits ans Herz gewachsen, weil sie vielleicht besonders herzlich ist oder wir vom Krankheitsverlauf wissen. Dann ist es schwer, wenn es irgendwann heißt: „Das ist mein letzter Anruf. Ich ziehe um ins Hospiz, es ist so weit.“ Von Frau W. aus Berlin kam zu Jahresbeginn die Todesanzeige. Sie war alleinstehend gewesen wie viele. Ein Stück auf ihrem letzten Weg konnten wir sie begleiten. Für die Teilnahme am „Telefonservice gegen unbemerktes Sterben“ rufen Sie gerne in der Geschäftsstelle an und verabreden Sie Näheres. Sie erreichen uns werktätlich von 9-16 Uhr unter: 0 30/21 22 23 37-0. *we*

DGHS-Mitgliederleistung „Bevollmächtigten-Börse“

„Ich war bei dem Mitglied X., wie verabredet. Aber die Dame braucht keine ehrenamtliche Bevollmächtigte, sondern eher eine Alltagsassistentin. Zudem gibt es einen Neffen, der die Vollmacht übernehmen wird.“ Mitunter enden Kontaktaufnahmen, die über die Bevollmächtigten-Börse der DGHS eingefädelt wurden, mit einer solchen Erkenntnis. Die geschulte Ehrenamtliche berichtete von ihrem Besuch bei der älteren Dame. In diesem Fall gibt es für sie nicht noch mehr zu tun. Oft genug entstehen aber freundschaftliche Kontakte, die mit der Suche nach einem passenden Bevollmächtigten anfangen. Die Idee war: Von Mitgliedern für Mitglieder. Im Frühjahr 2016 hatte die DGHS diese Mitgliederleistung gestartet, und knapp vier Jahre später kann die Geschäftsstelle auf eine Liste von mehreren Dutzend Ehrenamt-

lichen blicken, die bereit sind, die Patientenverfügung eines anderen durchzusetzen und dessen Interessen am Krankenbett zu vertreten. Mitglieder, die Zeit haben und bereits etwas Vorkenntnisse mitbringen, aber auch langjährige lokale Ansprechpartner sind bereit, sich auf die Kontaktaufnahme einzulassen. Gerade von Alleinstehenden oder Menschen, die einem ihrer Angehörigen nicht diese verantwortungsvolle Aufgabe anvertrauen möchten, wird diese DGHS-Mitgliederleistung gerne genutzt. Sie melden sich telefonisch in der Geschäftsstelle oder loggen sich im Servicebereich für Mitglieder auf der Webseite www.dghs.de ein. Dort lässt sich auf einer Deutschlandkarte nach wohnortnahen Lösungen stöbern. Eine kleine bürokratische Klippe sind noch die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB), die aus

juristischen Gründen zuvor per Klick oder Unterschrift bestätigt werden müssen. Mit diesen AGB sollen Schadenersatzforderungen an den Verein ausgeschlossen werden, die DGHS hilft bei der Herstellung des Kontakts, hat sich die potenziellen Freiwilligen zuvor angesehen und sie mit einem Wochenendseminar geschult, der Rest ist eine Verabredung zwischen zwei Privatpersonen. Gibt es Konflikte, kann natürlich die Geschäftsstelle oder ein lokaler Ansprechpartner um Rat gefragt werden.

Wenn Sie sich für die Aufgabe eines/r Bevollmächtigten interessieren, melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle an und verabreden Sie Näheres. Sie erreichen uns werktätlich von 9-16 Uhr unter: 0 30/21 22 23 37-0. Oder Sie melden sich per Briefpost, E-Mail oder über Facebook und Twitter. *we*

Der Drang nach gesetzlicher Begrenzung der Freiheit

Echte Freiheit ist obrigkeitstendenzen Deutschen unheimlich

VON LUDWIG A. MINELLI, FORCH-ZÜRICH¹

Das Bundesverfassungsgericht hat im Bereich der Suizidhilfe mit einem bahnbrechenden Urteil den Zustand der Freiheit, wie er vor 2015 bestanden hat, wiederhergestellt. Doch bereits suchen einige Deutsche nach einer erneuten, einschränkenden gesetzlichen Regelung. Sie können offensichtlich echte Freiheit nicht zulassen; es drängt sie nach deren gesetzlicher Beschränkung. Wann überwinden sie ihre Autoritätsaffinität?

Der 26. Februar 2020 ist ein für die Menschenrechte bedeutender Tag: Der Zweite Senat des Bundesverfassungsgerichts hat nicht nur den am 10. Dezember 2015 in Kraft getretenen § 217 des deutschen Strafgesetzbuches (StGB) – „Geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung“ – für nichtig erklärt und damit jene schwache Mehrheit² im Deutschen Bundestag der Menschenrechts- und Verfassungsignoranz überführt, die am 6. November 2015 dem Gesetzesantrag Brand/Griese zugestimmt hatte. Das höchste deutsche Gericht ging weiter: Es erklärte den bisher in der deutschen Strafrechtsdoktrin zwar nicht als Delikt, aber dennoch als Unrecht geltenden Suizid zum Menschenrecht und hielt gleichzeitig fest, wer sich zum Suizid entschlossen habe, dürfe auch Hilfe dazu annehmen, insoweit diese angeboten wird.

Damit war der Rechtszustand wiederhergestellt, wie er in Deutschland bis zum 9. Dezember 2015 gegolten hatte: Suizid ist kein Delikt; demzufolge kann auch Hilfe zum Suizid kein Delikt darstellen, solange diese Hilfe einer Person geleistet wird, deren Entschluss, ihr eigenes Leben selbst zu beenden, freiverantwortlich erfolgte und entsprechend umgesetzt wird. Mit seinem Entscheid hat das Bundesverfassungsgericht die vor Inkrafttreten von § 217 StGB während gut 150 Jahren bestehende Freiheit in diesem Bereich wiederhergestellt.



Ludwig A. Minelli, Gründer von Dignitas.

Gleichzeitig merkte das Bundesverfassungsgericht an, dass die Verbote in Bezug auf Suizidhilfe im ärztlichen Standesrecht einer Reihe von Landesärztekammern wohl hinfällig sind, und dass es einer Anpassung des Betäubungsmittelgesetzes bedarf, damit das für einen Suizid bestgeeignete Medikament auch in Deutschland verschreibungsfähig wird³.

Gesetzliche Regulierung?

Das Bundesverfassungsgericht hat sich in seinem Urteil auch mit der Frage befasst, ob der Staat den Bereich der Suizidhilfe gesetzlich regulieren darf. Es hat die von den Gegnern der Suizidhilfe lautstark beklagten theoretischen Gefahren aufgezählt und entschieden, der Gesetzgeber dürfe solchen Gefahren durch eine spezielle Gesetzgebung entgegenwirken⁴, obwohl in der Verhandlung

vor dem Gericht deutlich wurde, dass keinerlei verwertbare Forschungsergebnisse vorliegen⁵, durch die die behaupteten Gefahren auch nur glaubhaft gemacht würden.

Das Fehlen solcher Forschungsdaten ist deshalb erstaunlich, weil sich in Deutschland nach Gründung des Vereins „DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben (Sektion Deutschland) e.V.“ in Hannover am 26. September 2005 während mehr als zehn Jahren eine Suizidhilfepraxis entwickelt hat, in deren Verlauf Hunderten von Personen in Deutschland Suizidhilfe geleistet worden ist. Maßgebend tätig waren in diesem Bereich einerseits einige Einzelpersonen – so der 2019 kurz vor der mündlichen Verhandlung in Karlsruhe verstorbene Berliner Urologe Uwe-Christian Arnold, Mitglied des Vorstands von DIGNITAS-Deutschland, oder auch der Buchautor Peter Puppe – sowie andererseits der 2009 durch den ehemaligen Hamburgischen Justizsenator Roger Kusch gegründete Verein „Sterbehilfe Deutschland e.V.“. Jener Verein veröffentlichte in der Folge regelmäßig Weißbücher mit Berichten über die durch ihn durchgeführten Freitodbegleitungen. Zudem besteht seit 1985 in der Schweiz eine in Recht und Praxis verankerte und allseits respektierte Form der Suizidhilfe, die vielen schwer leidenden Menschen die selbstbestimmte, professionell begleitete Beendigung des eigenen Lebens ermöglicht hat.

Die Ursache fehlender Forschungsdaten

In Ländern, in welchen die selbstbestimmte Leidensbeendigung innerhalb des Parlaments⁶ derart umstritten ist wie in Deutschland, muss das Fehlen entsprechender Forschungsdaten, welche



Ein Vogel will frei sein
und manchmal können
ihn auch keine Zäune
davon abhalten.

das Bestehen echter Gefahren bei Freitodbegleitungen nachweisen würden, einiges Erstaunen wecken.

Der Grund, weshalb Forschung sich mit „umstrittener“ Suizidhilfe und deren „Gefahren“ nicht näher befasst hat, liegt darin, dass Gefahren dieser Art seit Jahren lediglich in der Phantasie von Gegnern der selbstbestimmten Lebensbeendigung bestehen. In Wirklichkeit gibt es sie nicht. Sie sind reine Gedankenprodukte von Personen, die sich anmaßen, andere darin zu bevormunden, wie diese sich in einer der persönlichsten Lebensfragen zu verhalten hätten, und die demzufolge die Würde jener beeinträchtigen, denen sie Vorschriften zu machen versuchen. Sie wären gut beraten, sich folgenden Satz aus dem vorgenannten Entscheid des Bundesverfassungsgerichts zu verinnerlichen:

„Die Entscheidung des Einzelnen, dem eigenen Leben entsprechend seinem Verständnis von Lebensqualität und Sinnhaftigkeit der eigenen Existenz ein Ende zu setzen, entzieht sich einer Bewertung anhand allgemeiner Wertvorstellungen, religiöser Gebote, gesellschaftlicher Leitbilder für den Umgang mit Leben und Tod oder Überlegungen objektiver Vernünftigkeit. Sie bedarf keiner weiteren Begründung oder Recht-

fertigung, sondern ist im Ausgangspunkt als Akt autonomer Selbstbestimmung von Staat und Gesellschaft zu respektieren.“

Wettrennen um ein Gesetz

Dennoch hat gewissermaßen ein Wettrennen um eine gesetzliche Regelung der Suizidhilfe in Deutschland eingesetzt. Der Bundesgesundheitsminister ist zwar durch die dringlichere Aufgabe der Bewältigung der Covid-19-Situation absorbiert, doch im Bundestag haben sich wieder überparteiliche Gruppen gebildet, die an Gesetzesvorschlägen werkeln. Doch auch außerhalb des Parlaments gibt es vielfältige Bemühungen, der vom Bundesverfassungsgericht bestätigten Freiheit auf dem Wege eines Bundesgesetzes unterschiedlich enge Grenzen zu setzen. Einen Zustand der Freiheit als solcher halten obrigkeitgläubige Deutsche offensichtlich nicht aus; Liebhaber von Autorität, wie sie es sind, wünschen sich auch am Lebensende gesetzliche Normen, dabei erweisen sich sogar langjährige scheinbare Verfechter der Selbstbestimmung nicht ausreichend immun gegen Autoritätsgläubigkeit.

Mag sein, dass diese damit versuchen möchten, noch einengenderen Vorschlägen, auch aus konservativ-religiösen

Kreisen, zuvorzukommen. Sie befürchten wohl, dass deren Herold Steffen Augsburg⁷, dem das Grundgesetz völlig fremd zu sein scheint, mit einem wiederum einengenden Gesetzesentwurf als Erster die Ziellinie übertreten könnte.

Zwiespältige Haltung der FDP gefährdet deren erneute Wahl

Besonders fällt dabei die FDP auf, welche angeblich den Liberalismus verteidigt: Anstelle die nun wieder gewonnene Freiheit als solche zu sichern und ihrem Wahlversprechen nachzukommen, sich für die Freiheit der Selbstbestimmung bezüglich des eigenen Lebensendes einzusetzen, bemüht man sich in der Fraktion der Freien Demokraten zurzeit, gemeinsam mit vereinzelt Abgeordneten anderer Fraktionen, ebenfalls an einem Gesetzesvorschlag zu basteln⁸. Dabei wäre es viel wichtiger, auf dem politischen Parkett endlich unmissverständlich die Frage zu stellen, ob die Voraussetzungen für die Notwendigkeit einer gesetzlichen Regelung überhaupt vorhanden sind. Es scheint, dass das Fehlen einer klaren diesbezüglichen Aussage des Parteivorstandes zu einem der Elemente werden könnte, welche die mittlerweile auf nur vier Prozent Zustimmung zurückgestufte Partei – die schon einmal zufolge wider-

sprüchlichen Verhaltens in dieser Frage während vier Jahren ihre Sitze im Bundestag eingebüßt hatte⁹ – bei nächster Gelegenheit wieder zwingen wird, die bequemen Sitze im Reichstag zu verlassen.

Es war der französische Staatsphilosoph Montesquieu, welcher den Satz geprägt hat: „Wenn es nicht notwendig ist, ein Gesetz zu machen, ist es notwendig, kein Gesetz zu machen.“

Speziell forsch ins Zeug gelegt hat sich im Wettrennen um ein Gesetz der Humanistische Verband Deutschlands (HVD)¹⁰ mit einem umfangreichen Vorschlag, aus dem ersichtlich wird, dass den Verfassern kein Jurist mit ausreichender Gesetzgebungserfahrung angehörte. Ausgehend von der Überlegung, Hilfe zum Suizid weise gewisse Parallelen mit dem Schwangerschaftsabbruch auf, wurde ein Text zu einem „Suizidhilfekonfliktgesetz“¹¹ (sic!) vorgelegt, welchem als Vorbild das Schwangerschaftskonfliktgesetz gedient haben dürfte. Dabei wurde der größte rechtliche Unterschied zwischen den beiden Lebensvorgängen nicht erkannt: Ein Schwangerschaftsabbruch, auch wenn er straflos bleibt, wird nach deutschem Recht mit Rücksicht auf die Lehre der Katholischen Kirche nach wie vor als Unrecht und damit als Delikt erachtet; der Suizid dagegen wurde dank des Karlsruher Richterspruches vom Tabu und der Rechtswidrigkeit zum Menschenrecht erhoben. Dies erfordert unterschiedliche Ansätze.

Wie sehr der HVD-Entwurf verunglückt ist, kommt bereits anhand eines einzigen der dort vorgeschlagenen Paragraphen zum Ausdruck: „Die Beratung ist von den Hilfesuchenden freiwillig in Anspruch zu nehmen.“

Schöner lässt sich eine *contradictio in adjecto* sowie Inkompetenz der Verfasser kaum illustrieren.

Wie weiter?

Will der Gesetzgeber *lege artis* vorgehen, muss er sich zuallererst darum bemühen, festzustellen, ob es eine Notwendigkeit gibt, gesetzgeberisch tätig zu werden. Da Forschungsunterlagen fehlen, stellt sich die Frage, auf welchem Wege dies zu geschehen hat. Das dafür geeignetste Instrument dürfte wohl eine Enquêtekommission des Deutschen Bundestags sein. Diese hätte sich darum zu bemühen, in Deutschland und in einigen anderen Ländern mit langjähriger Erfahrung in Freiheit und Selbstbestimmung von Bürgerinnen und Bürgern in Lebensende-Entscheidungen zu ermitteln, ob und inwieweit sich die von Gegnern solcher Selbstbestimmung gebetsmühlenartig betonten Gefahren in der Wirklichkeit manifestieren. Zeichnen sich keine ab, kann auf ein Gesetz und das damit einhergehende Risiko einer neuerlichen Blamage für eine Mehrheit des Bundestages vor dem Bundesverfassungsgericht verzichtet werden. Schon 2011 hat die Schweizer Regierung erklärt, es brauche zur Regulierung kein besonderes Gesetz;

die allgemeinen Gesetze seien dazu ausreichend¹².

Eines steht jetzt schon fest: Die wahren Verteidiger des „letzten Menschenrechts“ werden sich, wenn nötig, mit einem Antrag auf vorläufige Anordnung an das Bundesverfassungsgericht wenden, falls der Gesetzgeber dieser nun nach langen Jahren erkämpften Freiheit zu enge Grenzen zu ziehen gedenkt.

VITA · Ludwig A. Minelli, Gründer von DIGNITAS, Journalist und Rechtsanwalt, Forch-Zürich

Jahrgang 1932. Er war von 1964-1974 erster SPIEGEL-Korrespondent in der Schweiz. 1977 gründete er die „Schweizerische Gesellschaft für die Europäische Menschenrechtskonvention“ (SGEMKO), 1998 den Verein „DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben“, beide auf der Forch bei Zürich, die er noch heute als Generalsekretär führt. 2005 war er Mitgründer des Vereins „DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben (Sektion Deutschland) e.V.“ in Hannover. Er war gemeinsam mit den beiden DIGNITAS-Vereinen Beschwerdeführer gegen den § 217 StGB vor dem Bundesverfassungsgericht.

