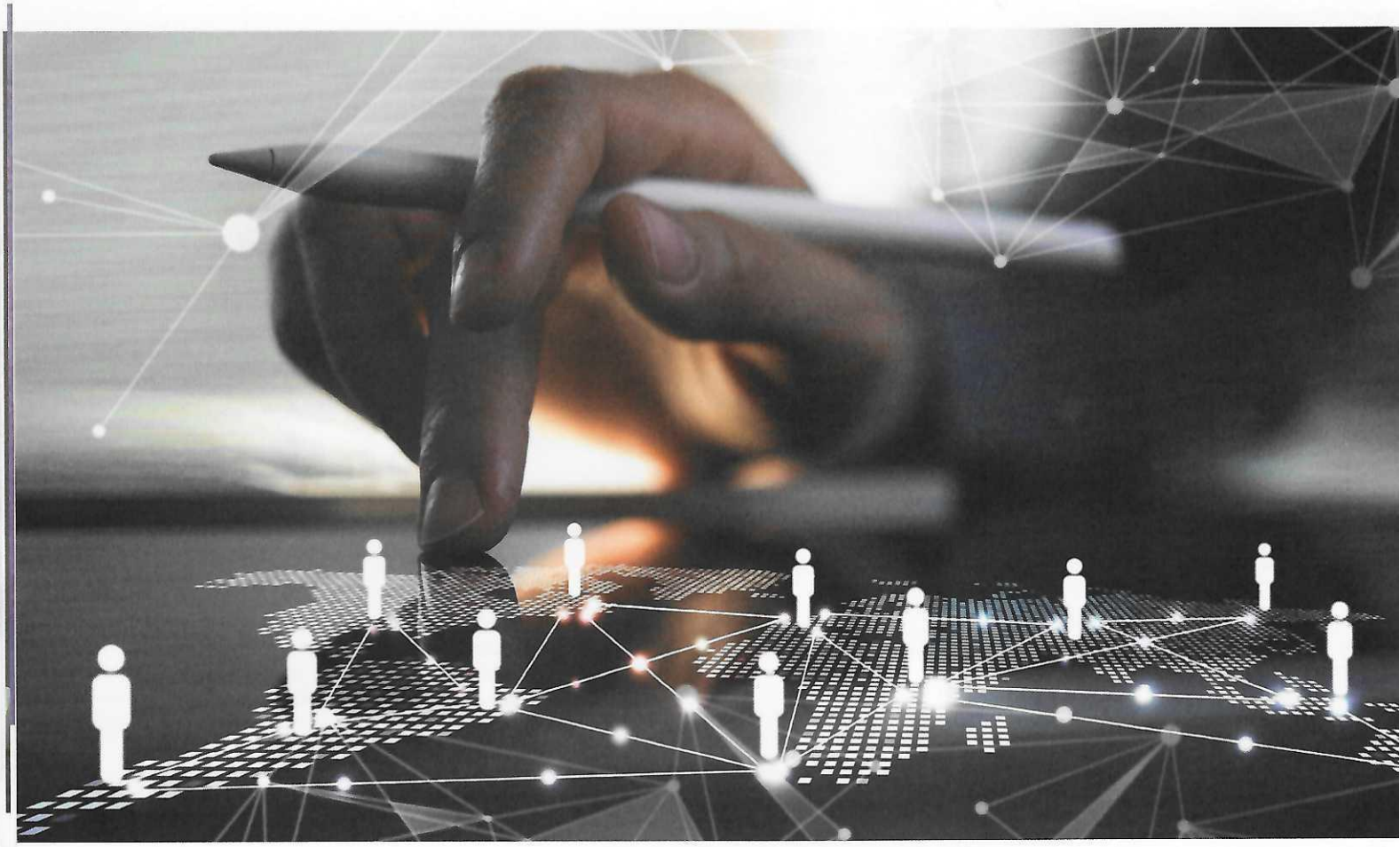
Johanna Tückmantel

Wenn das Leben aus den Fugen gerät



„Ich bin so unsortiert und durcheinander, ich bekomme hier eh nichts mehr hin." Vor mir sitzt ein Mann Anfang 70 in der Küche. Für ein Aufnahmegespräch bin ich zu ihm nach Hause gefahren. Ich blicke auf bunte Poster, Bilder, die geöffnete Spülmaschine, Poststapel aus mehreren Jahren, verstreutes Geschirr und Kleidung. Die Eindrücke erzählen von einem Alltag, der nach einem autarken, bunten und lebendigen Leben aus dem Gleichgewicht geraten ist. Der Mann hat ein Pankreas-Karzinom, das ist ein Krebs der Bauchspeicheldrüse. Lange hat er sich selbst organisiert, nun braucht er morgens schon Stunden, um seinen Katheter-Beutel zu richten, kochen kann er nicht mehr für sich selbst. Auch seine Symptome kann er nicht mehr richtig einschätzen: „Manchmal geht es mir schlecht, ich weiß aber gar nicht, wann ich den Rettungsdienst rufen soll." Seine Aufnahme bei den Buddies hatte der ambulante Palliativdienst angeregt. Für eine Palliativversorgung ist es noch zu früh, aber Hilfe im Alltag benötigt der Mann schon jetzt.

Buddies geben Orientierung

So beginnen viele Buddy-Begleitungen. Eine lebensverkürzende Diagnose lässt den Alltag zusammenbrechen. Der Papierkram häuft sich, soziale Kontakte werden weniger, weil der Freundeskreis nicht belastet werden soll, Angehörige sind weit weg, Selbstverständlichkeiten funktionieren plötzlich nicht mehr. Belastende Krankheitssymptome nehmen mehr Raum im Alltag ein. Und dann stehen Menschen vor einem Berg und wissen nicht, wie sie ihn bezwingen sollen. Oft ist nicht mehr klar, wo der Weg jetzt langgehen soll.

