

# Helfen, wenn nichts mehr hilft

Hanna Huber liest aus ihrem Buch

**Pfronten** Aus ihrem Buch „...darf ich deine Füße berühren?“ liest Hanna Huber am Donnerstag, 21. November, ab 19 Uhr in der Bücherei Pfronten im Heimathaus.

Hanna Huber, Einsatzkoordinatorin des Vereins NUZ, ist Krankenschwester,

Palliativ-Fachkraft und Meditationstrainerin. Sie ist ausgebildet in Reflexzonentherapie am Fuß und arbeitet als Referentin und Seminarleiterin. Ihre



beinahe 40-jährigen Erfahrungen hat sie in einem Buch zusammengefasst. Es soll anregen, über Entscheidungen am Lebensende zu sprechen und zu einem gesellschaftlichen Wandel ermuntern: Weg vom Schweigen, hin zum Reden über den Tod (nach dem Palliativ-Mediziner Professor Gian Domenico Borasio). Sie wird zudem an diesem Abend professionelle und ehrenamtliche Dienste vorstellen, die sterbende Menschen und deren Angehörige unterstützen.

Sterben findet inmitten des Lebens statt und betrifft jeden von uns. Dies beschreibt Hanna Huber in Geschichten von Menschen, die sie auf ihrem letzten Lebensweg begleitete. Sie hat einen besonderen Weg gefunden, ihre langjährige Erfahrung mit Sterbenden durch einfache Griffe aus der Reflexzonentherapie am Fuß (nach Hanne Marquardt) zu ergänzen. Wesentlich dabei ist die innere Haltung. Liebevoller Berührung und ruhige Präsenz sind eine sanfte Möglichkeit, noch etwas zu tun, wenn es scheinbar nichts mehr gibt, was hilft. Sie weiß zudem, wie wichtig es ist, dass diejenigen, die Hilfe anbieten, auch gut und sorgsam mit sich selber umgehen. Sie vermittelt an diesem Abend einen Einblick in einfache Präsenz-Übungen und wird Elemente aus der Meditation einbeziehen. (az)