- 1 Rechtsanwalt. Gründer der Vereine „Schweizerische Gesellschaft für die Europäische Menschenrechtskonvention“ (SGEMKO) und „DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben“, Mit-Gründer von «DIGNITAS – Menschenwürdig leben – Menschenwürdig sterben (Sektion Deutschland) e.V.
- 2 360 Ja gegen 233 Nein bei 9 Enthaltungen.
- 3 Urteil vom 26.2.2020, Rz 341; abrufbar über den Link <https://www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2020/bvg-20-012.html>
- 4 A.a.O., Rz 235 ff.
- 5 A.a.O., Rz. 238; es darf angenommen werden, dass diese Abschnitte des Urteils gewissermaßen Wechselgeld für die Erlangung der Zustimmung der der CDU/CSU nahestehenden Mitglieder des Gerichts zum Tenor des Urteils darstellen.
- 6 Hilfe zum Suizid ist in den Gesellschaften der Staaten Europas kaum mehr umstritten, zeigen doch repräsentative Umfragen immer wieder, dass klare Mehrheiten, oft bis in die Gegend von 80 % der Bevölkerung, die Selbstbestimmung am Lebensende befürworten; vgl. dazu beispielsweise http://www.medizinalrecht.org/wp-content/uploads/2013/03/Meinungsumfrageergebnisse_Selbstbestimmung_am_Lebensende.pdf
- 7 Inhaber einer Professur für öffentliches Recht an der Justus-Liebig-Universität in Gießen; gemeinsam mit dem Vorstand der Deutschen Stiftung Patientenschutz (einem „Werk“ des Malteserordens), Eugen Brysch, in Karlsruhe gescheiterter Entwerfer der Vorlage für den als nichtig erklärten § 217 StGB.
- 8 <https://hpd.de/artikel/liberale-und-humanis-ten-preschen-suizidhilfe-gesetz-17844>
- 9 <https://www.zeit.de/2013/42/ludwig-minelli-dignitas-fdp-bundestagswahl>
- 10 <https://hpd.de/artikel/recht-suizidhilfe-erfordert-verlaesslichen-handlungsrahmen-18081>
- 11 <https://hpd.de/artikel/hvd-begruesst-bverfg-urteil-17766>
- 12 <https://www.admin.ch/gov/de/start/dokumentation/medienmitteilungen.msg-id-39905.html>

Danke – lieber § 217 StGB!

Ein Kommentar zu den Effekten des nun abgeschafften Suizidhilfe-Verbots

VON RECHTSANWALT WOLFGANG PUTZ

Die Bedrohung einer selbstbestimmten Gestaltung des eigenen Lebensendes nach höchstpersönlicher Menschenwürdedefinition ist durch das großartige Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 26. Februar 2020 keineswegs völlig gebannt. Sie lauert weiterhin bei den konservativen Psychiatern, die „Freiverantwortlichkeit“ bei einem Suizidwilligen extrem restriktiv zugestehen oder grundsätzlich verneinen. Sie lauert bei Strafverfolgungsbehörden und Richtern, die „geeignete“ Psychiater als Sachverständige in Strafverfahren gegen Suizidhelfer beauftragen (gegen die man sich dann mühsam mit Gegengutachten wehren muss). Den christlichen Kirchen war § 217 StGB ja so willkommen, weil er alle Suizidhilfe über einen Kamm scherte. Auch die Hilfe für Freiverantwortliche machte er praktisch unmöglich, was wesentlich dazu führte, dass ihn das Bundesverfassungsgericht „kippte“. Natürlich reduzierte § 217 StGB die Suizidzahlen so maximal, wie das eine gesetzliche Regelung überhaupt nur zu leisten vermag, jedoch um den Preis unverhältnismäßiger, somit verfassungswidriger Einschränkung der Grundrechte freiverantwortlicher Bürger.

Eine Unterscheidung zwischen „freiverantwortlich“ und „nicht freiverantwortlich“ war noch nie Lieblingsthema der Theologie oder der Psychiatrie. In der Psychiatrie sind je nach Studie stets die meisten Suizidenten nicht freiverantwortlich. Einzelne Hardliner unter den Psychiatern postulieren ernsthaft noch heute, es wären 100 Prozent. Theologisch begeht naturgemäß nur der freiverantwortliche Suizident eine Sünde. Dem psychisch Kranken gebührt auch theologisch kein Schuldvorwurf.

Bis ca. 2013 war das Thema Suizidbegleitung, Suizidbeihilfe bzw. Förderung des Suizids in breiten Kreisen der Be-

völkerung, aber auch bei den Berufen, die sich mit Menschen am Lebensende befassen, kein Thema. Die Gesellschaft überließ es gerne Humanisten, Agnostikern und anderen „Außenseitern“. So blieb es ein gut gehütetes Geheimnis, dass Suizidbeihilfe für Freiverantwortliche auch in Deutschland legal, ja sogar ein Grundrecht ist. In der palliativmedizinischen, hospizlichen Praxis waren solche Fälle selten, und wenn, so endeten sie unerkannt oder wurden totgeschwiegen. Ähnlich geschieht dies in Kreisen des gehobenen Bildungsbürgertums.

Ein Generalverbot zu schaffen war einfach

Dann kamen die Sterbehilfeorganisationen. Obgleich diese schon aus strafrechtlichem Eigenschutz die Freiverantwortlichkeit der Suizidwilligen nach Kräften eruierten, sie definitiv feststellten und dokumentierten, empörte sich die Öffentlichkeit. Raffiniert wurde in der Politik suggeriert, die psychisch kranken, verzweifelten, altersdeprimierten Menschen, denen man Hilfe zum Leben und nicht Hilfe zum Sterben schulde, seien schutz-

los diesen Organisationen ausgeliefert. Was am meisten störte, dass die Sterbehelfer dafür auch noch Geld nahmen. Dass genau jener vulnerable Personenkreis schon immer und auch in Zukunft durch § 212 StGB geschützt ist, wurde tunlichst nicht angesprochen. Denn eine Suizidhilfe für nicht freiverantwortliche Suizidwillige ist eine Tötung in mittelbarer Täterschaft. § 212 StGB bedroht dies mit weit höheren Strafen als es § 217 StGB in seinem kurzen Leben getan hat. Zu solcher Rechtsprechung des BGH kam es 2019 auch nur, weil sich die Protagonisten Drs. Spittler und Turowski selbst angezeigt hatten, bzw. ihr Vorgehen nicht – wie damals weit verbreitet – vertuscht hatten. Von selbst waren die Staatsanwälte in aller Regel nicht aus den Startlöchern gekommen! Die Richterin am BGH im Ruhestand, Professor Dr. Rissing-van Saan wurde zu Recht nicht müde, in ihren öffentlichen Auftritten wütend zu rügen, dass die Staatsanwaltschaften sich zum Beispiel nicht einem Gymnasiallehrer im Ruhestand an die Fersen hefteten, um dessen im Fernsehen zur Schau getragenen One-Man-Ster-



Richtig hat das Bundesverfassungsgericht erkannt, dass die verbreitete Verweigerung von Suizidhilfe durch Ärzte erst Bedarf schafft.

behilfepaxis das Handwerk zu legen. Da gab es keinen Arzt, keine Gutachten! Da gab es nur einen alten Herrn, dem seine Lebenserfahrung genügte, freiverantwortliche Suizidwillige als solche zu erkennen. Solche schrägen Persönlichkeiten, aber auch Roger Kusch mit seiner Vorstellung einer Selbsttötungsmaschine, schürten die Entrüstung, die auf dem Boden rechtlicher und medizinischer Unkenntnis bundesweit gedeihen und ihre Blüten treiben konnte. Diesen schrillen Protagonisten ging der Bundesgesetzgeber regelrecht auf den Leim! Wir hatten und haben die strafrechtlichen Instrumente. Statt sie anzuwenden, wurde ein verfassungswidriges martialisches Generalverbot geschaffen. War ja auch einfacher als differenzieren zu müssen! Diese Entrüstung „bediente“ § 217 StGB!

Sterbefasten als Ausweg

Dann „entdeckten“ ausgerechnet die Palliativmediziner, z. B. die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP), dass Sterbefasten ja ein „Ausweg“ sei. Und überdies ein so begrüßenswerter Ausweg, weil der Suizident ja entscheidungskonstant bleiben müsse und jederzeit abbrechen könne (Eine wahrlich kindliche Argumentation, weil die Sache ja erst kritisch wird, wenn nicht abgebrochen wurde. Sonst interessiert das ja keinen Staatsanwalt!).

Dann wiesen die Juristen und die Medizinethiker darauf hin, dass die Strafnormen § 212 StGB (Beihilfe zum Suizid für Nichtfreiverantwortliche) und die erweiternde Vorschrift des § 217 StGB (Förderung des Suizids von Freiverantwortlichen) natürlich gleichermaßen für aktive und passive Suizide gelten, und dass der freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) ein Klassiker des passiven Suizids ist. Der Palliativmediziner Gian Domenico Borasio hat unlängst ein so schönes weiteres Beispiel gebracht: Man geht bei klirrendem Frost nur mit Unterwäsche bekleidet und einer Flasche Rotwein los und setzt sich in die freie Natur.

Darauf erklärte der Vorsitzende der DGP, Professor Radbruch, naiv, seine Fachgesellschaft habe definiert, dass FVNF kein Suizid ist. Palliativmediziner wurden so ins offene Messer der Strafverfolgungsbehörden geschickt! Theoretisch natürlich, denn § 217 StGB zog

kein einziges Verfahren gegen einen Arzt nach sich, was Radbruch als Argument bemühte, dass es doch gar keine Bedrohung von Suizidhelfern gebe, wenn es kein einziges Verfahren nach § 217 StGB gebe. Kann man wirklich nicht auf die Idee kommen, dass die einen sich nicht mehr trautes, die anderen es heimlich machten und Suizide sowieso mit einer Dunkelziffer von nahezu 100 Prozent im Dunkeln passieren? Ist es nicht ethisch absolut geboten, dass der Staat Licht ins Dunkel bringt?! Ist es nicht geboten, Hilfsangebote für die Wahrnehmung eines Grundrechts zu installieren, die gleichzeitig nicht freiverantwortliche Menschen vor Übereilung und unqualifizierten Helfern schützen und ihnen die gebotene Therapie, die Hilfe zum Leben, liebevoll anbieten oder vermitteln? Und was war das für eine heuchlerische Ethik des Gesetzgebers, der mit dem Absatz 2 des ominösen § 217 StGB effektiv dazu aufforderte, dass Angehörige oder nahestehende Personen die Suizid-Kandidaten doch straffrei zum miesen Geschäft in die Schweiz bringen sollten.

So, nun ist – Dank sei unserem großartigen Verfassungsgericht! – die Hysterie von § 217 StGB vorbei, es verbleibt wie bisher die Strafdrohung von § 212 StGB. Was aber hat das Ganze bewirkt?

Ganz viele Menschen, und vor allem Ärzte, denken nun, jetzt könne wieder jeder jedem beim Suizid helfen (sozusagen ohne weitere Bedingungen). Man hat ja gelernt, dass Suizidhilfe gar nicht strafbar ist, und zudem Suizid ebenso ein Grundrecht ist wie die Inanspruchnahme von Suizidhilfe. Nur die Grundvoraussetzung der Freiverantwortlichkeit bleibt aus dem Focus! War kein Thema! Ist kein Thema!

Richter erkennen nur und sprechen aus, was Recht ist

Bei vielen Medizinern und Pflegekräften, gerade in der Palliativszene, ist zudem hängengeblieben, wie Sterbefasten (FVNF oder FVET) von den Palliativgesellschaften hoch gelobt wurde. Aus ärztlicher Ethik sei diese Begleitung vertretbar und für den Patienten denkbar komfortabel, wenn er denn schon unbedingt vorzeitig sein Leben beenden wolle. Der Wunsch, einem unausweichlichen, nach eigener Wertvorstellung gruseligen Ende zu entgehen, wird als vernünftiger Grund akzeptiert. Entweder in

Fällen, wo der Patient palliative Angebote schlicht ablehnt oder in Fällen, in denen es am Ende keine palliativmedizinischen Optionen außerhalb der Symptomlinderung gibt. Man verweigert trotzdem dem Patienten den klassischen Suizid mit Begleitung bis zuletzt, ambulant und erst recht stationär. Nicht, ohne zugleich auf den „Ausweg“ zu verweisen, das Sterbefasten ärztlich, pflegerisch und seelsorgerisch zu begleiten. Die Zusage und Begleitung von FVNF ist für die begleitenden Ärzte und Pflegekräfte gefühlt kein Suizid und zweifellos besser zu verkraften als Hilfe und Begleitung bei einem Suizid mittels Medikamenten. Man muss dem Patienten ja auch kein Medikament verschaffen. FVNF entwickelt sich in der Palliativmedizin zaghaft als Ultima-Ratio-Antwort zur (dort noch seltenen) Anfrage nach Suizidhilfe. Der Patient muss allerdings mit Rücksicht auf seine Helfer einen recht beschwerlichen Weg gehen.

Verweigerung schafft Bedarf

Richtig hat das Bundesverfassungsgericht erkannt, dass die verbreitete Verweigerung von Suizidhilfe durch Ärzte überhaupt erst den Bedarf für Sterbehilfeorganisationen schafft.

Die ganze Entwicklung hat also die Tendenz zu einer freiverantwortlichen, selbstbestimmten Gestaltung des eigenen Lebensendes nach eigener, grundgesetzlich geschützter Würdedefinition durch den Suizidenten gefördert. Christlich sei das freilich nicht, schrieb dazu die SZ lakonisch in einem Kommentar, um in einem weiteren Kommentar hinzuzufügen: „Den Christen weht da der raue Wind der beginnenden Minderheitssituation entgegen.“ Kirchliche Kreise erleben zudem schmerzhaft, dass der Schuss nach hinten losgegangen ist.

Wir haben die freiheitlichste Rechtsordnung der Welt und großartige, mutige Bundesrichter, die immer darüber wachen, dass die Menschenrechte unserer Verfassung in der Rechtspraxis umgesetzt werden. Nicht vergessen: das Recht ist zuerst da – Richter erkennen nur und sprechen aus, was Recht ist. Menschenrechte gewähren nicht Richter, sondern das Grundgesetz! Ohne die Wächter des Grundgesetzes gäbe es weder die heutige Palliativmedizin noch die Freiheit, sein Lebensende selbst zu gestalten.

Lachen ist gesund und fördert das Wohlbefinden

Ein positiver Effekt ist ganz einfach erreicht

Lachen ist die beste Medizin, es lockert und löst Verspannungen, wirkt gegen körperliche und mentale Verbissenheit und macht den Kopf frei für neue Gedanken und Ideen.

Über das Lachen gibt es sogar eine eigene Wissenschaft, die Gelotologie. Etwa in den 60er Jahren fingen Mediziner und Wissenschaftler an, sich mit den therapeutischen Auswirkungen des Lachens zu beschäftigen. Sie brachten Testpersonen zum Lachen und untersuchten ihre Blutwerte vor, während und nach dem Lachen. Sie stellten erstaunliche Reaktionen



Lächeln signalisiert dem Gehirn, dass etwas Schönes, Erfreuliches passiert.

des Immunsystems fest. Das Lachen schien die Menschen so positiv zu beeinflussen, dass sie mit einer vermehrten Produktion ihrer Abwehrkräfte reagierten. Die entscheidende Voraussetzung für eine wissenschaftliche Forschung war damit gegeben: Man konnte die Wirkungen des Lachens auf das Immunsystem messen. Die Lachforschung, die sogenannte Gelotologie, war geboren.

Lachen ist die beste Medizin!

Schon der Volksmund wusste, dass Lachen gesund ist. Die positiven Auswirkungen von Lachen und Humor auf Gesundheit, Stress und das Immunsystem konnten in unterschiedlichen Studien nachgewiesen werden. In vielen Krankenhäusern sind die Klinikclowns inzwischen eine feste Einrichtung, weil sie nicht nur bei Kindern den Heilungsprozess fördern. Die Rote-Nasen-Clowns bringen Freude und Lebensmut zu kranken Menschen. Lachen macht nicht nur Spaß, sondern nimmt auch Ängste und regt die Selbstheilungskräfte an.

Besonders für Kinder ist ein Krankenhausaufenthalt mit viel Leid, Schmerz und Angst verbunden. Die Rote-Nasen-Clowns nehmen diese Angst, bringen Mut und schenken während ihrer einfühlsamen Clown-Visiten Freude und Zuversicht. Ihre Medizin ist der Humor! Lächeln vertreibt dunkle Gedanken und Stress, das Belohnungszentrum springt schnell darauf an, bringt Dopamin auf den Weg und dadurch hellt sich nicht nur unsere Stimmung auf. Auch unser Blick auf die Welt wird selbstbewusster, kontaktfreudiger und optimistischer.

Was passiert im Körper beim Lachen?

Beim Lachen werden vom Kopf bis zum Bauch rund 300 Muskeln aktiviert, allein 17 im Gesicht. Durch das schnellere Atmen erhöht sich der Gasaustausch um das Dreifache im Körper. Das Zwerchfell spannt sich und dadurch dehnen sich die Lungenflügel. Wenn wir lauthals loslachen, pressen wir den Atem stoßartig mit ca. 100 Stundenkilometer aus der Lunge heraus. Beim Lachen nimmt die Lunge viel Luft auf und Sauerstoff gelangt in die roten

Blutkörperchen. Das Herz schlägt schneller und pumpt das sauerstoffreiche Blut durch den Körper. Für kurze Zeit ist der Organismus sehr aktiv und der Stoffwechsel wird angeregt. Nach einem Lachanfall entspannt sich der Körper wieder, die Arterien weiten sich, Puls und Blutdruck sinken. Mit dem Lachen kommt auch das Wohlfühlgefühl, denn im limbischen System, dem Zentrum der Gefühle im Gehirn, werden während des Lachens Glückshormone (Endorphine) produziert. Während Endorphine freigesetzt werden, wird die Ausschüttung des Stresshormons Adrenalin unterdrückt und der Stresspegel sinkt. Diese kurzzeitigen Veränderungen im Hormonhaushalt können so stark sein, dass auch Schmerzen gelindert werden können. Das Immunsystem wird ebenfalls durch das Lachen angeregt und produziert vermehrt Antikörper.

Die entspannende und gesundheitsfördernde Wirkung des Lachens kann auch unabhängig von einer witzigen Situation genutzt werden. In den 1990ern ist das Lachyoga bekannt geworden. Lachyoga ist eine Form von Yoga, bei der das grundlose Lachen im Vordergrund steht. In den Lachyogastunden wird gelernt, wie man selbst seine eigene Stimmung durch einfache Methoden positiv beeinflussen kann und die Steigerung in der Selbstwirksamkeit geschult wird. Das Selbstwirksamkeitserleben, d. h. das Gefühl zu haben, mit einer guten Erfolgsaussicht selbst etwas verändern zu können, ist der beste Schutz vor Stress, Angst und Depression.