Hier setzt BUDDY.köln an. Gemeinsam mit den Begleiteten werden Wege aus der Überforderung gesucht, Wege zu Hilfen und Anlaufstrukturen vor Ort, Wege zu mehr Sicherheit und Versorgung. Im geschilderten Fall geht es um das Einsortieren und Erläutern der Post, die Verständigung mit der gesetzlichen Betreuerin, das Stärken der Gesundheitskompetenz und das Aufrechterhalten der Gesamtversorgung (z. B. Pflege, Ernährung). Bei anderen Begleiteten können es ganz andere Themen sein.

Zusätzlich geht es um Entlastung und Unterstützung von sorgenden und pflegenden zugehörigen Personen, die aufgrund der Unterstützung ihrer nahestehenden bspw. plötzlich ihrem Beruf nicht mehr nachgehen können.

Die Buddy Arbeitsweise

Ehrenamtliche Buddies fungieren als Ohr für die Begleiteten und bieten emotionale Unterstützung. Sie sind regelmäßig vor Ort, helfen praktisch: bei Behördenschreiben, Arztterminen oder in der telefonischen Warteschleife einer Krankenkasse, mit der Fragen geklärt werden müssen.

Das Erfolgsrezept des Projektes beruht unter anderem auf der Tandem-Arbeit zwischen haupt- und ehrenamtlichen Buddies. Die hauptamtlichen Buddies koordinieren und unterstützen die ehrenamtlichen Buddies nach Bedarf mit Netzwerkarbeit, Informationen zu Versorgungsmöglichkeiten, Ausbildung und Beratung sowie Vertretung. So sichern sie gemeinsam die kompetente Begleitung.

Ein weiteres Erfolgsrezept ist der Zweiklang zwischen Vermittlung in passende Versorgungsstrukturen und das Dableiben der Buddies. Dableiben bei Sorgen, neuen Herausforderungen oder Aufgaben, die im Laufe der Begleitung entstehen können. Begleitungen werden dadurch in ihren Zielsetzungen auch immer wieder überprüft und neu angepasst.

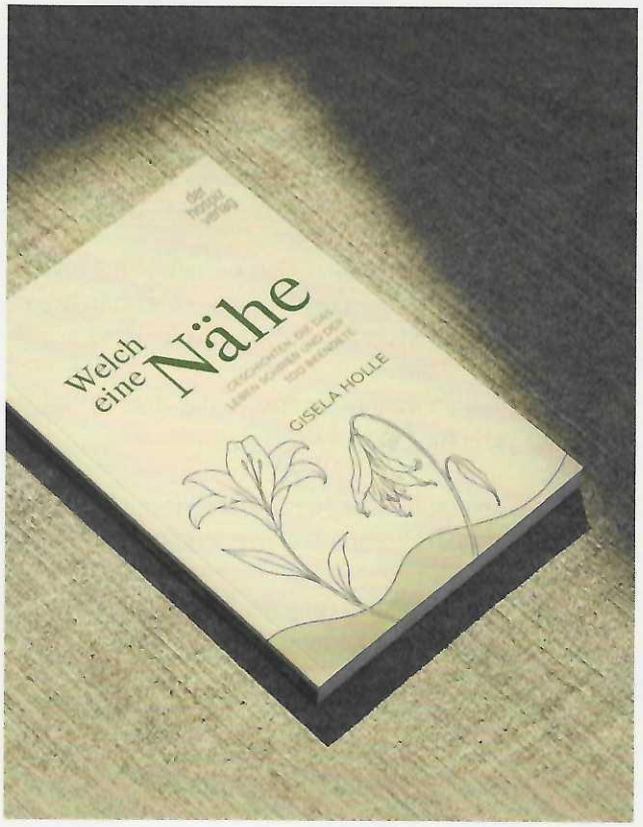
Entstanden ist das Buddy-Projekt 2023 als Initiative der Caring Community Köln, dem Zentrum für Palliativmedizin der Uniklinik Köln und dem Verein Endlich. Palliativ&Hospiz im Dr. Mildred Scheel Haus. Für die Entstehung des Projektes waren Studienergebnisse des Zentrums für Palliativmedizin Grundlage. Sie belegen den Bedarf nach einer festen Ansprechstruktur für schwer erkrankte Menschen.