Lachen und Humor haben auch soziale Funktionen

Menschen, die über die gleichen Dinge lachen können, fühlen sich miteinander verbunden. Humor ist aber nicht nur gesundheitsfördernd, er kann auch in angespannten Gesprächen und Situationen, in denen alles festgefahren zu sein scheint, Spannungen lösen, erleichtern und klären. Denn Humor erzeugt eine emotionale Distanz zu Problemen und lässt alles in



Mit dem Lächeln kommt das Wohlgefühl!

einem helleren Licht erscheinen, was Entspannung und Vertrauen bewirkt, die notwendig sind, um eine Atmosphäre zu entschärfen.

Aber bitte Vorsicht: Lachen kann auch destruktiv wirken. In sehr belasteten Situationen kann ein Scherz schnell als mangelndes Mitgefühl oder gar Schadenfreude empfunden werden. Echter Humor richtet sich niemals gegen Dritte – es wird niemand ausgelacht. Spott oder Zynismus dagegen zielen aber immer kritisierend und abwertend auf andere Menschen ab. Sie führen in voller und verletzender Absicht die Schwächen des anderen vor und wollen lächerlich machen, um dadurch das eigene schwache Selbstwertgefühl zu stärken.

Selbstironie dagegen kann aber sehr wohl eine Form von Humor sein, wenn man die eigenen Schwächen humorvoll kommentiert. Die Fähigkeit, über sich selbst lachen zu können gilt als Zeichen einer reifen und emotional ausgeglichenen Persönlichkeit. Letztlich geht es darum, die eigenen, oft strengen Bewertungen nicht allzu ernst zu nehmen, sich mit sich und den eigenen Schwächen zu versöhnen und dadurch liebevoller mit sich selbst umzugehen.

Quelle für eine entspannte Lebenseinstellung

Humor kann eine Grundeinstellung zum Leben sein, also die Begabung eines Menschen, den alltäglichen Problemen und Schwierigkeiten sowie der Unzulänglichkeit der Menschen und der Welt mit heiterer Gelassenheit zu begegnen. Eine humorvolle Grundhaltung ist eine sehr gute psychische Bewältigungsstrategie vor unerfreulichen Situationen oder Lebensumständen. Man kann dadurch Distanz zu der Situation gewinnen und die Umstände aus einer anderen Perspektive betrachten. Stress und Ärger lassen nach, man kann leichter aus dem Gedankenkarussell aussteigen und wird dadurch in die Lage versetzt, mit der Situation gelassener und besser umzugehen.

Es kann nicht schaden, wenn wir uns selbst nicht immer zu ernst nehmen, denn dann hat man es viel leichter, mit eigenen Fehlern und den vermeintlichen Fehlern anderer umzugehen. Humor in positiver, wertschätzender Art zum Ausdruck gebracht kann eine große Bereicherung in unserem Leben sein.

Lächeln ist uns schon in die Wiege gelegt worden, das muss uns niemand beibrin-

gen. Erstaunlich ist, dass Kinder etwa 300 Mal mehr am Tag lachen als Erwachsene. Schade für uns Erwachsene. Denn es gibt viele gute Gründe zu lächeln oder zu lachen. Das Leben mit Humor zu nehmen, ist eher eine Lebenseinstellung als eine Fähigkeit. Wenn man Humor erlernen will, ist das nicht ganz einfach und jeder hat seinen ganz eigenen Weg.

Humor kann erlernt werden

Was zählt ist, dass man es wirklich will und locker genug an die Sache herangeht. Fangen Sie am besten in Alltagssituationen an, Humor zu erlernen. Es gibt viele Situationen im Leben, die so am besten gemeistert werden können. Wenn Ihnen beispielsweise mehrere Missgeschicke hintereinander passieren, haben Sie die Möglichkeit, einen unnützen Wutanfall zu bekommen oder über sich selbst zu lachen.

Aus vollem Herzen zu lachen kann nicht jeder, denn das Leben macht es einem oft nicht immer leicht. Gerade dann sollten Sie einen Ausgleich schaffen. Besorgen Sie sich z. B. lustige Filme, die eine Art von Humor haben, mit dem Sie sich am ehesten anfreunden können. Wichtig ist, dass Sie regelmäßig lachen und sich dabei ganz auf den Film oder die Sketche einlassen. Gut ist, mindestens zweimal pro Woche zu trainieren und seien Sie nicht zu streng mit sich selbst. Wer alles meist negativ sieht und mit hängenden Mundwinkeln durch sein Leben läuft, kann nicht sofort umschalten und benötigt einige Zeit, bis sich der Erfolg durch das Training einstellt.

Um in den Genuss der segensreichen Wirkungen des Lachens zu kommen, muss dieses übrigens nicht einmal von Herzen kommen. Es reicht schon, wenn die Mundwinkel einfach mal für eine halbe bis eine Minute nach oben gezogen werden. Das Lächeln signalisiert dem Gehirn, dass etwas Schönes, Erfreuliches passiert, und das entspannt spürbar und gibt uns bessere Gefühle und dadurch eine bessere Stimmung. Wie schon Charlie Chaplin so schön sagte: Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag.

Manuela Hauptmann

Aller Humor fängt damit an,
dass man die eigene Person
nicht mehr erst nimmt.

Hermann Hesse (1877-1962)

Die Lebensversicherung im Erbrecht

Gestaltungsmöglichkeiten und Risiken

VON RECHTSANWALT DR. JUR. OLIVER KAUTZ

„Über Geld spricht man nicht“ – finanzielle Angelegenheiten zu regeln fällt Vielen schwerer als Gespräche über Krankheiten, später notwendige Pflege oder das eigene Sterben zu führen. Finanzielle Fragen sind aber von besonderer Wichtigkeit. Die Vielzahl von Patch-Work-Familien macht dabei die vermögens- und erbrechtliche Situation heute noch schwieriger. Die Lebensversicherung ist dabei für viele Bürger ein wichtiges Instrument für die Vermögensplanung.

2018 bestanden in Deutschland über 87,2 Millionen Lebensversicherungsverträge, die häufig auch für die Nachlassplanung eingesetzt werden. Zum besseren Verständnis soll die Konstruktion des



Dr. Oliver Kautz.

Lebensversicherungsvertrages kurz erläutert werden: Versicherungsnehmer ist derjenige, der den Vertrag mit der Versicherung abschließt und auch die Prämien bezahlt. Versicherte Person ist

diejenige, deren Todesfallrisiko versichert wird. Bezugsberechtigter ist, wer im Falle des Todes der versicherten Person die Prämie ausbezahlt bekommt. Versicherungsnehmer und versicherte Person sind regelmäßig deckungsgleich, zwingend ist dies aber nicht. Aus steuerlichen Gründen kann es sinnvoll sein, hiervon abzuweichen.

Deckung von Versorgungslücken

Die Lebensversicherung kann als Risikolebensversicherung auf den Todesfall oder als kapitalbildende Lebensversicherung abgeschlossen werden. Die Kapital-Lebensversicherung wird entweder zum vereinbarten Termin oder erst beim Tod des Versicherten fällig. Die Auszahlung der Versicherungssumme kann als Einmalzahlung oder als z. B. monatliche Rentenzahlung erfolgen. Die monatliche Auszahlung bietet sich insbe-

sondere dann an, wenn der Begünstigte dauerhaft versorgt werden soll.

Eigene Rente und Witwenrente reichen häufig nicht aus, um den Lebensunterhalt zu bestreiten. Gegen diese Versorgungslücken bei einem Todesfall kann die Lebensversicherung hilfreich sein. Eine Lebensversicherung kann auch ein sinnvolles Instrument sein, um den anderen Erben deren Pflichtteil auszubezahlen. Denn häufig kommt es durch Erb- oder Pflichtteilsansprüche zu Liquiditätsengpässen, insbesondere wenn der Nachlass nur aus einer Immobilie besteht. Über eine Lebensversicherung kann zudem der nichteheliche Lebenspartner diskret abgesichert werden. Damit lässt sich auch eine Erbengemeinschaft zwischen dem neuen Partner und den Kindern aus einer früheren Beziehung vermeiden, die häufig zu Auseinandersetzungen führt.

Lebensversicherung und Nachlass

Bei einer Lebensversicherung als „ein echter Vertrag zu Gunsten Dritter“ entsteht der Anspruch auf die Versicherungssumme unmittelbar in der Person des Bezugsberechtigten, gehört demnach nicht in das Vermögen des Verstorbenen und fällt daher auch nicht in seinen Nachlass. Die Erben können aber in Einzelfällen noch die Bezugsberechtigung widerrufen und damit eine Auszahlung an den Begünstigten verhindern. Nach der Rechtsprechung kommt die erforderliche Schenkung in der Regel erst

zustande, wenn die Versicherungsgesellschaft die Summe an den Begünstigten auszahlt. Hierdurch kann es zu einem Wettlauf der Interessenten kommen. Dies kann verhindert werden, wenn der Begünstigte unwiderruflich eingesetzt wird. Verstirbt der Begünstigte vor dem Erblasser, geht der Bezugsrechtsanspruch an die Erben des Bezugsberechtigten über. Wer dies nicht möchte, kann festlegen, dass das Recht mit dem Tod des Bezugsberechtigten endet bzw. erlischt. Zu beachten gilt auch noch, dass bei Begünstigung des Ehegatten die Bezugsberechtigung – anders als das gesetzliche Erbrecht – mit einer Ehescheidung nicht automatisch erlischt. Die Versicherung muss also trotz Scheidung die Summe an den Begünstigten auszahlen, wenn diese nicht geändert wird.

Überschuldeter Nachlass

Schwierigkeiten können entstehen, wenn der Nachlass überschuldet ist. Wenn ein Gläubiger des Erblassers oder ein Erbe Antrag auf Nachlassinsolvenz stellt, kann der Insolvenzverwalter die Zahlung der Versicherungssumme an den Begünstigten anfechten und die Zahlung der Versicherung von dem Begünstigten herausverlangen.

Pflichtteilsansprüche

Ist ein Bezugsberechtigter benannt und fällt die Lebensversicherung damit nicht in den Nachlass, entsteht an der Versicherungssumme kein Pflichtteilsanspruch. Dies gilt auch dann, wenn als Bezugsberechtigter ein (Mit-)Erbe benannt ist, denn dieser erhält die Versicherungsleistung nicht aufgrund des Erbfalls, sondern aufgrund einer lebzeitigen Zuwendung des Erblassers. Auch wenn die Lebensversicherungssumme nicht in den Nachlass fällt, können Pflichtteilsberechtigte unter Umständen sog. „Pflichtteilsergänzungsansprüche“



Eine Versicherungssumme zählt im Todesfall nicht unbedingt zum Nachlass.

erheben, wenn der Erblasser bis zu zehn Jahre vor seinem Tod Versicherungsprämien eingezahlt und einen Dritten als Bezugsberechtigten bestimmt hat. Berücksichtigt werden zur Ermittlung des Pflichtteilergänzungsanspruchs Schenkungen, die der Verstorbene in den letzten zehn Lebensjahren getätigt hat. Maßgeblich für die Berechnung ist nicht die an den Bezugsberechtigten ausbezahlte Versicherungssumme, sondern der Betrag, um den der Erblasser sein Vermögen gemindert hat, damit der Bezugsberechtigte die Versicherungssumme erhält. Die Höhe des Pflichtteilergänzungsanspruchs bestimmt sich bei einer Risikolebensversicherung daher nach den Prämienzahlungen der vergangenen zehn Jahre und bei einer Kapitallebensversicherung nach dem Rückkaufwert der Versicherung zum Zeitpunkt des Todes.

Um Pflichtteilergänzungsansprüche zu vermeiden, bietet es sich an, dass der Bezugsberechtigte selbst die Prämien bezahlt. Dies sollte zum Nachweis über das Konto des Begünstigten erfolgen. Ein Pflichtteilergänzungsanspruch kann damit ausgeschlossen werden. Um das

Problem von Beginn an zu umgehen, sollte überlegt werden, ob der Begünstigte gleichzeitig als Versicherungsnehmer geführt werden kann. Dies kann auch noch später durch eine Übertragung des Vertrages, z. B. im Wege der Schenkung, erfolgen. Pflichtteilergänzungsansprüche können auch entfallen, wenn die Prämienzahlungen im Rahmen einer bestehenden Unterhaltsverpflichtung einer angemessenen Alterssicherung dienen.

Lebensversicherung und Erbschaftssteuer

Wurde ein Bezugsberechtigter benannt, der gleichzeitig auch Erbe ist, wird die Versicherungssumme dem Nachlassanteil des benannten Erben hinzugerechnet, erhöht die Erbschaft und damit u. U. auch die Erbschaftssteuer des Bezugsberechtigten. War der Erblasser hingegen die versicherte Person und der Erbe Versicherungsnehmer, Prämienzahler und Bezugsberechtigter, so fällt die Versicherungssumme weder in den Nachlass noch wird sie dem Erben oder Versicherungsnehmer als Erbe zugerechnet und bleibt somit von der Erbschafts-

und Schenkungssteuer befreit. Ist im Versicherungsvertrag kein Bezugsberechtigter benannt, fällt die Lebensversicherungssumme in den Nachlass. Hierdurch erhöht sich die Erbschaftssteuer, wenn die Steuerfreibeträge überschritten werden.

Der sinnvolle Einsatz einer Lebensversicherung zur Nachlassgestaltung kann nur einzelfallbezogen erreicht werden, da zahlreiche individuelle Kriterien (Familienaufstellung, Zusammensetzung des Nachlasses, Vorhandensein von Immobilien etc.) zu berücksichtigen sind. Wer bei der Gestaltung des Nachlasses die Risiken minimieren möchte, sollte sich rechtzeitig durch einen Spezialisten beraten lassen. Idealer Ansprechpartner hierfür sind die Notariate am eigenen Wohnort, da diese gleichzeitig erforderliche Beurkundungen vornehmen können.

Rechtsanwalt Dr. Oliver Kautz

Perzheimstr. 24
86150 Augsburg
Telefon 08 21/51 70 21
Telefax 08 21/15 22 17

Veranstungskalender


2020


Juli bis September

Veranstaltungen sind, von Ausnahmen abgesehen, kostenlos und öffentlich.

Einzelsprechstunden werden nur für DGHS-Mitglieder angeboten.

Meldungen zu Veranstaltungen im vierten Quartal 2020 können (wie Manuskripte oder HLS-Artikel) noch bis 14.8.2020 berücksichtigt werden. Bitte setzen Sie sich rechtzeitig mit Frau Hauptmann, Tel. 0 30/2 12 22 33 70, Fax 0 30/21 22 23 37 77 in Verbindung oder schreiben Sie uns. Die Redaktion behält sich vor, bei zu spät gemeldeten Veranstaltungen entsprechende Hinweise nicht mehr abzdrukken.

 **Der Veranstaltungskalender ist auch im Internet**, ggf. mit ergänzenden Hinweisen, zu finden: www.dghs.de, Rubrik „Veranstaltungen“.

 **Wichtiger Hinweis:** Dieses Jahr finden wieder Delegiertenwahlen statt. Nehmen Sie Ihre Rechte als Mitglied wahr und wählen Sie im entsprechenden Bezirk Ihre Delegierten! Ein Verein lebt durch die Mitwirkung seiner Mitglieder!

Zu den Delegiertenwahlen (vgl. § 7 DGHS-Satzung sowie Verbandsordnung) beachten Sie bitte die angegebenen Termine. Die DGHS-Satzung kann kostenlos bei der Geschäftsstelle angefordert werden.

Der Veranstaltungskalender kann leicht aus der Heftmitte entnommen und z. B. an die Pinnwand gehängt werden. Damit haben Sie die DGHS-Termine immer zur Hand.

Änderungen vorbehalten; alle Angaben ohne Gewähr.