Das Projekt wird von der Deutschen Fernsehlotterie und der Software AG gefördert und durch weitere Spenden getragen. Eine Steuerungsgruppe bestehend aus Vertreter*innen der Stadt Köln, der AOK, von Hospiz und Palliativstrukturen und der Uniklinik Köln begleitet das Projekt von Anfang an. Die Stadt Köln ist ideelle Unterstützerin mit Schirmherrschaften der jeweiligen Oberbürgermeister*innen. All dies ist für die strategische Ausrichtung des Projektes von hoher Relevanz.

Die wissenschaftliche Auswertung des Projektes durch das Zentrum für Palliativmedizin der Uniklinik Köln ermöglicht BUDDY.köln wesentliche Erkenntnisse für Ausgestaltung und Weiterentwicklung.

In der Praxis arbeitet das Projekt mit einem multiprofessionellen Team. Auch die ehrenamtlichen Buddies sind divers aufgestellt. Sie kommen aus verschiedenen Stadtteilen

GESCHICHTEN, DIE BERÜHREN – IMPULSE, DIE HELFEN.



Wie kann ein Abschied zu Hause in Würde gelingen?

Der Wunsch, im eigenen Zuhause zu sterben, ist zutiefst nachvollziehbar. Doch der Weg dorthin stellt Angehörige wie Begleitende oft vor herausfordernde Aufgaben. Wie gehen wir mit Angst, Demenz oder der eigenen Hilflosigkeit um? Wer steht uns zur Seite? Wo verläuft die Grenze zwischen Nähe und gesunder Distanz? Aus dem reichen Erfahrungsschatz von drei Jahrzehnten ambulanter Hospizarbeit erzählt die Autorin 15 authentische, berührende und auch erstaunlich lebensfrohe Geschichten vom Sterben zu Hause. Es zeigt, wie moderne Palliativmedizin und menschliche Präsenz, bisweilen unterstützt mit Homöopathie, Hand in Hand gehen können und warum Selbstfürsorge für die Begleitenden dabei sehr wichtig ist. Die letzte Lebensphase hält weit mehr bereit als Schmerz und Abschied: Sie kann von Humor, Versöhnung, tiefer Verbundenheit und berührender Nähe geprägt sein. Die authentischen Geschichten erzählen von Liebe, Loslassen und den Momenten, die am Ende wirklich zählen.

Im Anschluss an jedes Kapitel bietet der Abschnitt „Gedanken zu ...“ hilfreiche Impulse und praxisnahe Hinweise zu Themen wie Versöhnung, Suizidwünschen, Bestattungsformen, begleitenden Therapien sowie spiritueller und kultursensibler Begleitung. Welch eine Nähe ist ein ermutigendes Plädoyer für ein selbstbestimmtes Sterben zu Hause und ein wertvoller Wegbegleiter für Angehörige, Hospizhelfende und alle, die Menschen am Lebensende begleiten.

ISBN: 978-3-946527-76-3 ,kartoniert, s/w, 108 Seiten
EUR 24,80

BESTELLUNGEN Telefon 0 8581/960 50
oder www.hospiz-verlag.de
der hospiz verlag

Kölns und haben unterschiedliche berufliche Hintergründe und Interessen. Dies ist wesentlich, um den unterschiedlichen Charakteren und Inhalten der Begleitungen gerecht zu werden.