■ = DGHS, ● = andere Veranstalter

- **Augsburg:** 7./14./21./28.7.2020; 4./11./18./25.8.2020; 1./8./15./22./29.9.2020
- **Bad Elster:** 11.9.2020
- **Bad Neuenahr:** 12.9.2020
- **Dresden:** 28.8.2020
- **Düsseldorf:** 13.8.2020
- **Erfurt:** 7.8.2020
- **Freiburg:** 7.8.2020
- **Gießen:** 1./8./15./22./29.7.2020; 5./12.8.2020; 2.9./9.9./16.9./23.9./30.9.2020
- **Görlitz:** 24.7.2020
- **Halle:** s. „Weitere Angebote“
- **Hamburg:** 8.9.2020
- **Hannover:** 4.7.2020
- **Landshut:** s. „Weitere Angebote“
- **Leipzig:** 12.9.2020
- **Mainz:** 17.10.2020
- **Mannheim:** 18.7.2020
- **München:** Normalerweise hätten Sie in dieser Ausgabe den Ersatztermin für den ausgefallenen Gesprächskreis mit Dr. Michael Frieß vom 16.4.2020 in München gefunden. Aus den bekannten Gründen ist dies leider noch nicht möglich – vielleicht aber wieder im vierten Quartal. Für Fragen stehen Ihnen Gerhart Groß sowie unsere Münchner Ansprechpartner auch zwischenzeitlich gerne zur Verfügung. Gerhart Groß freut sich auf ein baldiges und vor allem gesundes Wiedersehen.
- **Neustadt an der Weinstraße:** 17.7.2020
- **Nürnberg:** 3.8.2020
- **Rhein-Main:** s. „Weitere Angebote“
- **Sachsen:** s. „Weitere Angebote“
- **Stuttgart:** 3.9.2020
- **Ulm:** s. „Weitere Angebote“
- **Unterfranken:** s. „Weitere Angebote“

TERMIN	REFERENTEN/THEMA	ORT	VERANSTALTER ANMELDUNG/AUSKUNFT
<p>■ 1.7.2020 8.7.2020 15.7.2020 22.7.2020 29.7.2020 jeweils mittwochs</p>	<p>Einzelgespräche Wigbert Rudolph: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.</p>	<p>Gießen Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.</p>	<p>Wigbert Rudolph Tel. 06 41/7 31 15 W.Rudolph@RWC-Advokat.de</p> <p>Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten.</p>
<p>■ 4.7.2020 Samstag</p>	<p>Vortrag mit Delegiertenwahl DGHS-Präsident Prof. Dr. Dr. h. c. Dieter Birnbacher: Die Freiheit, aus dem Leben auszusteigen.</p> <p>Anschließend Delegiertenwahl für Niedersachsen.</p>	<p>Hannover Stadtteilzentrum Ricklingen Oberer Saal (Straßenbahn 3 oder 7 Richtung Wettbergen, Haltestelle Beekestr.) 14.00 Uhr</p>	<p>Claudia Wiedenmann M. A. Tel. 0 30/2 12 22 33 70</p> <p>Elke Neuendorf Tel. 05 11-2 34 41 76 elke.neuendorf@htp-tel.de</p> <p>Eine telefonische Voranmeldung bei Elke Neuendorf ist zwingend notwendig.</p>
<p>■ 7.7.2020 14.7.2020 21.7.2020 28.7.2020 jeweils dienstags</p>	<p>Einzelgespräche Gerhard Rapp: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.</p>	<p>Augsburg Zentrum des Bundes für Geistesfreiheit Augsburg Haunstetter Str. 112 (direkt an der Straßenbahnhaltestelle „Sportanlage Süd“) 18.00-19.30 Uhr</p>	<p>Gerhard Rapp Tel. 01 76/41 73 09 38</p> <p>Um Voranmeldung wird gebeten für den Fall, dass die Sprechstunde bereits belegt ist oder ausnahmsweise entfällt.</p>
<p>■ 17.7.2020 Freitag</p>	<p>Gesprächskreis Ursula Bonnekoh: - Das Karlsruher Urteil zur Sterbehilfe – Was ist nun erlaubt? - Patientenverfügung in Zeiten von Corona - aktuelle Themen und Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.</p> <p>Der Gesprächskreis findet in kleinen Gruppen statt, so dass die Coronasicherheitsregeln eingehalten werden können und dauert jeweils 60 oder 90 Minuten. Das hängt von der angemeldeten Teilnehmeranzahl ab.</p>	<p>Neustadt an der Weinstraße Hotel Palatina Gartenstr. 8</p>	<p>Ursula Bonnekoh Tel. 0 63 47/9 82 10 03</p> <p>Eine telefonische Voranmeldung bei Ursula Bonnekoh ist zwingend notwendig. Bei der Anmeldung wird bekannt gegeben, zu welcher Uhrzeit die eigene Gruppe stattfindet. Für diejenigen, die noch nicht an einem Gesprächskreis vor Ort teilnehmen möchten, wird eine Alternative per Video oder Telefon angeboten. Auch dazu erhält man nähere Informationen bei der Anmeldung.</p>
<p>■ 18.7.2020 Samstag</p>	<p>Gesprächskreis Ursula Bonnekoh: - Das Karlsruher Urteil zur Sterbehilfe – Was ist nun erlaubt? - Patientenverfügung in Zeiten von Corona - aktuelle Themen und Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.</p> <p>Der Gesprächskreis findet in kleinen Gruppen statt, so dass die Coronasicherheitsregeln eingehalten werden können und dauert jeweils 60 oder 90 Minuten. Das hängt von der angemeldeten Teilnehmeranzahl ab.</p>	<p>Mannheim Der Veranstaltungsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.</p>	<p>Ursula Bonnekoh Tel. 0 63 47/9 82 10 03</p> <p>Eine telefonische Voranmeldung bei Ursula Bonnekoh ist zwingend notwendig. Bei der Anmeldung wird bekannt gegeben, zu welcher Uhrzeit die eigene Gruppe stattfindet. Für diejenigen, die noch nicht an einem Gesprächskreis vor Ort teilnehmen möchten, wird eine Alternative per Video oder Telefon angeboten. Auch dazu erhält man nähere Informationen bei der Anmeldung.</p>

TERMIN	REFERENTEN/THEMA	ORT	VERANSTALTER ANMELDUNG/AUSKUNFT
■ 24.7.2020 Freitag	Einzelgespräche Rolf Knoll: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung.	Görlitz Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.	Rolf Knoll, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Mitteldeutschland Anmeldung erforderlich bis <u>spätestens 17.7.2020</u> Tel./AB/Fax 03 75/5 67 98 40
■ 3.8.2020 Montag	Vortrag und Diskussion DGHS-Vizepräsident Prof. Robert Roßbruch: Aktuelles zur Freitodbegleitung/Suizidhilfe in Deutschland.	Nürnberg Humanistische Vereinigung Kinkelstr. 12 (OT Mögeldorf) Vom Hbf. mit der S 1 (Haltestelle Mögeldorf) oder Tram Nr. 5 (Haltestelle Lechnerstr.) 16.00 Uhr Achtung: Neuer Veranstaltungsort!	Reinhold Felscher Tel. 01 60/95 67 96 79 Peter Richter Tel. 09 11/8 17 99 61 Wegen der Corona-Unsicherheiten (Abstandsregeln etc.) bitten wir um Anmeldung der Teilnahme durch Anruf bei Reinhold Felscher oder Peter Richter.
■ 4.8.2020 11.8.2020 18.8.2020 25.8.2020 jeweils dienstags	Einzelgespräche Gerhard Rampp: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.	Augsburg Zentrum des Bundes für Geistesfreiheit Augsburg Haunstetter Str. 112 (direkt an der Straßenbahnhaltestelle „Sportanlage Süd“) 18.00-19.30 Uhr	Gerhard Rampp Tel. 01 76/41 73 09 38 Um Voranmeldung wird gebeten für den Fall, dass die Sprechstunde bereits belegt ist oder ausnahmsweise entfällt.
■ 5.8.2020 12.8.2020 jeweils mittwochs	Einzelgespräche Wigbert Rudolph: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.	Gießen Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.	Wigbert Rudolph Tel. 06 41/7 31 15 W.Rudolph@RWC-Advokat.de Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten.
■ 7.8.2020 Freitag	Einzelgespräch Rolf Knoll: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung.	Erfurt Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.	Rolf Knoll, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Mitteldeutschland Anmeldung erforderlich bis <u>spätestens 3.8.2020</u> Tel./AB/Fax 03 75/5 67 98 40
■ 12.8.2020 Mittwoch	Gesprächskreis Bernhard Weber: Aktuelle Neuigkeiten und Ausrichtung der DGHS. Der Gesprächskreis findet in drei Runden zu je 1 Stunde (60 Min.) mit max. 12 Personen pro Runde statt. Zzt. bleibt die Maskenpflicht im Raum bestehen.	Freiburg InterCity Hotel Bismarckallee 3 (im Bahnhofskomplex) Raum „Gleis 1“ 14.30 Uhr, 15.45 Uhr, 17.00 Uhr Bitte diese Zeiten genau einhalten und bei der Anmeldung angeben. Der Raum wird nur bestuhlt. Getränke werden nur in kleinen Flaschen angeboten. Die Abrechnung erfolgt anschließend an der Theke des Hotels.	Bernhard Weber, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Baden Tel.: 0 72 21/8 03 38 74 oder 0 15 22/7 21 03 06 bernhard.weber@dghs.de Verbindliche Anmeldung mit Namen und Anschrift erforderlich bis <u>spätestens 7.8.2020</u> . Nur mit Anmeldung ist die Teilnahme möglich. Bei Nichtmitgliedern werden die Daten innerhalb von 60 Tagen nach Anmeldung gelöscht. Der Raum wird nach jeder Stunde 15 Min. lang gereinigt und desinfiziert.
■ 13.8.2020 Donnerstag	Vortrag und Diskussion DGHS-Präsident Prof. Dr. Dr. h. c. Dieter Birnbacher: Die DGHS nach der Entscheidung des Bundesverfassungsgerichts zu § 217 StGB.	Düsseldorf Gerhart-Hauptmann-Haus Eichendorff-Saal Bismarckstr. 90 18.00 Uhr Achtung: Neuer Raum!	Gerhild Hotzel Tel. 0 21 02/84 82 10 gerhild_hotzel@web.de Eine Anmeldung mit Adresse und Tel. Nr. ist bis <u>spätestens 6.8.2020</u> erforderlich. Es gelten Abstandsgebote und Maskenpflicht.

TERMIN	REFERENTEN/THEMA	ORT	VERANSTALTER ANMELDUNG/AUSKUNFT
■ 28.8.2020 Freitag	Gesprächskreis Rolf Knoll: Wahrung des Selbstbestimmungsrechts – aktuelle Hilfsmöglichkeiten der DGHS.	Dresden Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.	Rolf Knoll, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Mitteldeutschland Anmeldung erforderlich bis <u>spätestens 21.8.2020</u> Tel./AB/Fax 03 75/5 67 98 40
■ 1.9.2020 8.9.2020 15.9.2020 22.9.2020 29.9.2020 jeweils dienstags	Einzelgespräche Gerhard Rapp: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.	Augsburg Zentrum des Bundes für Geistesfreiheit Augsburg Haunstetter Str. 112 (direkt an der Straßenbahnhaltestelle „Sportanlage Süd“) 18.00-19.30 Uhr	Gerhard Rapp Tel. 01 76/41 73 09 38 Um Voranmeldung wird gebeten für den Fall, dass die Sprechstunde bereits belegt ist oder ausnahmsweise entfällt.
■ 2.9.2020 9.9.2020 16.9.2020 23.9.2020 30.9.2020 jeweils mittwochs	Einzelgespräche Wigbert Rudolph: Die DGHS bietet die Möglichkeit zur persönlichen Beratung an den aufgeführten Terminen.	Gießen Informationen zum Veranstaltungsort und zur Uhrzeit erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.	Wigbert Rudolph Tel. 06 41/7 31 15 W.Rudolph@RWC-Advokat.de Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten.
■ 3.9.2020 Donnerstag	Impulsvortrag und Diskussion Karoline Dichtl: Soziale Aspekte der Patientenverfügung.	Stuttgart Restaurant Friedenau Rotenbergstr. 127 (U 9 Richtung Hedelfingen, Haltestelle „Raitelsberg“) 15.00 Uhr	Heiner Jestrabek, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Württemberg Tel. 0 73 21/4 28 49
■ 8.9.2020 Dienstag	Gesprächskreis Wie gestalte ich den letzten Lebensabschnitt? Bringen Sie Ihre Wünsche, Ideen, Erfahrungen und Fragen mit. Freier Gedankenaustausch.	Hamburg Bürgerhaus in Barmbek Lorichsstr. 28 a (Bus/Bahn: U + S Barmbek, dann Bus 7 oder 172 bis Hartzloh) 14.00 Uhr	Ingrid Glandt Tel.: 0 40/7 96 06 51 Bitte unbedingt fünf Tage zuvor Frau Glandt anrufen, ob der Gesprächskreis stattfindet (wegen Corona).
● 11.9.2020 Freitag	Fortbildungsveranstaltung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Tumorberatungsstellen und Kliniksozialdienste Sachsen u. a. mit Vortrag von DGHS-Vizepräsidentin Sonja Schmid: Selbstbestimmtes Sterben aus juristischer Sicht.	Bad Elster Paracelsus-Klinik am Schillergarten Martin-Andersen-Nexö-Str. 10 14.00 Uhr	Sächsische Krebsgesellschaft e. V. Tel. 03 75/28 14 03
■ 12.9.2020 Samstag	Vortrag und Diskussion DGHS-Vizepräsident Prof. Robert Roßbruch: Aktuelles zur Freitodbegleitung in Deutschland. Informationen, Fragen, Diskussion.	Bad Neuenahr Hotel Krupp Poststr. 4, Fußgängerzone 15.00 Uhr	Anmeldungen nur bei der DGHS-Geschäftsstelle Tel. 0 30/2 12 22 33 70 <u>bis spätestens 7.9.2020</u> , da begrenzte Platzzahl. Sonstige Rückfragen bei: Volker Leisten Tel. 0 24 49/20 71 13 v.leisten@t-online.de Klaus Vogt Tel. 0 26 33/20 04 56 rac@gmx.de
■ 12.9.2020 Samstag	Vortrag und Diskussion DGHS-Vizepräsidentin Sonja Schmid: Wahrung des Selbstbestimmungsrechts – aktuelle Hilfsmöglichkeiten der DGHS.	Leipzig Maternus Seniorenzentrum Dresdner Hof, Neumarkt 27 13.00 Uhr	Rolf Knoll, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Mitteldeutschland Anmeldung erforderlich bis <u>spätestens 8.9.2020</u> Tel./AB/Fax 03 75/5 67 98 40

Terminvorschau/Ausgewählte Veranstaltungen

TERMIN	REFERENTEN/THEMA	ORT	VERANSTALTER ANMELDUNG/AUSKUNFT
■ 17.10.2020 Samstag	Gesprächskreis Helmut Schäf: Diskussion über aktuelle Patientenrechte.	Mainz Hotel „Am Lerchenberg“ Hindemithstr. 5, Anfahrt über A60 + A63, Buslinien 54/68/70/71/91, Straßenbahn 51 + 53 + Mainzelbahn 15.00 Uhr	Helmut Schäf, Leiter der DGHS-Kontaktstelle Südwest Tel. 0 62 41/8 54 97 95 helmut.schaeaf@dghs.de Walter Steinmetz Tel. 0 67 31/71 08 waltersteinmetz@t-online.de Anmeldung erbeten.

Weitere Angebote

Halle (Saale): Ein Mitglied aus dieser Region organisiert gerne auf Wunsch ein Treffen für Mitglieder und Interessenten und freut sich über einen Gedankenaustausch mit Ihnen. Anfragen an die Geschäftsstelle in Berlin, Tel. 0 30/2 12 22 33 70.

Landshut: Interessenten an einem Treffen/Gesprächskreis können sich gerne bei Sigrid Blieninger-Schuster melden, Tel. 08 71/8 97 89.

Rhein-Main/Unterfranken: Möchten Sie mit Gleichgesinnten in Kontakt treten? Helga Liedtke von der DGHS-Kontaktstelle

Hessen organisiert gerne ein Treffen für Mitglieder und Interessenten. Anfragen unter Tel. 0 69/95 20 07 26.

Region Sachsen: Mitglieder, die an einem Gesprächskreis interessiert sind, melden sich bitte bei Rolf Knoll von der DGHS-Kontaktstelle Mitteldeutschland, Tel./Fax 03 75/5 67 98 40.

Ulm: Mitglieder oder Interessenten, die an einem Gesprächskreis oder an einer individuellen Beratung interessiert sind, melden sich bitte bei Renate Runge, Tel. 07 31/3 80 54 19.

Dialog unter Mitgliedern

Die DGHS möchte den direkten Kontakt unter Mitgliedern mehr fördern. Dazu können Sie in dieser Rubrik eine kostenlose Anzeige aufgeben. Bitte wenden Sie sich an die Geschäftsstelle unter Tel. 030/2 12 22 33 70. Antworten auf Chiffre-Anzeigen bitte an die DGHS-Geschäftsstelle, Postfach 64 01 43, 10047 Berlin unter Angabe des Chiffre-Wortes richten. Ihre Post wird entsprechend weitergeleitet.



1 Ein Mitglied (männl.), sucht Kontakt zu anderen Mitgliedern zwecks Bevollmächtigung auf Gegenseitigkeit bzw. nach einem/einer Bevollmächtigten aus dem Raum Altötting, Rottal-Inn, Passau, Mühldorf. Ich habe ein Auto und bin mobil. Meine Telefonnummer 0 86 77/6 38 41.

2 Mitglied (männl.), ist brieflich gern behilflich beim Entwurf und der Gliederung von Lebens-Er-

innerungen und persönlichen Berichten. Wenn sie nicht für immer verloren gehen, sind elterliche und großelterliche Lebens-Erinnerungen ein kostbares Geschenk für die Kinder und Enkel.
Chiffre: Erinnerung.

3 Ein Mitglied aus München (männl., 80), topfit, sucht Kameradin für gemeinsame Unternehmungen.
Chiffre: München

Für den Inhalt der Anzeigen ist der jeweilige Inserent verantwortlich.

So können Sie uns erreichen

Bitte wenden Sie sich bei Nachfragen an die Geschäftsstelle in Berlin, an unsere regionalen Kontaktstellen, an die ehrenamtlichen lokalen Ansprechpartner/-innen und natürlich an Ihre/n Bevollmächtigte/n.

Da uns zu den Geschäftszeiten (Mo.-Fr. 9.00-16.00 Uhr) sehr viele Anrufe erreichen, arbeiten wir weiterhin intensiv am Ausbau eines regionalen Netzes. Interessenten/innen für ein ehrenamtliches Engagement melden sich bitte in der DGHS-Geschäftsstelle in Berlin. Für persönliche Gespräche und Besuche in der Geschäftsstelle bitten wir um vorherige telefonische oder schriftliche Terminabsprache.

DGHS-Geschäftsstelle:

Postfach 64 01 43, 10047 Berlin
Tel. 0 30/2 12 22 33 70 (Tel.-Zentrale)
Fax 0 30/21 22 23 37 77
Kronenstr. 4, 10117 Berlin
(U-Bahn Stadtmitte)
info@dghs.de, www.dghs.de

ACHTUNG!

Die Kontaktstellen sind nicht für Verwaltungsaufgaben (z. B. Adressänderungen, Ein- und Austritte, Kontoänderungen etc.) zuständig. Hierfür bitte an die Geschäftsstelle in Berlin wenden.