Drei Jahre Aufbauarbeit

Das Projekt besteht nun drei Jahre und hat den Sprung in die Verstetigungsförderung der Deutschen Fernsehlotterie geschafft. Rückblickend haben folgende Faktoren zum Gelingen des Projektes beigetragen:

- Die breite Konzeption, externe Evaluierung und stetige Überprüfung von Projekt- und Ehrenamtsstrukturen (Ausbildung, Supervision, Koordination) und Abläufen
- Ein multiprofessionelles Team, das drei Vollzeitstellen zur Verfügung hat
- Eine kontinuierliche Netzwerkarbeit mit Akteur*innen der Gesundheits- und Sozialversorgung der Stadt Köln
- Strategische Verankerung des Projektes mit Steuerungsgruppe und Unterstützung der Stadt Köln
- Mehrschrittige Akquise von engagierten ehrenamtlichen Buddies (inklusive ausführlichen Kennenlerngesprächen und profilausgerichteten Einsatzmöglichkeiten)
- Enge und zielorientierte Zusammenarbeit mit Netzwerkpartner*innen bei den Begleitungen, wie z. B. ambulante Palliativversorgung, Ambulante Hospizdienste, Sozialdienste der Kliniken und Beratungsstellen
- Die niederschwellige Arbeit mit den Begleiteten mit dem Fokus auf ihre individuellen Anliegen und Wünsche

Die größte Herausforderung

BUDDY.köln ist weiterhin herausgefordert seine langfristige Finanzierung zu sichern. Angesichts von politischen Umwälzungen und finanzieller Engpässe ist das eine echte Herausforderung. Von privater Förderung bis hin zu öffentlicher Förderung und Unternehmensunterstützung werden unterschiedliche Stränge verfolgt, um die Versorgung auch langfristig auf starke Beine zu stellen.

Auch die Praxis des Projektes leidet unter zunehmenden Einschränkungen: Partner- und Verweisprojekte wurden in Vergangenheit bereits gestrichen oder massiv gekürzt, sodass der eigentliche Sinn des Projektes, nämlich die Weiterleitung in der Versorgungslandschaft, oftmals nicht mehr möglich ist. Damit geraten nicht nur Betroffene unter Druck, sondern auch die Versorgungsstrukturen insgesamt. Gerade jetzt braucht es für die Menschen starke Netzwerke, die Verantwortung gemeinsam tragen, sich noch enger vernetzen und synergetisch zusammenarbeiten. Deutlich wird dies auch an weiteren Initiativen in Deutschland, die angelehnt an das Buddy-Projekt ein Buddy-Pendant auf den Weg bringen möchten, z. B. in Münster. Hier sind die Ausrichtungen jeweils lokal an die Strukturen und Möglichkeiten angepasst.

Mit Blick in die Zukunft und auf weitere Buddy-Initiativen gerichtet wird deutlich, dass neue Vorhaben und Projekte wie unsere vor allem dann erfolgreich sind, wenn sie bereits bestehende Angebote und Strukturen mitdenken, aufgreifen und daran andocken. Hierfür bietet es sich an stärker in Synergieeffekten zu denken und offen zu sein für ineinandergreifende Zusammenarbeit, z. B. mit Pflegelotsenstellen, anderen Beratungsstellen oder Ambulanten Hospizdiensten. Im ersten Schritt kann dies auch herausfordernd sein und Ängste zutage bringen, letztlich werden aber durch die gemeinsame Arbeit Ressourcen gestärkt und eine höhere Wirkung erzielt. Wenn diese Angebote zusätzlich in Nachbarschaften oder Vierteln lokalisiert sind, werden Menschen direkt vor Ort erreicht. Auch besteht darin die große Chance die Multiprofessionalität zu stärken und letztlich auch den Gedanken einer sorgenden Gemeinschaft weiterzutragen. Nur so kann die Versorgungslandschaft für Menschen mit schweren Erkrankungen aufrecht erhalten bleiben, die sie für ein lebenslanges würdevolles Leben benötigen. Das sind wir ihnen schuldig.

DATEN, ZAHLEN, FAKTEN ZU BUDDY.KÖLN

Begleitungen bis heute
224

Anzahl persönliche Kontakte bei aktiven Begleitungen (Stand 28.04.2026)
855

Kontakte zu Vermittlungszwecken aktive Begleitungen (Stand 28.04.2026)
436

Längste Buddy Begleitung
939 Tage

Anteil der Buddy-Begleiteten in SAPV-Versorgung
ca. 20 %

Aktive ehrenamtliche Buddies
24

Kontakt
johanna.tueckmantel@buddy-koeln.de