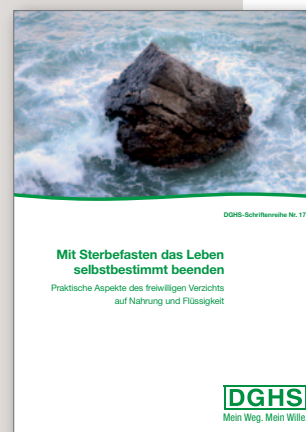
Kontaktstellen der DGHS:

- | | |
|--|--|
| ➔ Baden
Bernhard Weber
Tel. 0 72 21/8 03 38 74 | ➔ Nordrhein
Christine Hucke
Tel. 0 22 34/92 67 39 |
| ➔ Hessen
Helga Liedtke
Tel. 0 69/95 20 07 26 | ➔ Südwest
Helmut Schäf
Tel./Fax 0 62 41/8 54 97 95 |
| ➔ Mitteldeutschland
Rolf Knoll
Tel./Fax 03 75/5 67 98 40 | ➔ Thüringen/Franken
Siegfried R. Krebs
Tel. 0 36 43/90 07 44 |
| ➔ Norddeutschland
Werner Lehr
Tel. 0 48 46/6 01 41 21 | ➔ Württemberg
Heiner Jestrabek
Tel. 0 73 21/4 28 49
Fax 0 73 21/4 28 92 |

Neue Broschüre

DGHS-Broschüre zum Thema Sterbefasten

Das Interesse am Sterbefasten als einer Form des selbstbestimmten Sterbens bei schwerer Krankheit oder im hohen Alter hat sich in den letzten Jahren in Deutschland deutlich belebt. Dazu beigetragen hat sicherlich auch der 2015 eingeführte Strafrechtsparagraf § 217, der die „geschäftsmäßige“, d. h. auf Wiederholung angelegte Hilfe bei der Selbsttötung unter Strafe stellte und im Februar 2020 vom Bundesverfassungsgericht für nichtig erklärt worden ist. Vielen erschien (und erscheint weiterhin) das Sterbefasten als eine erwägenswerte Alternative zu einem selbstbestimmten Tod durch Suizid. Wir haben deshalb eine bereits vorliegende Sonderveröffentlichung zu diesem Thema gründlich überarbeitet und aktualisiert. Die 24-seitige Broschüre Nr. 17 „Mit Sterbefasten das Leben selbstbestimmt beenden. Praktische Aspekte des freiwilligen Verzichts auf Nahrung und Flüssigkeit“ ist kostenfrei bei der DGHS e.V., Kronenstr. 4, 10117 Berlin erhältlich. Um die Zusendung eines mit 1,55 Euro frankierten und an Sie selbst adressierten Rückumschlags (mind. A 5) wird gebeten. Als PDF ist die Broschüre auf der Homepage barrierefrei downloadbar: <https://www.dghs.de/wissen/publikationen.html>



Weiterhin erhältlich sind zurzeit Broschüren zu den Themen:

- ➔ Testament und Erbe (akt. Aufl. 2019)
- ➔ Wissenswertes für Bevollmächtigte und Betreuer
- ➔ Wissenswertes zur DGHS-Patientenverfügung
- ➔ Anspruch auf Palliativmedizin
- ➔ Wer wir sind (Angebote und Ziele der DGHS)

Ehrenamtliche lokale Ansprechpartner



In den nachfolgend genannten Städten sind für die DGHS ehrenamtliche lokale Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner tätig. Die oft aufopfernde und engagierte Mithilfe dieser vor Ort tätigen Mitglieder erfolgt ehrenamtlich. Wir bitten Sie, Ihre Anrufe zu den üblichen Tageszeiten vorzunehmen. Die entstehenden Kosten und Auslagen für Fahrten (Bus, Tram, U-Bahn etc.) bitte direkt erstatten. Damit Sie sich ein Bild über Ihre Gesprächspartner machen können, zeigen wir in jeder HLS-Ausgabe eine unserer Ansprechpartnerinnen oder einen Ansprechpartner, hier Ludwig Abeltshauser* aus Hamburg.

Ausdrücklich sei darauf hingewiesen, dass weder die DGHS noch die ehrenamtlichen lokalen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner suizidgeeignete Medikamente und Mittel vertreiben und/oder verkaufen.

- Alzey (Albig)**, Walter Steinmetz, Tel. 0 67 31/71 08
Augsburg, Gerhard Rampp, Tel. 01 76/41 73 09 38
Bad Breisig, Klaus Vogt, Tel. 0 26 33/20 04 56
Baden-Baden, Bernhard Weber, Tel. 0 72 21/8 03 38 74
Bad Wiessee, Gerhart Groß, Tel. 0 80 22/8 59 88 48
Bayreuth (Speichersdorf), Karin Brilla, Tel. 0 92 75/71 93
Berlin, Elke Peters, Tel. 0 30/4 13 24 23
Bonn, Gisela Dreyer, Tel. 02 28/23 11 32
Bremen, Renate Wegfahrt, Tel. 04 21/20 80 71 88
Dresden, Marion Bauroth, Tel. 03 51/27 69 27 79
Düsseldorf (Ratingen), Gerhild Hotzel, Tel. 0 21 02/84 82 10
Frankfurt/M., Helga Liedtke, Tel. 0 69/95 20 07 26
Freiburg (Ballrechten-Dottingen), Irmhild Koch, Tel. 0 76 34/50 75 80
Freimersheim (Pfalz), Ursula Bonnekoh, Tel. 01 76/75 88 56 35
Freudenstadt, Alfred Marte, Tel. 01 72/7 21 23 52
Geroldsgrün, Gerhard Reichelt, Tel. 0 92 88/82 12
Gießen, Wigbert Rudolph, Tel. 06 41/7 31 15 und 01 71/4 02 62 00
Greven (Münsterland), Dr. Margot Eilers, Tel. 0 15 73/4 19 22 83
Greven (Münsterland), Wolfgang Knoke, Tel. 01 62/8 28 28 72 und 0 25 71/5 75 99 59
Greven (Münsterland), Sven Lütke-Wiesmann, Tel. 0 25 71/5 87 06 83
***Hamburg**, Ludwig Abeltshauser, Tel. 0 40/41 54 98 47
Hamburg, Ingrid Glandt, Tel. 0 40/7 96 06 51
Hamburg (Reinbek), Dr. Ulrich Meyberg, Tel. 0 40/72 81 12 19
Hannover, Elke Neuendorf, Tel. 05 11/2 34 41 76
Heidenheim/Brenz, Heiner Jestrabek, Tel. 0 73 21/4 28 49
Heilbronn, Barbara Brunner, Tel. 0 71 31/8 31 15
Heppenheim, Siegfried Haupt, Tel. 0 62 52/31 75
Husum (Nordfriesland), Werner Lehr, Tel. 0 48 46/6 01 41 21
Ingolstadt (Wolnzach), Petra Pfeiffer, Tel. 0 84 42/6 79 64 56
Kevelaer (Niederrhein), Elisabeth Mastaler, Tel. 0 15 15/9 83 95 93
Kiel, Klaus Kühn, Tel. 04 31/37 38 16
Köln (Eifel), Volker Leisten, Tel. 0 24 49/20 71 13
Köln/Erftkreis, Kurt Baumann, Tel. 0 22 36/4 76 66
Köln/Rhein-Erftkreis, Christine Hucke, Tel. 0 22 34/92 67 39
Kronach, Suyin Kühlein, Tel. 0 92 61/53 09 95
Landshut, Sigrid Blieninger-Schuster, Tel. 08 71/8 97 89 und 01 60/98 17 32 05
Lüneburg, Ilse Köcher, Tel. 0 41 31/2 69 51 55
Lüneburg, Kirstin Linck, Tel. 0 41 31/40 73 35
Mönchengladbach, Ursula Dörrich, Tel. 0 21 61/4 67 21 98
Mönchengladbach, Rita Schumpe, Tel. 0 21 66/3 02 41
München, Georg Danes, Tel. 0 89/54 64 34 10
München, Angelika Reh, Tel. 01 76/53 24 89 07
Nürnberg, Reinhold Felscher, Tel. 01 60/95 67 96 79
Nürnberg, Peter Richter, Tel. 09 11/8 17 99 61
Oberursel, Gudrun Westphal, Tel. 0 61 71/2 10 37
Oerlinghausen (Bielefeld), Walter Warstatt, Tel. 0 52 02/9 78 04
Panketal (Brandenburg), Ingrid Hähner, Tel. 0 30/94 39 63 36
Sassenberg (Münsterland), Manfred Lötgering, Tel. 0 25 83/30 33 29
Schwabstedt (Nordfriesland), Gudrun Niemeyer, Tel. 01 70/4 02 39 66
Schwabstedt (Nordfriesland), Rolf Niemeyer, Tel. 01 51/12 33 64 30
Stuttgart, Thomas Heckel, Tel. 07 11/73 11 38
Ulm, Renate Runge, Tel. 07 31/3 80 54 19
Voerde, Horst-Dieter Giebing, Tel. 0 28 55/9 36 99 01
Weimar, Siegfried R. Krebs, Tel. 0 36 43/90 07 44
Wendlingen, Sonja Schmid, Tel. 0 70 24/5 57 88
Wiesloch (Heidelberg), Ursula Wessels, Tel. 0 62 22/5 24 77
Worms, Helmut Schäf, Tel. 0 62 41/8 54 97 95
Zwickau, Rolf Knoll, Tel. 03 75/5 67 98 40

Aus den Regionen

Berlin/Düsseldorf/Koblenz/Wendlingen und viele mehr Konferenzen im Corona-Modus

Das Auftakttreffen des neu gegründeten Arbeitskreises Freitodbegleitung hatte im März noch stattfinden können. Dann kam der Lockdown – keine Bahnreisen, keine Begegnungen. Ab sofort! Allein vom Lebensalter her gehören viele DGHS-Aktive zur Risikogruppe, der das Corona-Virus gefährlich werden kann.

Um turnusmäßige Sitzungen des Präsidiums und Strategieberatungen weiterhin durchführen zu können, schlägt die Stunde der Video-Konferenz. Anfangs noch etwas ungewohnt, zeigt diese Form der Kommunikation nun ihre Vorteile gegenüber einer rei-



Anfangs ungewohnt: eine Video-Konferenz von Ehrenamtlichen.

nen Telefon-Schaltung mit mehreren Teilnehmern. Man sieht die anderen Gesichter, jedes taktische Stirnrunzeln

erfüllt seinen Zweck und Bilder oder Grafiken sagen doch ohnehin mehr als tausend Worte. *Wega Wetzel*

Köln/Eifel

Die neue Freiheit nach Karlsruhe: Stimmungsbericht

Wenn dieser Beitrag erscheint, ist das Urteil des Bundesverfassungsgerichts zur Suizidhilfe bereits vier Monate alt. Zeit, um zu reflektieren, wie die Aufhebung des § 217 Strafgesetzbuch (StGB) mit dem Verbot der auf Wiederholung angelegten Hilfe zur Selbsttötung inzwischen verarbeitet wurde, speziell bei unseren DGHS-Mitgliedern. Mich, wie viele andere DGHS-Ansprechpartner, erreichten seitdem zahlreiche Anrufe und Mails. Ich hatte Gelegenheit, einige aufschlussreiche Gespräche mit Teilnehmern aus unseren Gesprächskreisen zu führen, mit denen ich seit Jahren, auch während meiner Zeit im Präsidium, einen regelmäßigen Gedankenaustausch pflege.

Neben der verständlichen Freude und Erleichterung wird die Auswirkung des Urteils viel weitreichender erlebt, als zunächst angenommen. Es wird als eine echte, neue Freiheit erlebt. Eine Freiheit, die höher bewertet wird, als die Zeit vor 2015, vor dem Inkrafttreten des § 217 StGB. Eine Freiheit, die nun erstmalig höchstrichterlich bestätigt ist und die eine umfassende

Selbstbestimmung zum Lebensende jetzt straffrei möglich macht. Ohne Angst und Panik kann nun jeder frei entscheiden zwischen allen zur Verfügung stehenden Optionen, angefangen bei der psycho-sozialen Sterbegleitung, über den Abbruch und/oder Verweigerung einer Therapie, über eine mögliche palliative Versorgung bis hin zur kompetenten Hilfe bei vorzeitiger Lebensbeendigung. Der Druck, im schlimmsten Fall und mit viel Aufwand in die Schweiz reisen zu müssen oder sich z. B. den Strapazen eines Sterbefastens auszusetzen, dieser Druck existiert nicht mehr. Angst und Panik, alles aushalten zu müssen bis zum Schluss, ist beherrschbar geworden. Der immer wieder geforderte Notausgang als „Ultima Ratio“ ist in erreichbare Nähe gerückt – nun auch bei uns in Deutschland. Das Angebot der DGHS als Patientenschutzorganisation, neutral und ergebnisoffen zu beraten und (im Rahmen der satzungsgemäßen Vorgaben) zu helfen, wurde in allen Gesprächen mit unseren Mitgliedern als höchst

wertvoll angesehen und wird in Zukunft sicher verstärkt genutzt werden.

Gleichzeitig kann man den Eindruck gewinnen, dass bei einigen der bekannten Hardliner in Politik und Kirche trotz allem ein vorsichtiges Umdenken beginnt. Der Bundestagspräsident Wolfgang Schäuble hat bereits davor gewarnt, dem Schutz des Lebens alles unterzuordnen. Kardinal Reinhard Marx, der ehemalige Vorsitzende der Deutschen Bischofskonferenz, plädiert in seinem gerade erschienen Buch „FREIHEIT“ für eine Neuorientierung der Kirche und im Rahmen dessen dafür, die Freiheit des Einzelnen zu respektieren. Der katholische Theologe und Kirchenkritiker Hans Küng hatte schon vor Jahren immer wieder postuliert, dass ihm das Leben zwar von Gott geschenkt worden sei, aber zugleich auch die Verantwortung dafür.

Das Urteil des BVerfG zielt in die gleiche Richtung und stärkt einmal mehr die Erwartung an eine neue Freiheit zur Selbstbestimmung – nicht nur am Lebensende. *Volker Leisten*

Berlin

Die DGHS im Jubiläumsjahr

In diesem Jahr feiert die DGHS ihr 40-jähriges Bestehen. Am 7. November 1980 hatte sich der Verein mit einer Handvoll Aktivisten in Nürnberg gegründet. Was ist nicht alles seitdem geschehen? Es lohnt ein Blick zurück und ein vorsichtiger in die Zukunft. Die Vorbereitungen für eine Festveranstaltung laufen seit Jahresbeginn. An der Einladungsliste wird gefeilt, der Festredner hat bereits zugesagt und die Musikanten putzen ihre Instrumente. Um alle aktuellen Mitglieder der DGHS einladen zu können, hätte wohl das Berliner Olympiastadion angemietet werden müssen. Ein (nicht ganz ernst gemeinter) Vorschlag, der den Schatzmeister nicht überzeugen konnte. Es soll aber im Spätherbst in

der Bundeshauptstadt Berlin, wo seit 2012 die Geschäftsstelle ihren Sitz hat, einen Empfang für geladene Gäste geben. Wenn, wenn, wenn ... die (Corona-) Bedingungen eine solche Veranstaltung in einem geschlossenen Raum zulassen.

Wohl kaum verhindern wird die aktuelle Virus-Pandemie den Druck einer Sonderpublikation, die das Wichtigste aus vier Jahrzehnten Einsatz für Selbstbestimmung bis zum Lebensende aufgreifen und Weggefährten zu Wort kommen lassen soll. Diese Drucksache wird spätestens zum Jahreswechsel für alle Interessierten zugänglich sein. Nähere Infos zur Bestellmöglichkeit folgen.

Wega Wetzel

Mainz/Saarbrücken

In Verbindung bleiben – aber wie?

Nach dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts befindet sich die DGHS im Umbruch. Wie sollen wir nur in diesen Zeiten mit unseren Mitgliedern in Kontakt bleiben, über Entwicklungen informieren, Meinungen austauschen?



Auch in Mainz sollen Mitglieder sich wieder treffen können.

Helmut Schäf, Kontaktstellenleiter Südwest und Ursula Bonnekoh, lokale ehrenamtliche Ansprechpartnerin (Freimersheim/Pfalz) diskutieren darüber am Telefon, bis die Köpfe rauchen. Normalerweise würde man das gemütlich bei einer Tasse Kaffee besprechen, aber Corona zwingt uns zu diesem Weg.

„Mir gefällt die Vorstellung nicht, mit Masken und in großen Abständen in

den Räumen zu sitzen, in denen wir uns bisher in Mainz, Saarbrücken, Mannheim und Neustadt getroffen haben“, sagt Helmut Schäf. „Ja, aber nur so ist es möglich, sich wieder persönlich zu treffen“, war die Antwort. Schließlich war die Idee geboren: alle Welt kommuniziert in Coronazeiten per Videokonferenz. Können wir nicht auch einen Gesprächskreis übers Internet durchführen?

Und was wollen unsere Mitglieder? Spontan wurde beschlossen, für die Gesprächskreise in Mainz und Saarbrücken probeweise eine Videokonferenz anzubieten. Gesagt, getan. Die Einladungen waren schnell per Mail verschickt. Am darauffolgenden Samstag, kurz vor 15 Uhr, saßen wir gespannt vor dem Bildschirm. Wer würde kommen? Schließlich waren wir zu viert und hatten ca. 50 Minuten lang eine gute Gesprächsrunde, zumal sich auch der Vizepräsident der DGHS, Prof. Robert Roßbruch, zugeschaltet hatte.

Gesprächskreis per Video

Das Ergebnis ist, dass wir die Diskussion unter den Mitgliedern wieder beleben wollen – gerne auch parallel auf unterschiedlichen Wegen. So wird es für das dritte Quartal in Mannheim und Neustadt an der Weinstraße ein Ange-

bot für einen Gesprächskreis geben. Allerdings in neuer Form. Es wird sowohl ein Treffen per Videokonferenz geben als auch ein Treffen vor Ort, bei dem alle Corona-Verordnungen und Sicherheitsbestimmungen eingehalten werden: kleine Gruppen, damit große Abstände eingehalten werden können, Masken, Belüftung durch geöffnete Fenster, keine Klimaanlage, Händedesinfektion. Wer dabei sein möchte, ist herzlich eingeladen, sich telefonisch oder per Mail anzumelden. Bei der Anmeldung findet die Einteilung in drei kleine Gruppen von 5 bis 7 Personen statt. An dem angekündigten Termin wird der Gesprächskreis dann um 14.00 Uhr, 15.15 Uhr und 16.30 Uhr am gewohnten Ort stattfinden. Jede Runde dauert 60 Minuten, gefolgt von 15 Minuten Pause, in der ein kontaktarmer Wechsel stattfinden kann.

Allen, die noch nicht an einem solchen Treffen teilnehmen möchten, wird eine Videokonferenz angeboten. Wer dabei sein möchte, bekommt bereits einige Tage vorher eine persönliche telefonische Hilfestellung. Wir zeigen Ihnen, wie Sie teilnehmen können. Versprochen, wir bringen jede/jeden, die/der bereit ist, ein bisschen Mühe zu investieren, in unsere Konferenz.

Ursula Bonnekoh



Das Leben beherrschen,

statt von der Blase beherrscht zu werden !



Natürliche Unterstützung für gesunden Harn-Blasentrakt!

Man geht davon aus, dass alleine in Deutschland für mehr als 12 Millionen Menschen ihre Blasenaktivität ein Thema ist. Leider ist die Tatsache, häufig zu „müssen“, für viele bis heute ein Tabuthema. Viele Betroffene schweigen aus Scham. Manche Menschen ziehen sich deshalb sogar zurück und schränken sich in ihrem täglichen Leben (Beruf, Familie, Besuche) ein.

Vor allem bei schwerem Heben, Niesen, Lachen oder Husten kann es zu plötzlichem Harnverlust kommen. Gerade bei Frauen spielt oft eine schwache Beckenbodenmuskulatur, z. B. infolge von Schwangerschaft und Entbindung, eine Rolle. Die Blasenmuskulatur sorgt dafür, dass sich die Blase zusammenzieht. Dadurch wird Urin ausgeschieden.

Dafür gibt es Unterstützung:

Die besonders kraftvollen Pflanzen-Extrakte aus dem Garten von Mutter Natur könnten auch Sie unterstützen, mit einer gesunden Blase jeden Tag Ihres Lebens zu genießen und unabhängig von häufigen Toilettengängen zu sein. Bei Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro ist es nicht ungewöhnlich, dass Sie schnell von der Qualität überzeugt sind.

Genießen Sie die Vorteile einer gesunden Blase

Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro enthält einen erstklassigen, 100 % wasserlöslichen Kürbiskern-Extrakt, der von Ihrem Körper optimal aufgenommen und verwertet werden kann. Die Kürbiskerne werden in einem speziellen Verfahren schonend verarbeitet und hochkonzentriert. Hierdurch wird Ihnen ein hochreiner und besonders kraftvoller Kürbiskern-Extrakt von höchster Qualität und langer Haltbarkeit garantiert.

Zudem enthält Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro hochwertige Keime der Soja-pflanze, welche besonders reich am kraftvollen Isoflavon Daidzein (Phytoöstrogen) ist. Phytoöstrogene fördern einen gesunden Hormonhaushalt und erzielen so eine normale Blasenfunktion.

Was Anwender sagen:

Die beiden Naturstoffe überzeugen die Fachwelt und begeisterte Anwender empfehlen es ihren Freunden.



„Ich hatte Angst im September beim Flug nach Gran Canaria, dass ich alle paar Minuten auf die Toilette müsste. Aber nix. Seitdem ich Blasen-Kraft Pro nehme geht es mir super.“

– Hermine Thaller, 4800 Attnang-Puchheim

Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro schenkt Ihnen jetzt natürliche Unterstützung für eine starke Blase und einen gesunden Harnfluss – dank der kraftvollen Kombination aus einem speziellen, wasserlöslichen Kürbiskern-Extrakt und einem hochwertigen Sojakeim-Extrakt.

Monatspackung Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro GRATIS GESCHENKT!

Damit auch Sie sich gründlich und 100 % risikofrei von diesem Bestseller überzeugen können, erhalten Sie eine Monatspackung Blasen-Kraft Pro im Wert von € 19,97 GRATIS geschenkt.

Vorteile für Schnellentschlossene!

- Sie überzeugen sich 30 Tage GRATIS
- Keine Verpflichtungen; kein Kleingedrucktes
- Nur € 5,90 Versand



GRATIS

Schicken Sie uns den Coupon zu oder rufen Sie uns gebührenfrei an unter:

0800-1 827 728!



Echte Natur, echte Gesundheit, echte Garantie

PFLICHTANGABE DATENSCHUTZHINWEIS: WIR VERARBEITEN IHRE PERSONENBEZOGENEN DATEN ZUR DURCHFÜHRUNG IHRER BESTELLUNG AUF DER GESETZLICHEN GRUNDLAGE VON ART. 6 ABS. 1 F DSGVO AUCH MIT HILFE VON DIENSTLEISTERN. WEITERE INFORMATIONEN ENTNEHMEN SIE UNSERER DATENSCHUTZERKLÄRUNG, DIE SIE JEDERZEIT AUF WWW.DRHITTICH.COM EINSEHEN ODER BEI UNS SCHRIFTLICH ANFORDERN KÖNNEN. SIE KÖNNEN DER VERWENDUNG IHRER DATEN MIT DER WIRKUNG FÜR DIE ZUKUNFT JEDERZEIT WIDERSPRECHEN. BITTE MITTEILUNG AN POSTANSCHRIFT DEUTSCHLAND, ABT. DATENSCHUTZ, POSTFACH 40 02 34, D-40242 DÜSSELDORF, ODER PER E-MAIL AN DATENSCHUTZ@DRHITTICH.COM

GRATIS Kennenlern-Coupon

JA! Dr. Hittich! Ich will mein GRATIS-Geschenk: eine Monatspackung Blasen-Kraft Pro mit 30 Kapseln zum Kennenlernen GRATIS geschenkt. Keine Verpflichtungen. Kein Kleingedrucktes. Nur € 5,90 Versand!

Meine Adresse:

Familienname: Straße:

Vorname: PLZ/Ort:

Einsenden an:
Dr. Hittich Gesundheits-Mittel, Postfach 40 02 34,
40242 Düsseldorf, Fax: 0800 - 3 103 236



Aktionsnummer: N01A0163G-10

Blick über die Grenzen

BELGIEN

Streit mit dem Vatikan

Weil sie die Anwendung aktiver Sterbehilfe nicht ausschließen, dürfen sich psychiatrische Kliniken des belgischen Zweigs der Gemeinschaft der „Broeders van Liefde“ (Brüder der Nächstenliebe) seit Ende März nicht mehr als „katholisch“ bezeichnen. Die vatikanische Glaubenskongregation habe dies entschieden, berichtet die belgische katholische Wochenzeitung „Tertio“. Der weltweite Generalobere des Ordens, Bruder René Stockman, habe dem Vorsitzenden der Organisation in Belgien die Verfügung bereits im April mitgeteilt.

Der Streit geht auf das Jahr 2017 zurück. Damals hatten die belgischen „Broeders van Liefde“ mitgeteilt, sie schlossen aktive Sterbehilfe für psychisch Kranke in ihren Kliniken künftig nicht mehr aus. In Belgien ist aktive Sterbehilfe seit 2002 unter bestimmten Bedingungen legal, auch für psychisch Kranke. Der Ordensobere Stockman, selbst ausgebildet in psychiatrischer Pflege, versuchte seit Ausbruch des Konflikts, die belgischen Ordenskliniken davon abzubringen.

Vaticannews.va, 9.5.2020

FRANKREICH

Keine Beatmung bei Covid-Patienten über 80

Welch verheerende Zustände in Deutschland bevorstehen könnten, wenn die Ausbreitung des Coronavirus nicht eingedämmt wird, zeigt ein Bericht des Deutschen Instituts für Katastrophenmedizin (DIFKM) auf, der der „Ärzte-Zeitung“ vorliegt. DIFKM-Mitarbeiter besuchten am 23. März das Uniklinikum in Straßburg und machten sich dort ein Bild von der Lage. Das Team fordert als Fazit ihres Besuchs „weitere konsequente Maßnahmen der Landesregierungen, der Krankenhäuser und der Rettungsdienste in Deutschland“, die unabdingbar seien. Sollte sich die Situation in Deutschland genauso wie derzeit im Elsass entwickeln, „ist eine optimale Vorbereitung von allerhöchster Dringlichkeit“, mahnen die DIFKM-Mitarbeiter in ihrem Bericht.

(...) Seit 21. März wird bei Patienten über 80 Jahren keine Beatmung mehr vorgenommen. Stattdessen werden diese Patienten mit Opiaten und Schlafmitteln beim Sterben begleitet. In Pflegeheimen gilt das Gleiche für beatmungspflichtige Patienten über 80 Jahren. Die Sterbebegleitung wird dort durch den Rettungsdienst übernommen.

Es sind entsprechende Vorgehensprotokolle erstellt worden. Das Vorgehen wird durch die Ethikkommission mit hoheitlichem Status verantwortet. Der Rettungsdienst, so heißt es im Bericht, hält Rücksprache in jedem Einzelfall und geht danach gemäß Vorgabe der Ethikkommission vor.

Die Beatmungsdauer im Krankenhaus betrage derzeit etwa 14 bis 21 Tage. Die Entwöhnung sei schwierig, bei kleinstem Hustenreiz nach Extubation sei sofortige Re-Intubation nötig.

Ärzte-Zeitung, 27.3.2020



NIEDERLANDE

Freispruch bestätigt

Das höchste niederländische Gericht hat festgestellt, dass die Einwilligung des Patienten in eine aktive Sterbehilfe auch für den Fall einer später eintretenden Demenz gilt. Voraussetzung ist, dass eine frühere Patientenverfügung im Zustand der Willensfähigkeit dies ausdrücklich regelt.

Die Richter gaben damit einer Ärztin recht, die einer schwer kranken Alzheimer-Patientin ein tödliches Präparat verabreicht hatte. Daraufhin hatten Kirchen sowie religiöse Organisationen protestiert und die Medizinerin angezeigt. Der sogenannte „Hohe Rat“ bestätigte nun einen früheren Freispruch durch das Landgericht. Die Niederlande hatten im April 2002 als damals erstes Land der Welt die „Tötung auf Verlangen“ legalisiert. 2019 beantragten 3 122 Personen die Verabreichung einer tödlichen Spritze.

Kölnische Rundschau, 22.4.2020

SCHWEIZ I

Schutz der Sterbebegleiter

Das Coronavirus trifft auch die Zürcher Sterbehilfeorganisation Exit. „Vorerst können bei Mitgliedern leider keine Begleitungen mehr durchgeführt werden“, stand auf der Website. Mediensprecher Jürg Wiler präzisiert auf Anfrage: „Nur medizinisch dringende Begleitungen, die sich nicht verschieben lassen, führen wir noch aus.“ Bereits geplante Begleitungen würden reduziert. Entsprechende Anfragen von kurzfristig angemeldeten Neumitgliedern können nicht berücksichtigt werden. Abklärungen hinsichtlich einer Begleitung wie das Begutachten der Unterlagen oder Rezepte seien jedoch möglich. Administration und telefonische Beratung liefen weiter.

Der Grund für die Einschränkung ist der Schutz der Sterbebegleiterinnen. Die Mehrheit der 44 Exit-Sterbebegleiter ist über 65 Jahre alt und gehört zur Risikogruppe. Exit nehme die Fürsorgepflicht als Arbeitgeber, also die Auflagen der Behörden während der Corona-Krise, ernst. Für die medizinisch dringenden Fälle sind derzeit nur jüngere Sterbehelfer unterwegs.

Tages-Anzeiger, 30.3.2020

SCHWEIZ II

Berufung abgelehnt

Pierre Beck ist in einem Berufungsprozess in Genf zu einer Geldstrafe auf Bewährung verurteilt worden. Der ehemalige Arzt und Vizepräsident der Sterbehilfeorganisation Exit Schweiz Romandie (Französische Schweiz) hatte einer gesunden 86-Jährigen geholfen, zusammen mit ihrem schwer kranken Mann zu sterben. Bei diesem Fall seien, so das Gericht nach einem Medienbericht, die geltenden Gesetze und Vorschriften zur Sterbehilfe nicht eingehalten worden. Die Verstorbene habe an keiner Krankheit gelitten und sich nicht am Ende ihres Lebens befunden.

Nau.ch, 30.4.2020

Stellungnahmen & Zuschriften

➔ Lob/Dank

Meine Frau verstarb anfangs des Monats – Demenz mit vermutlich hinzutretener Lungenentzündung. Die DGHS Patientenverfügung und die zusätzliche Demenzverfügung haben das Leiden verkürzt. *Dietherr F., per E-Mail*

Seit dem 1.3.2020 bin ich Mitglied bei Ihnen und habe mich in den letzten vier Wochen sehr intensiv mit der erhaltenen Patientenschutz- und Vorsorgemappe beschäftigt und nun nach vielen Gesprächen mit meinen Söhnen und einigen Telefonaten mit Ihrer Geschäftsstelle alle Dokumente ausgefüllt. Ich möchte hier erwähnen, wie wunderbar verständlich alles erklärt ist und die einzelnen Formulare bis ins Detail durchdacht sind. Ganz begeistert bin ich von dem Notfall-Ausweis und den Notfall-QR-Codes! Ich finde diese in unserer so digital vernetzten Welt sehr zeitgemäß und sie machen meiner Meinung nach im akuten Notfall das schnelle Ausfindigmachen eines Bevollmächtigten nicht erforderlich. *Renate H., Isny*

Anbei nun meine Mitgliedserklärung. Danke für Ihr Angebot des Sozial-Beitrages. Aber ich will den normalen Beitrag zahlen, dazu: seit ca. 60 Jahren bin ich Mitglied der CDU. Nun erlebe ich, wie auch von dieser Seite eher Widerstand gegen eine Erleichterung der Sterbehilfe-Gesetzgebung kommt. Also werde ich meine Mitgliedschaft dort kündigen und den jährlichen Mitgliedsbeitrag sparen und an die DGHS zahlen. Auch die Kirche stellt sich quer. Wenn oft zu mancher Katastrophe, z. B. jetzt Corona, gefragt wird: „Warum lässt Gott das zu?“ Heißt es, Gott lässt den Menschen ihren freien Willen! Und wie steht es dann mit dem Wunsch, sterben zu dürfen? Sie können meine Worte gerne veröffentlichen. In der Hoffnung auf Erfolg Ihrer Arbeit und dass die Bereitstellung von Natriumpentobarbital bald möglich sein wird. *Erika B., Waldkirch*

Wir erwarten mit Spannung, wann und wie das Urteil des Bundesverfassungsgerichts seinem Wortlaut und Sinn ent-



spannend umgesetzt wird. Als finanzielle Unterstützung überweisen Ihnen die Unterzeichner dieses Dankschreibens in den nächsten Tagen je 200,-€-Spende für Prozesskosten. *Heike und Jürgen V. und Dr. Bodo W., Hamburg*

In diesem Zusammenhang möchte ich mich gleich mal für die Arbeit des Vereins und dem Service bedanken: DANKE! Ich bin gerne dabei und habe auch schon Reklame geschoben, mit mäßigem Erfolg, leider. *Hanna K., Holzkirchen*

Sehr geehrte Frau Wiedenmann, ganz herzlich möchte ich mich bedanken für Ihr so nettes Schreiben! Ich habe mich gestern nochmals auf Ihrer Website umgeschaut und fand ganz super, dass Sie darin dieses so momentane Hauptthema so gut dargestellt haben. Sogar über Coronavirus hatte ich für meine Patientenverfügung gesucht. Ich habe es mir gleich für meine Unterlagen ausgedruckt und möchte Sie herzlich bitten, diese Seite vom 20.4.2020 „Ihre Patientenverfügung und Covid-19 ...“ zu meiner Patientenverfügung bei Ihnen hinzufügen. *Antje Sch., München*

Vielen Dank, dass Sie sich Gedanken um eine Ergänzung zur Patientenverfügung gemacht haben. Ich nehme Ihr Angebot gerne und schicke Ihnen meine Ergänzung zu meiner Patientenverfügung. Ich fühle mich bei Ihnen sehr aufgehoben und betreut und wünsche Ihnen alles Gute. Bleiben Sie gesund! *Andrea T., Marburg*

Ich bin sehr froh und dankbar, dass Sie stets informieren, wenn es Neues zu beachten gibt. *Uta F., Riedstadt*

Gleichzeitig ein großes Dankeschön für Ihre engagierte Arbeit. Dank Ihrer Zeitschrift und den Internetseiten, die ich mit echtem Interesse verfolge, darf ich mich aufgeklärt fühlen. Nichts anderes wünsche ich mir! Bei den vielen, teils verwirrenden Informationen von allen Seiten ist die DGHS für mich immer wieder am klarsten und verlässlichsten. Als im Februar das Urteil des BVF zum Recht auf selbstbestimmtes Sterben sowie Beratung in diesem Zusammenhang öffentlich wurde, saß ich allein applaudierend vor dem Fernseher. BRAVO Richter, BRAVO DGHS, dass Sie so unsere Bürgerrechte verteidigen!

Ursula Sch., München

Gut zu wissen, dass wesentliche Verfügungen nun bei Ihnen hinterlegt und abrufbar sind! Das gibt mir eine gewisse Ruhe beim Anwachsen der Altersbeschwerden, bei zunehmender Klärung von Grundüberzeugungen zu einem selbstbestimmten Lebensende.

Anne-Dorothea S., per E-Mail

Mich hat die neue Ausgabe sehr berührt, endlich hat sich auch – dank des Engagements einiger Mitglieder – gesetzlich was bewegt. Ich werde auch 200,-€ für Prozesskosten spenden, weil leider auch nach der Kippung des § 217 noch oft Prozesse geführt werden müssen.

Hedda P., Dießen

SCHREIBEN SIE UNS!

HLS-Leserbriefredaktion:
Postfach 64 01 43
10047 Berlin
Fax: 0 30/21 22 23 37 77
info@dghs.de
(bitte Namen und Wohnort angeben)

Leserbriefe sind, wie Anzeigen und namentlich gekennzeichnete Beiträge, nicht identisch mit der Meinung der Redaktion oder der DGHS. Die Redaktion behält sich die Entscheidung zum Abdruck bzw. Kürzungen von eingesandten Texten vor.

Blick in die Medien

➤ **Ärzte-Präsident Dr. Klaus Reinhardt im Interview**

Wir werden uns jetzt mit unserer Musterberufsordnung befassen müssen. Darin steht, dass der Arzt keine Hilfe zur Selbsttötung leisten darf. In einzelnen Landesärztekammern, etwa der meinigen in Westfalen-Lippe, ist das zum Teil etwas anders formuliert. So heißt es dort: Der Arzt soll nicht Hilfe zur Selbsttötung leisten. Das bedeutet, dass wir den individuellen Einzelfall durchaus zulassen, die Sterbehilfe aber nicht auf regelhaftes ärztliches Handeln ausgedehnt haben wollen. Ich finde, dass diese Kompromissformel eine weise Entscheidung war.

Gesundheitsminister Spahn weigert sich nach wie vor, Suizidwilligen den Erwerb todbringender Medikamente zu gestatten – obwohl das Bundesverwaltungsgericht das zuständige Bundesinstitut dazu verpflichtet hat. Ist das in Ordnung?

Ich teile hier Spahns Auffassung. Solange nicht gewährleistet ist, dass prozedural überprüft wird, ob der Suizidwunsch selbstbestimmt entstanden ist und nicht beispielsweise aus einer behandelbaren Depression heraus rührt, hätte ich mich als Minister in gleicher Weise verhalten. Wenn der Staat Suizidwilligen todbringende Medikamente überlässt, muss die Autonomie solcher Entscheidungen überprüfbar sein. Dazu braucht es ein Regelwerk.

Tagesspiegel, 18.3.2020

➤ **Nutzen und Schaden**

Der Palliativmediziner Matthias Thöns hat eine „sehr einseitige Ausrichtung auf die Intensivbehandlung“ von Patienten in der Coronakrise kritisiert. Er plädiert für eine bessere Aufklärung. Eine Intensivtherapie sei leidvoll und das Verhältnis zwischen Nutzen und Schaden stimme kaum.

Deutschlandfunk, 11.4.2020

➤ **„Nicht gegen ihren Willen behandeln“**

Weil viele dieser Patienten im Spital behandelt werden müssen, kommen die Gesundheitssysteme bei einem massen-



haften Anstieg der Infektionszahlen rasch an ihre Grenzen. In der Corona-Krise gilt es daher, die Übertragung des Virus auf die besonders gefährdeten Senioren und Chronischkranken zu verhindern. (...) Um in der jetzigen Situation die Intensivstationen nicht unnötig zu belasten, wäre es laut Pargger (Hans Pargger, Chefarzt der Intensivstation am Universitätsspital Basel) dringend nötig, dass sich alle älteren Personen Gedanken machen, ob sie im Ernstfall künstlich beatmet und intensivmedizinisch behandelt werden möchten oder nicht. „Idealerweise haben wir bei schwerkranken Patienten eine Patientenverfügung“, sagt der Arzt. Auch gut informierte Angehörige seien hilfreich. „Wir wollen schließlich die Patienten nicht gegen ihren Willen behandeln.“

Neue Zürcher Zeitung, 20.3.2020

➤ **Wer wird beatmet?**

Bei Covid-19-Kranken gehen die Ärzte nicht anders vor als bei anderen Patienten mit akutem Lungenversagen, sagt Oberarzt Altiok auf der Aachener Intensivstation 18: „Wenn sich abzeichnet, dass das zuvor vereinbarte Therapieziel nicht länger erreichbar ist, dann ändern wir es in Absprache mit den Angehörigen – auch ein sanfter Tod darf als Ziel gelten. Unter strengen Schutzmaßnahmen können dann die Nächsten Abschied nehmen, und ein Priester vollzieht, wenn dies gewünscht ist, die Salbung. Die Ärzte haben gelernt, dass auch ein harmonisches Sterben als erfolgreich beendete Therapie betrachtet werden kann.“

Der Spiegel, 4.4.2020

➤ **Meist hochaltrige Menschen**

Die Politik hat jetzt eine sehr einseitige Ausrichtung auf die Intensivbehandlung,

auf das Kaufen neuer Beatmungsgeräte, auf Ausloben von Intensivbetten. Und wir müssen ja bedenken, dass es sich bei den schwer erkrankten COVID-19-Betroffenen, so nennt man ja die Erkrankung, meistens um hochaltrige, vielfach erkrankte Menschen handelt, 40 Prozent von denen kommen schwerstpflegebedürftig aus Pflegeheimen, und in Italien sind von 2 003 Todesfällen nur drei Patienten ohne schwere Vorerkrankungen gewesen. Also es ist eine Gruppe, die üblicherweise und bislang immer mehr Palliativmedizin bekommen hat als Intensivmedizin, und jetzt wird so eine neue Erkrankung diagnostiziert und da macht man aus diesen ganzen Patienten Intensivpatienten. *Dr. Matthias Thöns im Deutschlandfunk, 11.4.2020*

➤ **Erinnerung (1910-2004)**

Sie war eine engagierte und streitbare Frau, klagte gegen das Magazin „Stern“ wegen sexistischer Darstellungen auf den Titelblättern und engagierte sich für die „Gesellschaft für Humanes Sterben“. Im Alter von 94 Jahren starb Inge Meysel in ihrer Villa bei Hamburg.

ndr-Info, 30.5.2020

➤ **Keine Anträge bewilligt**

Die Bundesregierung hat trotz des Karlsruher Urteils zum Recht auf selbstbestimmtes Sterben bisher keine Anträge auf tödliche Medikamente bewilligt. Das geht aus der Antwort der Regierung auf eine Kleine Anfrage der FDP-Fraktion hervor.

Rheinische Post, 30.5.2020

➤ **Selbstbestimmt sterben**

„Als ehrenamtlicher Ansprechpartner der DGHS erhalte ich Anrufe verzweifelter Menschen – nicht nur in Sachen Corona, aber auch. Bei Covid-19 geht es speziell um das Thema künstliche Beatmung. In den Patientenverfügungen der DGHS wird in der Regel künstliche Beatmung ausgeschlossen. Das gilt allerdings nur für unheilbare Krankheiten. Covid-19 aber ist heilbar. Daher hat die DGHS ein Zusatzblatt entworfen.“

Walter Steinmetz in der Allgemeinen Zeitung Alzey, 10.6.2020

AUSSTELLUNGS-TIPPS

Dortmund

Pia sagt Lebewohl. Eine Ausstellung über die Arbeit mit Tod und Trauer.

Auf einem interaktiven Rundgang wird die Geschichte der 17-jährigen Pia erzählt, die erstmals einen geliebten Menschen, ihre Oma, verliert.

❖ DASA Arbeitswelt Ausstellung, Friedrich-Henkel-Weg 1-25, www.dasa-dortmund.de Mo.-Fr. 9.00-17.00 Uhr, Sa., So. 10.00-18.00 Uhr, bis 9.8.2020.



Kunsthalle, die sich mit Tabu- und Grenzthemen auseinandersetzt.

❖ Hamburger Kunsthalle, Glockengießer Wall 5, www.hamburger-kunsthalle.de Di.-So. 10.00-18.00 Uhr, Do. 10.00-21.00 Uhr, Do. an/vor Feiertagen 10.00-18.00 Uhr, Mo. geschl., bis 2.8.2020.

Kassel (1)

Dauerausstellung in zwei Abteilungen: 1. Sterben, Tod, Bestattung sowie 2. Friedhof und Grabmal. Die Ausstellung wurde erweitert um das inzwischen auch in Deutschland heimische multikulturelle Bestattungswesen. In diesem Teil wird über die verschiedenen Religionen und ihre Bestattungsriten informiert.

❖ Museum für Sepulkralkultur, Weinbergstr. 25-27, www.sepulkralmuseum.de, Di., Do.-So. 10.00-17.00 Uhr, Mi. 10.00-20.00 Uhr, Mo. geschl.

Kassel (2)

Marco di Carlo. Zernetzung. Der Bildhauer Marco di Carlo durchzieht mit seiner Ausstellung das Museum mit Strukturen aus Kabeln und Objekten. Aus der entwicklungsgeschichtlichen Perspektive gesehen sind Leben und Tod keine unterschiedlichen Zustän-



de mehr: Leben besteht vielmehr aus unzähligen Prozessen der Vernetzung und Zersetzung von Molekülen.

❖ Museum für Sepulkralkultur, Weinbergstr. 25-27, www.sepulkralmuseum.de Di., Do.-So. 10.00-17.00 Uhr, Mi. 10.00-20.00 Uhr, Mo. geschl., bis 6.9.2020.

Wien (Österreich)

Dauerausstellung „Alles über die ‚schöne Leich‘“.

❖ Bestattungsmuseum am Wiener Zentralfriedhof, Unter der Aufbahrungshalle 2, nächster Eingang über Tor 2, Simmeringer Hauptstraße 234, www.bestattungsmuseum.at Mo.-Fr. 9.00-16.30 Uhr, Sa. 10.00-17.30 Uhr.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Dresden

Dauerausstellung in sieben Themenräumen: Der Mensch (Der gläserne Mensch, Leben und Sterben, Essen und Trinken, Sexualität, Erinnern – Denken – Lernen, Bewegung, Schönheit, Haut und Haar).

❖ Deutsches Hygiene-Museum Dresden, Lingnerplatz 1, www.dhmd.de Di.-So., Feiertage 10.00-18.00 Uhr, Mo. geschl. (Ausnahme: wenn auf den Montag ein Feiertag fällt).

Hamburg

Trauern. Von Verlust und Veränderung. Dies ist nach 2013 und 2017 die dritte Ausstellung der Hamburger

Bilder: DASA Dortmund, Sepulkralmuseum

Für Sie gelesen

Schnoddrig und schonungslos

Wann ist der richtige Zeitpunkt? Ab wann ist man alt? Ab welchem Alter sollte man planen, wie man „im Alter“ leben will? Die Berlinerin Janine Berg-Peer kennt kein Pardon. Sie hat sich beherzt alle Facetten der letzten Jahre vorgenommen und für sich selber durchexerziert. Wie will sie wohnen? Sie besucht Altersheime und Wohngemeinschaften und entscheidet sich schließlich für das Beibehalten der gewohnten Wohnung und nimmt einige Veränderungen vor. Welche Hilfsmittel braucht sie, wenn

nicht mehr alle Körperteile so funktionieren wie sie sollen? Die Autorin unternimmt eine Odyssee durch Arztpraxen und Antragsformulare.

Was sollte man den Kindern rechtzeitig mitteilen, solange man dazu noch in der Lage ist? Janine Berg-Peer schrieb in einem vergnüglich zu lesenden Taschenbuch alles auf, was ihr zum Thema Äl-



terwerden eingefallen ist. Das tat sie in einem schnoddrig-schonungslosen Tonfall, die Berliner Schnauze ist trotz ihrer Auslandsaufenthalte unüberhörbar. Herausgekommen ist kein klassischer Ratgeber, aber doch eine Lektüre, die mit sehr praktischen Ratschlägen einhergeht. Und wer sie befolgt und „früher plant“, so etwa ab 60, ist in der Tat noch lange nicht tot.

Wega Wetzel

Berg-Peer, Janine: Wer früher plant, ist nicht gleich tot. Goldmann Verlag, München 2020, ISBN 978-3-442-14240-8, € 12,00.

Eine gute Handreichung

Was tun, wenn die eigenen Eltern pflegebedürftig, gar dement, werden, wenn deren Lebensende unmittelbar bevorsteht? Wie kann man ihnen und sich selbst einen Abschied in Würde gewährleisten? Um diese und andere damit zusammenhängende Fragen geht es in einem Leitfaden „Die Eltern im Alter begleiten“. Dieser versammelt in fünf Kapiteln Beiträge von 24 SPIEGEL-Autoren, 18 Frauen und sechs Männer.



Die Beiträge sind einerseits berührende Erlebnisberichte bzw. Fallbeispiele von Betroffenen, den Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen, wie auch von Pflegern bzw. Interviews mit diesen. Obwohl die praktische Pflege und das Pflegerecht im Mittelpunkt stehen, wird erfreulicherweise die Frage nach der Sterbehilfe nicht verschämt ausgeklammert.

Breiten Raum nehmen Informationen über die wichtigsten Dokumente zur individuellen Vorsorge ein – von der Patientenverfügung über die Vorsorge- und Betreuungsvollmacht bis hin zum Testament. Gerade dieser Teil, das Kapitel V „Dossier“, erweist sich als eine gute und für jeden verständliche Handreichung, als Leitfaden für eine wirklich gute humane Pflege. Letztlich für ein gutes Leben für alle, die so oder so mit Pflege zu tun haben. Ein wichtiger Kapitel-Abschnitt ist daher zu Recht überschrieben mit „Besser vorsorgen als nachhärtern“ (S. 240 ff.).

Die auf die Betroffenen und ihre Familien zukommenden Probleme emotionaler, organisatorischer, juristischer und nicht zuletzt finanzieller Art werden einfühlsam und sachkundig angesprochen. Und es werden mögliche Lösungen aufgezeigt. Lobenswert ist, dass es auch um die selten ausgesprochene Frage geht, wie man eine osteuropäische Hilfskraft legal und menschenwürdig einstellt.

Für HLS-Leser sicherlich von besonderem Interesse, neben dem Dossier, dürfte das Kapitel III „Letzte Hilfe“ sein. Im Abschnitt „Besuch von Dr. Tod“ (S. 167 ff.) findet sich per Porträt eines anonymisierten Sterbehelfers ein Plädoyer dafür, ehrlicher über das Sterben „durch fremde Hand“ zu reden.

Ergänzt wird das durch Tipps zur Sterbebegleitung sowie eine kurze Geschichte des Bestattens. Endlich einmal ein Ratgeber, mit dem man auch etwas anfangen kann.

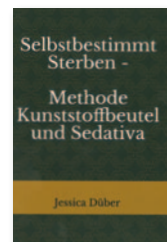
Das einzig Bedauerliche ist jedoch, dass die Herausgeber zwar auf die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin oder sogar die Verbraucherzentralen verweisen, wenn es um notwendige Dokumente geht, mit keinem Wort aber die DGHS erwähnen.

Siegfried R. Krebs

Deggerich, Markus/Weingarten, Susanne (Hrsg.): Die Eltern im Alter begleiten. Deutsche Verlagsanstalt, München 2019, ISBN 978-3-421-04848-6, € 20,00.

Überflüssige Handreichung?

Unter dem Titel „Überfällige Handreichung“ wurden in der HLS 2020-1 auf S. 29 zwei Ergänzungen zu dem Buch „Selbstbestimmt sterben – Handreichung für einen rationalen Suizid“ (vgl. HLS 2018-3) vorgestellt. Der damalige Rezensent wünschte sich, dass diese Handreichungen „bald auch für andere Methoden ihre Fortsetzung finden“. Diesem Wunsch ist Jessica Düber prompt nachgekommen: Sie legt zwei schmale Bändchen (28 bzw. 39 Seiten) vor, in denen sie auf weitere Methoden eingeht, wie ein Suizid rational geplant und durchgeführt werden kann. Beide Methoden sind nicht neu: Die Methode der Kombination eines so genannten „Exit Bags“ (Kunststoffhülle) mit Schlafmitteln wurde bereits in den



90er Jahren von Chris Docker in dem Buch „Departing Drugs“ (deutsch: „Selbsterlösung durch Medikamente“; vergriffen) ausführlich vorgestellt. Diese Methode wird von manchen Menschen aus psychologischen oder ästhetischen Gründen abgelehnt, sie bietet jedoch den Vorteil, dass die dazu benötigten Mittel und Medikamente relativ einfach zu beschaffen sind. Ob die Carotis-Methode, die im Prinzip auf einer Selbststrangulation beruht, den Ansprüchen an ein friedliches und würdiges Sterben genügt, mag jeder selbst beurteilen. Die Rezensentin wurde durch die Beschreibung dieser Methode eher abgeschreckt. Beide Methoden werden von der Autorin selbst „als eine Art Notfallplan“ betrachtet, wenn andere Methoden nicht zur Verfügung stehen oder die Beschaffung der dazu benötigten Mittel zu langwierig erscheint. Es bleiben jedoch Zweifel, ob allein die Möglichkeit, sich mittels dieser Büchlein auf theoretischer Basis mit den Vor- und Nachteilen einer Methode zu beschäftigen, wie die Autorin schreibt, den angesichts des schmalen Umfangs doch recht stattlichen Preis von ca. zehn Euro pro Buch zu rechtfertigen vermag.

Claudia Wiedenmann

Düber, Jessica: Selbstbestimmt sterben – Handreichung für einen rationalen Suizid. Methode Kunststoffbeutel und Sedativa. Amazon 2020, ISBN 9798630928054, € 10,70.

Düber, Jessica: Selbstbestimmt sterben – Handreichung für einen rationalen Suizid. Die Carotis-Methode. Amazon 2020, ISBN 9798601902151, € 9,95.



Die Entschleunigung durch Corona hatte auch ihr Gutes: Wir kamen mehr zum Lesen.

... auf zu neuen Ufern



Bild: Daniela Lehr

Werner Lehr,
stv. Schatzmeister.

Liebe Mitglieder,

große Ereignisse werfen ihren Schatten voraus. Wir – unsere Gesellschaft für Humanes Sterben – können endlich das verwirklichen, was in unserem Namen steht: Humanes Sterben. Nach dem wegweisenden Urteil des Bundesverfassungsgerichtes können wir ein neues Projekt in Angriff nehmen und für unsere Mitglieder eine Freitodbegleitung vermitteln. Für eine solche Begleitung fallen natürlich auch Kosten an, die grundsätzlich von den Betroffenen selbst zu zahlen sind. Für diejenigen unserer Mitglieder, die diese Kosten nicht tragen können, richten wir einen spendenfinanzierten Fonds ein, aus dem diesen Mitgliedern geholfen werden kann.

Die DGHS bietet derzeit selbst keine Freitodbegleitung an. Trotzdem sind für eine Vermittlung umfangreiche organisatorische und personelle Maßnahmen zu treffen, wir brauchen neue Mitarbeiter/innen. Die ersten Gespräche haben bereits stattgefunden und wir sind auf einem guten Weg. Diese Umbruchphase, in der sich die DGHS derzeit befindet, insbesondere auch im Hinblick auf die Suizidversuchs-Präventionsberatung (vgl. HLS 2020-2, S. 7 und 21), ist mit teilweise erheblichen Kosten verbunden. Wenn Sie uns helfen könnten, diese Kosten zu schultern, sind wir für Ihre Spenden sehr dankbar.

Lasst uns stolz sein auf das, was wir jetzt verwirklichen können. Tragen Sie diesen Stolz hinaus in Ihre Familien und Ihren Bekanntenkreis. Noch nie gab es so viele gute Gründe, in unserer Gemeinschaft Mitglied zu werden und die Gesellschaft durch eine Spende zu unterstützen.

„... und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben...“ (Hermann Hesse, Lebensstufen).

Kommen Sie mit, lassen Sie sich verzaubern.

Herzlichst

Ihr Werner Lehr

Bitte hier abtrennen und in einem frankierten Umschlag schicken an: DGHS e. V., Postfach 64 01 43, 10047 Berlin

Mitgliedserklärung in Verbindung mit der jeweils gültigen Satzung

Bitte deutlich in Druckbuchstaben schreiben! Bei Mitgliedschaft für Ehepaare ist von jedem/r Partner/in eine Mitgliedserklärung auszufüllen! Zutreffendes bitte ankreuzen und ausfüllen.

Jahres-Beitrag: € _____
(€ 50,- Mindestbeitrag im Jahr, für Ehepaare je € 45,-)

Förderplus-Beitrag: € _____
(€ 100,- im Jahr)

Sympathie-Beitrag: € _____
(€ 65,- im Jahr)

Freie-Wahl-Beitrag: € _____
(€-Betrag mehr als 100,-, frei wählbar)

Name

Vorname

Straße

PLZ, Wohnort

Telefon

geboren am

Familienstand

Beruf

Ich erkläre, im Vollbesitz meiner geistigen Kräfte zu sein und die Zielsetzung der DGHS zu bejahen.

Einverständniserklärung zur Datenweitergabe: Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten zu Zwecken der gegenseitigen Kontaktaufnahme an andere Mitglieder weitergegeben werden dürfen. Sie können Ihr Einverständnis für die Zukunft jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen.

Bitte ankreuzen: ja nein

Ort, Datum

Unterschrift

Leistungen der DGHS

- ➔ Rechtssichere DGHS-Patientenverfügung, Rechtsschutz auf Durchsetzung
- ➔ Betreuungsverfügung, Vorsorgedokumente und Vorsorgevollmachten
- ➔ Kostenlose Hinterlegung Ihrer Dokumente in unserer Zentrale für Patientenverfügung
- ➔ Notfall-Ausweis und Notfall-QR-Code zum Abruf Ihrer Verfügungen weltweit und rund um die Uhr
- ➔ Wohnortnahe Beratung durch ehrenamtliche Ansprechpartner/innen
- ➔ Unterstützung bei der Suche nach Bevollmächtigten zur Durchsetzung Ihrer Verfügungen, Bevollmächtigten-Börse
- ➔ Telefondienst gegen unbemerktes Sterben
- ➔ Expertentelefon
- ➔ Aktuelle Informationen: vierteljährliche Verbandszeitschrift „Humanes Leben – Humanes Sterben“, elektronischer Newsletter, Broschüren, Homepage www.dghs.de

Wir freuen uns über Spenden!

Dafür können Sie die Überweisungsträger in diesem Heft benutzen oder direkt auf unserer Homepage online spenden.

Sie können uns auch unterstützen, indem Sie uns Ihre Zeit und Ihr Engagement schenken. Werden Sie ehrenamtliche Ansprechpartnerin oder ehrenamtlicher Ansprechpartner oder übernehmen Sie eine Bevollmächtigung! Sie werden von uns geschult und bei Ihrer Tätigkeit unterstützt. Unsere Mitglieder sind dankbar für wohnortnahe Beratung und Betreuung. Dafür erreichen Sie uns direkt in der DGHS-Geschäftsstelle unter **0 30/2 12 22 33 70**.

Vielen Dank! Ihre DGHS

Ich habe ein neues Mitglied für die DGHS gewinnen können!

Ich wünsche die nachstehend angekreuzte Prämie:

- Ich spende die Geldprämie in Höhe von 20 Euro an die DGHS.
- Bitte überweisen Sie mir die Geldprämie in Höhe von 20 Euro auf mein Konto.
- Die Prämie erhalten Sie nach Eingang der ersten Beitragszahlung durch das neue Mitglied.

Bitte deutlich lesbar in Blockschrift ausfüllen.



Mitglieder des Präsidiums, Angestellte der DGHS, ehrenamtliche lokale Ansprechpartner/innen sowie Delegierte dürfen keine Werbepremien in Anspruch nehmen.

IBAN

BIC

Bank

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Mitgliedsnummer

Unterschrift

Hoffen auf den Neuanfang

Geschichten vom Umgang mit Abschieden und dem, was nach der Trauer kommt

VON BRIGITTE SATTELBERGER

Zum Leben gehört untrennbar der Tod. So musste es auch die Autorin Brigitte Sattelberger aus Saarbrücken schmerzlich erfahren. Erst mit den Eltern, später verlor sie den Ehemann und damit einen wesentlichen Teil ihres eigenen Seins. In dieser Situation begann sie das niederzuschreiben, was sie bewegte. Für Menschen in gleichen Situationen mag es ähnlich sein und so teilt das langjährige DGHS-Mitglied ihre Gedanken und schreibt sich ihr Leid gleichsam von der Seele.



Kleine Wunder

Wir alle wissen, dass für jeden Menschen einmal die Stunde des Abschieds von diesem Erdendasein naht. Trotzdem schieben wir den Gedanken daran weit von uns. Im Gegensatz zu den Naturvölkern ist in unserer Zivilisation das Werden, Gedeihen und Vergehen nicht mehr miteinander in Einklang zu bringen. Es zählen Jugend, Schönheit, Macht und Geld. Der Tod wird zum Tabu-Thema, denn wer beschäftigt sich schon gern mit diesem Gevatter. Und dann steht er plötzlich da, verlangt unsere Aufmerksamkeit und will akzeptiert werden.

Ich verlor innerhalb kürzester Zeit zwei meiner Lieben: Meine Mutter verließ diese Welt zu Weihnachten, ein Zeitpunkt, der den Verlust besonders schmerzhaft machte. Mein Vater starb drei Jahre später, kurz nach Silvester.

Für meine Mutter bedeutete der Tod nach vierjährigem Krankenlager eine Erlösung von ihren Leiden. Der Friede

war ihr zu gönnen. Trotzdem wollte und konnte ich mich mit ihrem Verlust nicht abfinden. Ich hatte ihr noch so viel zu sagen, sie noch so viel zu fragen. Und nun stand dieses Nie mehr wie eine unüberwindliche Felswand zwischen uns.

Im Alltag, vor allem im Berufsleben, ließ ich mir davon so gut wie nichts anmerken. Aber des Nachts wollten meine Tränen einfach nicht versiegen. Zwei Wochen waren bereits seit dem Tod meiner Mutter vergangen. Ich lag wie so oft wach im Bett, starrte in die Dunkelheit des Zimmers und fragte mich, ob es ihr dort, wo ihre Seele nun weilte, auch gut gehe. Tränen begannen erneut zu rinnen. Ich wollte gerade nach dem Taschentuch greifen, als ich in der Bewegung wie erstarrt innehielt.

Was war das? Ein kleiner heller Punkt – einem Glühwürmchen ähnlich – bewegte sich langsam auf mich zu. Litt ich unter Halluzinationen? Wir schrieben erst Januar, eine Jahreszeit, in der es

ganz sicher keine Glühwürmchen gibt!

Ich schloss die Augen, öffnete sie vorsichtig und dieses helle Pünktchen schwebte nun direkt vor mir über meinem Bett, dann seitwärts. Ich wagte kaum zu atmen, schaute gebannt auf den schwebenden Lichtpunkt ... so lange, bis er verschwand. Gern hätte ich mit einer Vertrauten über diese seltsame Wahrnehmung gesprochen, aber die Angst, man könne mich für verrückt halten, hielt mich davon ab.

Das Geschehnis wiederholte sich nunmehr mehrere Nächte hintereinander, und an manchen Abenden konnte ich es daher kaum erwarten, in mein Bett zu gehen. Dieser kleine, helle Lichtpunkt wirkte faszinierend und zugleich beruhigend auf mich. Verfolgte ich diesen Lichtpunkt in den ersten Nächten nur mit meinen Blicken, so wurde ich langsam mutiger. Leise führte ich ein Gespräch mit ihm, wohl wissend, ohne Antwort zu bleiben. Dafür blieb das Gefühl

der Verbundenheit, gerade als würde ich mit meiner Mutter sprechen. Löste sich der Lichtpunkt plötzlich im Nichts auf, überkam mich große Traurigkeit.

In einer Nacht musste ich wohl besonders viele Tränen vergossen haben; meine Augen waren am Morgen gerötet und die Lider geschwollen. Ich sah zum Steinerweichen aus, als ich mich im Spiegel betrachtete. Das bemerkte auch eine ältere Bekannte, mit der ich oft ein paar Worte wechselte, wenn ich mich auf dem Weg ins Büro befand. An diesem Tag berichtete ich ihr vom Tod meiner Mutter. Sie schaute mich lange und, wie es mir schien, ziemlich durchdringend an, bevor sie sagte:

„Es ist dein gutes Recht, um einen geliebten Menschen zu trauern und zu weinen. Aber lerne gleichzeitig loszulassen. Vergiss nie, die Seele der Verstorbenen möchte davonfliegen, sich aufmachen in ihr nun künftiges, das Schattenreich. Mit zu vielen und zu lange vergossenen Tränen aber fesselst du sie an das Erdendasein.“

Voller Unverständnis schaute ich die Frau an und sie fuhr fort: „Du musst es dir folgendermaßen vorstellen: Jede um sie vergossene Träne fällt wie eine Perle in einen Krug, den diese Seele tragen muss. Je weiter sich der Krug füllt, desto schwerer wird er. Am Ende nimmt er ihr jegliche Kraft, sich von der Erden schwere zu befreien, sich loszulösen. Willst du das? So egoistisch kannst du nicht sein, nur weil du mit deinem Schmerz, deiner Trauer nicht zurechtkommst! Für mich heißt lieben, den anderen sein zu lassen. Schenke ihr – also dieser Seele – die Freiheit, und du darfst sicher sein, sie wird es dir danken. Bist du in Not, wird sie dich beschützen, dich auf deinen Wegen begleiten, dich nie verlassen.“

Ich dachte nicht nur an diesem Tag, sondern auch später oft über die Worte der Frau nach, und ich nahm mir vor, ihren Sinn zu beherzigen. Die Nacht brach an. Die erste Nacht, in der ich in Liebe an meine Mutter dachte, ohne dass eine Träne floss, ich aber auch vergebens auf den hellen Lichtpunkt in meinem Zimmer wartete. Er kam übrigens nie mehr!

In meinen Überlegungen gelangte ich zu der Gewissheit, dass es zwischen Himmel und Erde Dinge gibt, die sich mit logischem Verstand einfach nicht

erklären lassen: das uns Fremde. Ich, für meinen Teil, betrachte sie als kleine Wunder.

Beistand

In guten Zeiten ist es leicht, mit Worten Beistand zu leisten, Ratschläge zu erteilen.

Aber was sind Worte, denen keine Taten folgen, wenn derer gebraucht werden?

Was ist Liebe, die, in Ängstlichkeit erstarrt, sich zurückzieht, um keine Fehler zu machen?

Beistand sollte heißen, die eigene Feigheit in den Hintergrund zu stellen, und Worte in Taten umzusetzen.

Im Wandel der Gefühle

An manchen Tagen bin ich eine Wandernde, die sich im Nebel verlaufen hat, und der es nur schwer gelingt, sich aus dem Dunstschleier zu befreien, auf den richtigen Weg zurückzufinden und zu neuen Ufern zu gelangen.

Worte dringen wie durch eine Wand aus Watte zu mir, unverständlich, mich und mein Herz nicht erreichend. Ich fühle mich allein – allein mit meinem Verlust, meiner Trauer, meinem Schmerz um dich. Ich bin kraftlos, empfinde mich nur noch als Hälfte eines Ganzen. Angst beschleicht mich, aber auch die Hoffnung auf das Wunder eines Neuanfangs, das meinem Schmerz die Bitterkeit nimmt.

Es ist gut, Freundinnen zu haben, die mir das Gefühl geben, mich anlehnen, ausweinen zu dürfen; die zu mir sprechen oder gemeinsam mit mir schweigen. Dieses Empfinden wird mir Tag um Tag helfen, einen Weg aus dem finsternen Tal zu finden, einen Weg, der in die Helligkeit, in das Leben zurückführt, im Glauben an das ewige Licht.

Neuanfang

Die wie von Sturm gepeitschten Wellen meiner Trauer, meines Schmerzes um dich beginnen langsam abzuebben. Sie verlieren ihre Intensität, entfernen sich wie der Gesang eines Chores im Hintergrund, der leiser und leiser wird. Sie rollen sanft und ruhig an den Strand des Lebens, verlaufen sich, ohne wie zuvor tiefe Spuren im Sand zu hinterlassen. Mein Herz, meine Gedanken sind dir nah, näher als in den Zeiten der alles

übertönenden Brandung, die sich an den Klippen brach. Sie werden getragen von der Erinnerung an unsere gemeinsam verbrachten Jahre, an unsere Liebe. Ich genieße wieder das Erwachen des neuen Morgens, das Singen der Vögel, den Duft der Blumen, das Lachen der Menschen. Ich danke dem Universum für die mir zufließende Kraft, denn ich beginne wieder zu leben.

Die Texte entnahmen wir mit freundlicher Genehmigung der Autorin dem Buch:

Sattelberger, Brigitte: Eine Träne im Ozean. Empedokles Verlag, St. Ingbert 2004, ISBN: 978-3-9804-7054-4.

Das Buch ist mittlerweile vergriffen und allenfalls antiquarisch erhältlich.

IMPRESSUM

HUMANES LEBEN – HUMANES STERBEN (HLS)

Die Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Humanes Sterben. Erscheint vierteljährlich.

Herausgeber und Verleger

DGHS, vertreten durch ihren Präsidenten Prof. Dr. Dr. h. c. Dieter Birnbacher. Deutsche Gesellschaft für Humanes Sterben (DGHS) e. V., Postfach 64 01 43, 10047 Berlin, Tel.: 0 30/21 22 23 37-0, Fax: 0 30/21 22 23 37 77, info@dghs.de, www.dghs.de

Bankverbindung: Postbank Nürnberg

IBAN: DE42760100850104343853

BIC: PBNKDEFF

Chefredakteurin

Claudia Wiedenmann M. A. (verantwortlich/wi)

Redaktion

Manuela Hauptmann (ha), Dr. jur. Oliver Kautz, Oliver Kirpal M. A. (Bildredaktion/ki), Wega Wetzel M. A. (stellv. Chefredakteurin/we)

Layout

Silvia Günther-Kränzle, Dießen a. Ammersee.

Anzeigenverwaltung

Agentur Neun GmbH, Pforzheimer Straße 132, 76725 Ettlingen, Tel.: 0 72 43/5 39 00

Druck

Buch- und Offsetdruckerei H. Heenemann GmbH & Co., Bessemerstraße 83-91, 12103 Berlin

Preis pro Exemplar € 4,00 zzgl. Porto- und Versandkosten (für Mitglieder im Beitrag enthalten). Beiträge geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion oder der DGHS wieder. Alle Rechte (incl. Vervielfältigung oder Speicherung auf EDV) vorbehalten. Ablehnung und Kürzungen von Beiträgen und zugesandten Manuskripten möglich.

Unverlangt zugesandte Manuskripte werden in der Regel nicht abgedruckt. Angaben, Zahlen und Termine in Texten und Anzeigen ohne Gewähr. Es wird auch keine Gewähr bzw. Haftung übernommen für beiliegende Hinweise, Separatdrucke oder ggf. einliegende Zusendungen. Dies gilt analog für den Internet-Auftritt.

Journalisten, Schulen und Bibliotheken erhalten auf Wunsch kostenfrei Probeabos.

Gerichtsstand ist Berlin.

ISSN 0938-9717

Selbstbestimmung bis zum Lebensende



Am 7. November 1980 wurde die Deutsche Gesellschaft für Humanes Sterben (DGHS) e. V. in Nürnberg gegründet. Seitdem setzt sie sich als Bürgerrechts- und Patientenschutzorganisation für das lebenslange Selbstbestimmungsrecht des Menschen ein.



In jedem Menschen ist Sonne –
man muss sie nur zum Leuchten bringen.

Sokrates (469-399 v. Chr.)